



Janvier 2022



Manon Venturi : championne de France !

Sommaire

- 1 Le mot du président du CROS
- 2 L'évènement du mois en photo
- 3 Actualités du CROS
- 4 Du côté des ligues
- 5 Du côté des clubs
- 6 Plateforme Régionale Sport Santé Corse
- 7 Les dossiers du CROS : article sur le statut bénévole
- 8 Le CRIB Corse : aides à l'embauche en alterance

CROSCORSE.COM



1. Le mot du Président

Mesdames, Messieurs, chers adhérents, chers amis du mouvement sportif,

L'équipe du CROS Corse et moi-même vous présentons tous nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année, ainsi qu'à vos proches. Que celle-ci vous apporte bonheur, santé, joies familiales, réussites professionnelles et d'ambitieux projets sportifs. Je souhaite que notre CROS vous apporte toute satisfaction dans l'activité que vous pratiquez et vous comptez parmi nos plus fidèles adhérents encore de nombreuses années.

J'espère que les efforts à améliorer le cadre de notre association, à fournir un matériel plus moderne, à créer de plus en plus de contenus sur nos différents réseaux, à vous représenter au travers des différentes institutions avec lesquelles nous échangeons répondent à vos attentes et vos



demandes. Nous restons aussi à votre disposition pour écouter toutes suggestions en ce sens.

Que cette année associative soit pleine de joies, de rencontres et d'échanges et encore plus agréable à vivre que les précédentes.

En vous renouvelant tous mes meilleurs vœux pour 2022, je vous prie d'agréer, Mesdames, Messieurs, chers adhérents, chers amis du mouvement sportif, l'assurance de mes salutations les meilleures.

Pierre Santoni

Président du CROS Corse

2. L'événement du mois en photo



Manon Venturi remporte deux titres de championne de France en natation artistique dans la catégorie duo et ballet. Suivi d'une très belle troisième place en solo derrière deux athlètes de l'INSEP, elle enchaîne les performances après 3 médailles d'or acquises le mois dernier durant une compétition à Venelles.

À seulement 15 ans, Manon Venturi est partie se perfectionner en Provence où elle a travaillé dure pour intégrer **l'équipe de France**.

3. Actualités

Formation continue 2022 du BNSSA

Le CROS Corse et ses partenaires organisent une session de formation recyclage du BNSSA aux dates suivantes :

- le dimanche 13 mars à AJACCIO
- et
- le dimanche 10 avril à BASTIA

Vous pouvez dès à présent vous inscrire et cela jusqu'à une semaine avant le début de la formation.

Plus de renseignements sur notre site internet

S'inscrire

RECYCLAGE BNSSA

**COMITE NATIONAL
UNION NATIONALE DE LA SECOURS POPULAIRE FRANCAIS**

**CROS
CORSE**

Qualiopt

**ANADOLIE FRANCAISE
UNION NATIONALE DE LA SECOURS POPULAIRE FRANCAIS**

RESCUE

**AJACCIO
13 mars 2022**

**BASTIA
10 avril 2022**

www.croscorse.com
contact@croscorse.fr

MON COMPTE FORMATION
moncompteformation.gouv.fr

MON COMPTE FORMATION
moncompteformation.gouv.fr

@croscorse

UDPS

**Union Départementale des
Pescueuses Bretonnes - Corse du Sud
U.D.P.S. 2A**

**Association Nationale
des Pêcheurs de France**

Pass'Sport : déclarez vos bénéficiaires du 3 janvier au 28 février 2022

PASS SPORT

Le Pass'Sport est une **nouvelle aide de 50€** par enfant pour s'inscrire dans un club sportif.

Il s'adresse aux jeunes de 6 à 17 ans révolus qui bénéficient de l'allocation de rentrée scolaire et de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé...
et, c'est nouveau, aux adultes de 16 à 30 ans qui perçoivent l'allocation aux adultes handicapés.

Dispositif prolongé jusqu'à fin février 2022

Plus d'information sur sports.gouv.fr/pass-sport

Le dispositif Pass'sport est une aide de 50 € destinée à relancer la prise de licence auprès des associations sportives mais également à faciliter l'accès au sport aux jeunes les plus défavorisés.

La plateforme étant temporairement fermée pendant les vacances de fêtes, les associations sportives éligibles peuvent de nouveau déclarer les bénéficiaires sur leur **compte asso (LCA) et cela du 3 janvier au 28 février 2022.**

Des questions sur le dispositif ? Écrivez-nous !
pass.sportcorse@gmail.com

Tableau récap : Mesures sanitaires au sport - 3 Janvier 2022



Tableau récap

4. Du côté des Ligues

Le Trail insulaire vers l'international.



[Le Restonica Trail](#) - qui organise chaque été à Corte plusieurs courses, dont l'Ultra Trail di Corsica - **rejoint dès cette année la trentaine d'épreuves sélectionnées dans le monde et qui permettront de se qualifier pour le Graal des trailers : l'Ultra Trail du Mont-Blanc**

LE TIRAGE AU SORT GRÂCE À LA COLLECTE DE RUNNING STONES

Les coureurs devront avoir récolté au minimum 1 Running Stone au cours des deux dernières années pour **participer au tirage au sort de l'une des 3 finales des UTMB® World Series : OCC, CCC® et UTMB®**. Running Stones.

Les **Running Stones sont cumulables**, non périssables et chaque Running Stone donne une **chance supplémentaire d'être tiré au sort**.

Les Running Stones sont **exclusivement délivrés sur les courses des UTMB® World Series Events et UTMB® World Series Majors** de catégorie 20K, 50K, 100K ou 100M.

Le Restonica Trail compte 3 courses où il est désormais possible d'obtenir les Running Stones:

- l'Ultra-Trail (110km) : 5 points
- Restonica Trail (69km) : 3 points
- Tavignanu Trail (33km): 2 points

La Corse devient désormais officiellement une **destination qui permettra aux traileurs d'accéder aux mythiques courses de montagne du monde** grâce à l'obtention des Running Stones.

UN CIRCUIT MONDIAL, UN SYSTÈME DE QUALIFICATION UNIQUE

Les [UTMB® World Series Events](#) regroupent les meilleurs événements de trail running de la planète, organisés selon les critères de qualité et de sécurité très élevés, offrant aux coureurs la possibilité de s'immerger dans l'expérience UTMB® à travers le monde.

Les UTMB® World Series Events sont les seules courses où les coureurs peuvent commencer leur quête vers les UTMB® World Series Finals à Chamonix, qui se dérouleront sur les trois distances phares de l'UTMB® Mont-Blanc : l'OCC (50km), la CCC® (100km) et l'UTMB® (100 miles).

Elles sont ainsi les seules épreuves où les athlètes peuvent collecter des Running Stones pour participer au tirage au sort de l'UTMB® Mont-Blanc, à partir de 2023. À noter qu'il suffit d'une seule Running Stones pour participer au tirage au sort. Pour les coureurs élites, les UTMB® World Series Events seront les seules courses où ils pourront se qualifier pour les UTMB® World Series Finals.

QUELS AVANTAGES POUR LES COUREURS INSULAIRES ?

Il y a deux avantages majeurs. Le premier, c'est que les coureurs insulaires ne seront **plus obligés de partir sur le continent** pour collecter des Running Stones. Pour finir, cela va permettre aux **traileurs corses de se confronter à l'élite mondiale de la discipline** sur leur terrain d'entraînement.

5. Du côté des Clubs

Les 24h de Vignetta



Les 3 et 4 décembre dernier, était organisée la première édition des **24h de Vignetta** par l'association « [Tous Pour Chacun](#) ». Un événement en faveur du sport et du handicap où le dépassement de soi était présent à tout niveau.

« **Courir pour ceux qui ne peuvent pas** », tel était la devise qui a animé cet évènement sportif. **En relais ou en solo et décliné sous plusieurs formules : 24h, 12h, 6h, 3h et 1h**, l'objectif était de réunir les sportifs autour d'un tracé long de 1 km 300 parcourant le stade de Vignetta.

De nombreux coureurs insulaires étaient présents dont notamment **Lambert Santelli** (nouveau recordman du GR20) pour lancer et promouvoir cette manifestation sportive.

L'association « [Tous Pour Chacun](#) » fut créé en novembre 2018 par **Wandis Le Hui** et connaît depuis un bel essor. Elle a pour objectif de **sensibiliser la population au handicap et à la différence, d'organiser des manifestations (sportives, culturelles ou autres) et d'organiser des séjours adaptés à chacun.**

Depuis bientôt 4 ans se sont de nombreux projets qui ont vu le jour. Notamment des interventions dans les écoles afin de montrer le quotidien des personnes en situation de handicap mais également des rencontres récurrentes : « **Nous organisons une rencontre sportive chaque dernier vendredi du mois au gymnase de vignetta de 17h à 18h.** Le but est de passer un moment convivial, faire des rencontres, s'amuser dans un esprit non compétitif. L'activité est accessible aux personnes en situation de handicap ainsi qu'aux personnes qui ne présentent pas de handicap. » (Source : site web « tous pour chacun »)

Le président Wandis le Hui et son conseil d'administration composé en partie de personnes en situation de handicap ou en difficultés, oeuvrent au quotidien pour faire connaître leur association.

Ils peuvent compter sur le soutien de nombreux ambassadeurs sportifs dont entre autres, le triathlon, le running, le football... Chacun met du sien pour mettre en avant des valeurs de partage et de respect.

6. Plateforme Régionale Sport Santé Corse (PRSS CORSE)

Sport et Santé quels bénéfices pour notre corps ?



Un exercice physique régulier permet de garder un corps sain.

Les personnes physiquement actives :

- Sont **moins sensibles aux maladies** coronariennes, à l'hypertension artérielle, aux accidents vasculaires cérébraux, aux maladies métaboliques tel que le diabète, aux cancers dont celui du côlon chez l'homme et du sein chez la femme, au stress et dépression
- Courent **un risque moins élevé de chute** (risque de fracture de la hanche ou de la colonne vertébrale)
- **Contrôlent plus facilement leur poids**

La pratique d'un exercice physique, quelle qu'elle soit, est préférable à zéro pratique.

Même un « bas » niveau d'activité est bénéfique pour l'organisme : afin de tirer le maximum de bénéfices pour sa santé, une **personne adulte doit pratiquer plus de 2h30 d'activité physique sportive par semaine**. Dans le cas d'une pratique moindre, les effets sur la santé sont tout de même notables.

Les personnes inactives doivent commencer par pratiquer un exercice physique pendant un laps de temps réduit, et en augmenter progressivement la durée, la fréquence et l'intensité.

Les adultes inactifs, les personnes âgées ou limitées par une affection ressentiront, en devenant plus actifs, les bienfaits pour leur santé.

***CONSEIL** : Après une longue période d'arrêt, une reprise d'activité doit être accompagnée par un professionnel (médecin, moniteur de sport spécialisé en sport santé...).*

Le **CROS CORSE** est là pour vous accompagner dans la recherche d'un club pouvant vous accueillir pour reprendre une APS adaptée, quel que soit votre âge.

L'activité physique et sportive qu'elle soit d'intensité modérée ou soutenue, a des avantages pour la santé.

L'intensité fait référence au rythme auquel l'activité se pratique, c'est-à-dire à l'ampleur des efforts déployés par une personne pour pratiquer un exercice. L'intensité des exercices varie en fonction des capacités physiques des personnes. En fonction de leur forme, soit des exercices d'intensité modérée peuvent être proposés comme la marche, la danse ou mêmes des tâches ménagères, soit des exercices d'intensité soutenue comme la marche rapide, le cyclisme ou la nage rapide. En fait, quel que soit l'intensité, un grand nombre de pratiques sportives peuvent être adaptées.

Concrètement, la pratique du sport doit être :

- **Régulière** (au mieux tous les 2 jours, au pire 2 fois par semaine)
- **Adaptée** (à l'âge, à la disponibilité, à la motivation, aux capacités physiques...)
- **Modérée** (au début) et augmentée progressivement en quantité et en intensité, avec un temps d'échauffement avant l'effort et un autre d'étirements après l'effort et un temps de repos
- **Contrôlée** : avec des tests de forme appropriés
- **Encadrée** : faites confiance à des professionnels qui sauront vous guider

Vous pouvez estimer votre niveau d'activité quotidienne :

Cette estimation peut se faire en estimant approximativement un équivalent du nombre de pas effectué chaque jour par une personne.

- **Sujet sédentaire** » moins de 4 000 pas/jour
- **Sujet modérément actif** » environ 8 000 pas/jour
- **Sujet actif** » plus de 10 000 pas/jour

La pratique d'une APS, quelle qu'elle soit, peut être convertie en nombre de pas/jour. Par exemple :

- **1 minute de vélo** = 150 pas
- **1 minute de natation** = 96 pas
- **1 minute de yoga** = 50 pas

Il faut aussi prendre en compte l'intensité de l'activité. Une marche de 10 000 pas (distance recommandée par jour) est considérée comme :

- **Lente** si elle se réalise en 1h30 = 80 pas/min
- **Normale** si elle se réalise en 1h10 = 100 pas/min
- **Rapide** si elle se réalise en 1h00 = 120 pas/min
- **Très rapide** si elle se réalise en 0h50 = 140 pas/min

Si vous **souhaitez évaluer votre niveau d'activité physique et de sédentarité** vous pouvez cliquer sur le lien suivant et réaliser le test en ligne : [Test de niveau d'activité physique et de sédentarité \(mangerbouger.fr\)](http://mangerbouger.fr).

** Source : OMS et Professeur Daniel Rivière*

7. Les dossiers du CROS

Pourquoi faut-il un véritable statut de bénévole ?



En dehors de quelques exceptions, [la loi de 1901](#) a été pendant de longues années l'unique support juridique des organisations sportives et **reste la forme dominante de l'exercice du sport amateur en France**. Le pouvoir sportif est ainsi à la fois le promoteur et le gardien d'un véritable ordre sportif, dont l'autorité se fonde sur le volontariat de ceux qui s'y soumettent.

Sur une totalité estimée de **12 millions de bénévoles** (*Febvre et Müller, 2004*), il y aurait près de **4,5 millions de bénévoles sportifs, le sport, les loisirs et la culture étant les domaines privilégiés de l'action bénévole**. Le secteur associatif sportif se caractérise donc par la remarquable persistance d'une forte domination du bénévolat, comme l'attestent également les études comparatives. **Les quatre dimensions qui fondent historiquement le sens et l'organisation des pratiques sportives de club** (communauté, culture sportive spécifique, éthique et dimension émotionnelle) semblent toujours portées par un ancrage fort et sans cesse réitéré dans la croyance au mythe du sport universel et éthique, et qui s'incarne idéalement dans la forme bénévole.

Or, le **monde sportif a profondément évolué**, en prenant tout d'abord une **place significative dans la société**. Il est passé, en moins d'un siècle, d'une activité confidentielle à un élément presque incontournable de notre vie quotidienne. L'engouement populaire pour les compétitions internationales, voire nationales, atteste de cet état de fait. On peut **aussi ajouter le poids économique de cette activité, tant le sport engendre une industrie et une économie de services florissantes**.

Première composante de la **logique de bénévolat, la disponibilité est présentée non seulement comme une qualité (au sens moral du terme), mais comme une « compétence » essentielle pour la construction de l'identité du bénévole**. Du **point de vue éthique, elle apparaît comme une exigence** à laquelle il convient de s'adapter pour pouvoir être en adéquation avec « l'esprit » du club et qui permet de distinguer les « bons » des « mauvais » bénévoles. L'une des principales « compétences » d'un bénévole réside donc dans sa capacité à être disponible. Inversement, manquer de disponibilité, c'est-à-dire du don de son temps au-delà du cadre de son contrat moral, stigmatise le bénévole, rend suspecte son implication dans le club et l'expose au mécontentement des licenciés. Le « mauvais » bénévole est ainsi celui qui « ne comprend pas la logique du club », dans le sens où il ne saisit pas, de lui-même, qu'être bénévole dans un club sportif suppose d'assister en plus aux réunions du comité directeur, d'être présent lors des manifestations du club pendant les week-ends (tournoi, fête...), de venir le dimanche, le soir, pendant les vacances des autres parfois.

Autre composante de cette logique du don, le **dévouement au club se décline dans la capacité de placer l'intérêt général**, collectif, au-dessus des intérêts particuliers et partisans. Si la disponibilité suppose le don de son temps, le dévouement comporte une dimension éminemment morale par laquelle le don de soi prend la forme d'une véritable « vocation ».

Profondément inscrit dans l'étymologie du terme « bénévolat », le dévouement s'apparente à une **propriété typique des bénévoles**, par laquelle se manifestent la volonté d'agir dans le sens du bien collectif et une capacité à se mettre prioritairement au service de l'intérêt du club.

Le dévouement au club et à ses dirigeants agit comme une forme de reconnaissance réciproque par laquelle se manifeste un fort attachement à la structure, mais aussi à son tissu relationnel, émotionnel et affectif. Selon les principes du don-contre-don, les bénévoles se doivent, dans une certaine mesure, de « rendre » les privilèges dont ils s'estiment bénéficiaires et comprendre la chance d'évoluer dans une bonne ambiance, dans un espace convivial, avec des gens que l'on aime et qui vous aiment.

Troisième composante de la logique du bénévolat, le **désintéressement est une caractéristique essentielle de l'identité bénévole dans la mesure où la notion même de bénévolat suppose l'absence de revendication financière**. Très attachés à cette dimension, les bénévoles se reconnaissent complètement dans l'idée de « gratuité » associée à leur engagement et en retirent des profits symboliques importants. Il est bien évident que le désintéressement gagnera à s'inscrire dans une analyse comparative à la fois entre types de structures sportives (clubs associatifs et clubs privés à statut commercial).

L'imposition de la logique du désintéressement, est particulièrement spécifique au domaine sportif. Les attentes des bénévoles portent moins sur les qualités professionnelles que sur les qualités relationnelles et personnelles. On pourrait penser que la notion de désintéressement constitue un point de divergence radicale entre bénévolat et action salarié. Certes, les salariés perçoivent évidemment une rémunération en échange de leur travail dans le club, mais ils se doivent constamment de travailler à « faire oublier » le lien économique qui les rattache au club pour mettre en avant leur désintéressement symbolique. En effet, pour les bénévoles, percevoir une rémunération est plutôt considéré comme un handicap dans l'ordre symbolique de l'association sportive.

Cette dimension ne pouvant pas être complètement effacée (puisque'elle existe avec l'existence des salariés), elle doit cependant être mise au second plan et en aucun cas ne constituer une revendication.

En conclusion

Ainsi, bien loin de la liberté revendiquée, **le bénévole d'une association sportive se trouve pris en tenaille entre la mise en œuvre de sa disponibilité et de son dévouement et surtout de son désintéressement**. Les exigences du fonctionnement de la vie associative permettent aux **bénévoles une position centrale dans le club, est en contrepartie cette engagement devient l'objet de sollicitations incessantes** qui vont jusqu'à envahir le fameux temps libre pourtant présenté comme l'un des avantages dont il dispose.

Tout en n'étant « jamais tranquille », il n'a pas la maîtrise complète de son activité, puisqu'il doit toujours, en dernier recours, se plier aux actions de l'association. De plus, si elle est un espace potentiel d'expérience, **le milieu associatif est peu actif dans la reconnaissance de la formation des bénévoles**. La primauté des qualités morales et relationnelles sur la maîtrise de compétences spécifiques propres à l'engagement bénévole exercé produit un sentiment de « blocage » et de dépendance chez les bénévoles les plus ambitieux et devient alors source d'anxiété, d'inconfort et de désengagement potentielle.

Le « déni structurel du travail bénévole », suppose d'accepter la primauté de l'éthique et des principes du bénévolat dans la définition de toutes les activités d'encadrement d'une association sportive. Dans ce sens, l'espace associatif sportif est loin d'être un espace de valorisation du bénévole. Ainsi, dans un rapport de force numérique et de position favorable, les bénévoles sont également portés par l'identité historique du sport associatif, identité fondée sur les valeurs de l'amateurisme, du désintéressement et du don de soi idéalement incarné par leurs engagements.

Forts d'un crédit symbolique d'autant plus effectif qu'ils demeurent les représentants d'une morale sportive qui résiste et qui impose les valeurs et la pureté originelle du sport face à ses dérives multiples, **les bénévoles s'imposent « naturellement » comme les acteurs « dominants » d'un espace d'abord conçu par, pour et avec eux.**

En effet, les bénévoles apparaissent dans cette logique comme des véritables cadres dirigeants, et peuvent revendiquer compétences et formations, tout en restant bénévoles.

Cependant **pour y parvenir il convient qu'un véritable statut puisse être mis en place afin de lui permettre un engagement sociétale moteur du développement du sport** mais également de l'équilibre de notre société.

Eric Saez

Secrétaire général adjoint

8. Le CRIB de Corse (informations aux bénévoles)



LE CROS de Corse vous accompagne dans la réalisation de vos démarches sur votre [Le Compte Asso \(LCA\)](#).

Cette plateforme permet de réaliser **vos demandes de subventions comme Pass'sport ou FDVA** (Fonds de Développement de la Vie Associative)



Contactez nous par mail ou par téléphone pour plus de renseignements.

AIDES A L'EMBAUCHE EN ALTERNANCE : Un guide pratique pour en bénéficier

Des conseils utiles pour permettre aux entreprises **d'obtenir leurs aides** dans les meilleurs délais et éviter les erreurs de saisie lors de la rédaction du contrat (Cerfa) ou de la Déclaration sociale nominative (DSN).

Lancez-vous ! N'attendez plus pour recruter !



Consultez le guide : Guide pratique à destination des employeurs et des organismes de formation

Guide

 Partager  Partager  Partager