

PROJET DE DEVELOPPEMENT ASSOCIATIF DU SPORTING CLUB FAMECK 2023 à 2025 (Actualisation octobre 2023)



« Continuer de se - réinventer » pour développer nos pratiques associatives et sportives.

Un constat : plus de 60 pratiquants en 2022 2023 , le projet de retrouver les effectifs d' avant « la crise sanitaire » et de les dépasser progressivement se trouve concrétiser.

Notre projet de développement résulte d'une réflexion engagée par le comité et les membres depuis le contexte sanitaire pour maintenir un lien avec les adhérents et celui de maintenir à distance et de « booster » la reprise effective des activités associatives, sportives et compétitives.

Il a été actualisé lors de la réunion de comité en septembre 2023 .

Il a été étayé lors des échanges avec les membres lors de l'assemblée générale du SCF fin octobre 2023 , quant à sa mise en œuvre.

1 – Des orientations ambitieuses , mais réalistes : tendre vers un lieu unique des diverses activités dans un même espace comme devenir devient un élément prioritaire !

Les orientations identifiées s'appuient donc sur l'expérience récente de crise sanitaire pour se « réinventer » **et aujourd'hui celle de la nécessité d'un même espace permettant de s'entraîner et d'organiser des épreuves officielles dans une même salle.**

Elles reposent prioritairement pour les trois années à venir : sur la valorisation renouvelée de nos activités à tous les âges de la vie et de l'implication des membres dans le développement de notre vie associative **et la nécessité de ce même espace unique que représente la salle Muszinsky pour répondre au développement des activités sportives, compétitives, éducatives, citoyennes de l'association .**

- De musculation et renforcement musculaire, en tenant compte de la diversité des pratiquants et dans une pratique sport-santé à tous les âges, de pratiquants issus d'autres disciplines sportives au sein de la ville ou de la communauté de communes.
- Autour des pratiques sportives et éducatives de l'haltérophilie, de la force athlétique, de la préparation physique et bien entendu du sport santé.
- Enfin des pratiques compétitives au sein de 2 fédérations .



Ces orientations ont pour objet principal de positionner le club avec ses valeurs et ses pratiques associatives comme une référence dans le tissu local avec des activités de renforcement musculaire ouvertes au plus grand nombre : féminines, jeunes, non pratiquants, sportifs débutants et confirmés, public souffrant ALD, en situation d'handicap,

Avec une vie associative solidaire et conviviale qui implique de :

Pérenniser la vie de l'association dans toutes ses composantes par un espace unique que peut

représenter la salle Muszinskiy: actuellement uniquement salle de compétition.

Ce même espace (entraînement + compétition) pour mieux répondre au développement des activités sportives, compétitives éducatives, citoyenne de l'association.

Développer notre vie associative :par

- une organisation permettant une implication plus forte des adhérents,
- une politique de formation de l'encadrement, des animateurs, des bénévoles (ainsi 5 animateurs omniforce FSGT ont été formés de décembre à janvier 2023 avec une reconnaissance par le brevet fédéral d'animateur).
- un renforcement de la cohésion interne autour de moments conviviaux et transversaux avec l'ensembles des acteurs qui contribuent à la vie de l'association.

2. Développer également notre participation à la **vie sociale locale :**

par la participation aux activités péri -scolaires, la participation aux divers événements locaux ou des

initiatives fédérations sportives qui nous accompagnent.

En favorisant l'accès à nos des activités par des actions renouvelées :

- auprès des sportifs de tous les âges souhaitant découvrir nos activités,
- auprès des scolaires, lycéens, étudiant, la sensibilisation de non licenciés
- l'organisation de compétitions et d'épreuves sportives accessibles au plus grand nombre

Poursuivre la valorisation des activités de l'association avec les partenaires impliqués, avec des outils de communication : site internet, médias, réseaux sociaux

Les axes de développement des pratiques associatives et des actions à mener par le SCF :

« Musculation d'entretien et renforcement musculaire pour tous et toutes et à tous les âges »

- **Restructurer et développer** l'activité musculation pour tous
- **Structurer et développer** la pratique sport adapté : accueil de pratiquant avec une

situation d'handicap (actuellement mal voyant et amputation)

- **Promouvoir** les activités éducatives : un dos pour la vie »
- **Pérenniser** les regroupements sportifs et stages durant les périodes de vacances scolaires

« Ecole du dos » : pour une éducation posturale



« La qualité gestuelle prévaut sur la charge »
(baby barre et disques d'initiation) pour une école du dos et du tonus .

- **Re- déployer** l'école du dos vers de jeunes publics par une éducation posturale avec des activités contribuant à « un dos pour la vie ».
- **Promouvoir** en partenariat avec enseignants EPS du collège **des initiatives autour de l'éducation posturale et du tonus par l'usage des techniques haltérophiles et du renforcement musculaire à tous les âges.**
- **Développer l'encadrement et la découverte des levers dynamiques auprès des scolaires** en termes d'éducation posturale.
- **Assurer une cohérence** de la qualité des interventions par un encadrement formé auprès des fédérations.
- **Assurer** un accueil de qualité des plus jeunes

Des épreuves compétitives « où l'adversaire et l'ami qui me fait progresser », mais aussi des séances d'entretien de son capital santé à tous les âges de la vie.

- **Pérenniser et développer** le(s) groupe(s) compétition tant en force athlétique qu'en haltérophilie
- **Consolider un groupe féminin** par une dynamique spécifique, en musculation d'entretien, sur pratiques santé et compétitives ainsi que dans la gouvernance de l'association
- Assurer un **accompagnement spécifique pour l'intégration des plus jeunes** au sein de l'école du dos et du tonus
- **Promouvoir et organiser les activités à tous les âges des plus jeunes** aux pratiques sport santé par accompagnements adaptés.
- Organiser des épreuves compétitives à tous les âges U13 à masters, fédéraux FSGT et développer des compétitions innovantes (Pentathlon omniforces FSGT) éducatives avec les jeunes.
- Favoriser des parcours de formation pour les bénévoles.

2 - LES MOYENS

Humains, structurels et financiers

Le SCF a mis en ligne : un tableau de bord administratif et du fonctionnement associatif de l'association (également en annexe en fin de ce document)

2.1.- Fonctionnement associatif

Adhésion et engagement quant à la charte républicaine.

Sous les orientations du comité associant les membres : la vie associative du club permet également de s'appuyer sur les bénévoles, les partenaires impliqués.

L'association est gérée par un comité de direction validé lors de l'Assemblée Générale.

Cette dernière veille à une bonne gestion des comptes de l'association, qui sont présentés et adoptés lors de l'assemblée générale annuelle. Cette gouvernance s'appuie tous les ans sur un budget prévisionnel validé par comité de direction et soumis aux membres de l'association.

L'encadrement sportif repose essentiellement sur un volant de 5 à 7 bénévoles formés par le club avec l'appui des fédérations, pour l'animation et l'encadrement de nos activités

Le club forme également les bénévoles dans les activités de dirigeants et d'officiels nécessaires aux épreuves compétitives. Formation des bénévoles complétées également par les fédérations ou d'autres partenaires (CDOS, CROS,) Sport santé FSGT pour la prise en charge de pratiquant souffrant d'affections de longue durée (ostéoporose, surcharge pondérale, prévention des chutes)

2.2.-Les équipements

L'association qui existe depuis 1971, au sein de la localité dispose d'un local réhabilité par la ville (fin novembre 2018), un espace fonctionnel de 200 m² au sein de la cité des sports pour les entraînements :

7 plateaux d'entraînement spécifiques pour haltérophilie et les leviers dynamiques, la force athlétique



Salle Criton - Entraînement

Un espace de musculation (une vingtaine de machines à charges guidées, espaliers, haltères courtes) , cardio (tapis de course, vélo) et des postes de travail à charges additionnelles.



Salle Criton – Entraînement dans de bonnes conditions , mais 60 mètres pour accéder au

plateau de compétition dans une autre salle de la Cité des Sports.

La mise à disposition par la ville d'une autre salle (salle Musinsky) dans le complexe sportif avec un plateau amovible et réglementaire pour les compétitions. Cet espace permet d'accueillir des épreuves régionales et interrégionales (voire nationale) pour la compétition. Cela nécessite la salle Criton pour l'échauffement des compétiteurs et implique une mise en œuvre plus délicate : par communication entre les salles, connectivité HDMI « aérienne », distance entre appel de l'athlète de 60 mètres et du temps nécessaire à parcourir pour se présenter au lieu de compétition...et enfin réaliser sa performance...



Salle Muszynski – plateau de compétition ... 60 mètres sépare ce lieu des aires d'échauffement .

Certains équipements du club par ailleurs deviennent obsolètes ou vétustes (une expertise de conformité avec un organisme certificateur a été engagé sur ce premier trimestre 2023 pour diagnostiquer objectivement cet aspect) par rapport aux besoins actuels et à fortiori ceux futurs dans notre projet . Cet

Cet élément participe donc d'un plan d'actions des équipements dans nos activités et des compléments en matériel pour de nouveaux publics accueillis.

La possibilité modulaire d'accueil de public se construit progressivement : enfants adolescents, féminines, adultes, personnes en situation d'handicap mobilisant la formation de nouvelles ressources et des compléments en petits matériels pour adapter et varier les situations d'apprentissage et d'animation collective : sangles de suspension, kettlebell, élastiques...

A ce stade, les réflexions et échanges avec les partenaires se poursuivent.

Poursuite de l'expérience d'une pratique sport santé autour d'activités de cross training = combinaison d'exercices Cardio+ gym + haltérophilie), avec le CSE Thyssen Krupp et une dizaine de salariés accueillis les lundis, mercredis et vendredis de 12 h30 à 13h30 sur la saison sportive utilisant principalement le matériel avec charges additionnelles en barres et disques.

Mise en place d'un livret de suivi des équipements du SCF **pour chaque équipement guidé** :

maintenance, intervention, signalétique d'usage et de vigilance.

2.3.- Les moyens financiers

Nous nous appuyons sur les contributions financières en nous efforçons de les rendre économiquement accessibles pour nos pratiquants (adhésion, cotisation licence sportive).

Pour illustrer la contribution pour un adulte : elle est de 120 € sur 2023/2024 pour l'année sportive autour de 70 € pour les plus jeunes. Contributions sur lesquelles les charges fixes (affiliation, licence, assurance) sur ces deux exemples sont d'environ 45 € pour un adulte et 30 € pour un jeune, à imputer et à régler par le club à la fédération.

Nous déposons des dossiers de demandes de subventions auprès des pouvoirs publics afin d'optimiser notre développement en complément de la contribution financière de nos membres.

Nous organisons des manifestations extra-sportives pour financer les activités de l'association. Nous faisons appel à différents partenaires, qui ne soutiennent financièrement ou par la mise en place

logistique des matériels nécessaires à nos organisations.

Le soutien du Conseil départemental de la Moselle et de la ville lors nos demandes d'investissements en équipements durant les saisons écoulées ou lors d'événementiels sportifs nationaux (Championnat de France FSGT d'Haltérophilie en mai 2019 à Fameck)



SAMEDI 18 MAI 2024 14H30 17H30
CITE DES SPORTS - FAMECK
SE MUSCLER A TOUS LES AGES DE LA VIE -
SPORT ET SANTE

Animations et ateliers ludiques à tous les âges:

- > (Auto) évaluation de sa condition physique.
- > Ateliers d'éducation posturale « un dos pour la vie », se renforcer musculairement à tous les âges.
- > Exposition avec quizz : « Histoire, sport et citoyenneté » (CASDEN), « en avant- première » des JD de Paris 2024.
- > Activités découvertes ludiques, avec jeux de l'ois géants : « Questions sport et santé et défis musclés » (CDOOS 57) « L'oisiel YMPIADE » (FSGT sport et santé)
- > Exposition archive départementale de Moselle ?

VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO

Ateliers ludiques et sportifs

Sport et santé

Entrée libre

SAMEDI 18 MAI et
19 MAI 2024

14H30 à 17H30

CITE DES SPORTS
FAMECK

« Un dos pour la vie »

« Se muscler à tous les âges »

Venez les encourager
le Dimanche de 8h30
à 20h00 !

« Emotions
partagées
garanties »

SPORTING CLUB
FAMECK

SCFAMECK57.SPORTS
REGIONS.FR

Nous adaptons le montant des cotisations en fonction des catégories, avec un tarif réduit pour les jeunes et les seniors et autres publics identifiés.(ALD,...)

Dans la licence FSGT qui est omnisport l'adhérent peut pratiquer toutes les activités proposées par l'association : haltérophilie, force athlétique, musculation,

Les moyens financiers nécessités par les axes de ce projet de développement seront obtenus par :

- Le développement d'un réseau de partenaires locaux
 - La recherche de subventions auprès des partenaires publics
 - Les contributions des licenciées, des bénévoles
 - L'optimisation des moyens actuellement existants (moyens humains et matériels) ;
 - La fourniture de prestations auprès de divers publics, d'autres associations : préparation physique sports collectifs, renforcement musculaire d'athlètes en lutte, athlétisme, judo ...

2.4.- Le volet social , éducatif et sportif

Poursuivre les partenariats, en développer de nouveaux :

- Avec les établissements scolaires, **quant à l'éducation posturale** .
- Avec UNSS dans le cadre du développement de l'haltérophilie en milieu scolaire
- D'autres clubs locaux : judo, lutte, sports collectifs
- Convention sport santé en entreprise « autour de situations de cross training » avec le CSE de Thyssen Krupps
- La ville : fête du sport, animations découverte, centres socio-culturels, animations estivales.
- **Partenariats poursuivis avec Moselle Mouv pour public ALD ou éloignés d'une activité physique : accompagnement individualisé ou accueil groupe mardi : 14h00 à 16h00 , salle Criton.**
- L'accompagnement de pratiquants souffrant de situations d'handicap (mal voyant , amputation dans et par des pratiques partagées . « **Merci aux accompagnateurs bénévoles du SCF dans ces situations** ».

Le 19 mai 2024 le SCF accueille à nouveau une épreuve nationale à Fameck, avec des animations éducatives pour tous publics la veille. le 18 mai 2024 de 14 à 17h30 (en projet en plus le lundi 20 mai)



SAMEDI 18 MAI 2024 14H30 17H30
CITE DES SPORTS - FAMECK
SE MUSCLER A TOUS LES AGES DE LA VIE -
SPORT ET SANTE

Animations et ateliers ludiques à tous les âges:

- (Auto) évaluation de sa condition physique.
- Ateliers d'éducation posturale « un dos pour la vie », se renforcer musculairement à tous les âges.
- Exposition avec quizz : « Histoire , sport et citoyenneté » (CASDEN) , « en avant- première » des JO de Paris 2024.
- Activités découvertes ludiques , avec jeux de l'ois géants
- « Questions sport et santé et défis musclés » (CDOS 57)
- « L'oisLYMPIADE » (FSGT sport et santé)
- Exposition archive départementale de Moselle ?

VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO VOTRE LOGO

Ateliers ludiques et sportifs
 Sport et santé
 Entrée libre

SAMEDI 18 MAI et
LE DIMANCHE 19 MAI 2024

14H30 à 17H30

CITE DES SPORTS
 FAMECK

« Un dos pour la vie »

« Se muscler à tous les âges »

Venez les encourager
 le Dimanche de 8h30 à 20h00 !

« Emotions partagées garanties »

SPORTING CLUB FAMECK

SCFAMECK57.SPORTS
REGIONS.FR

3 . En synthèse pour se développer et pérenniser la vie associative du club :

La pierre angulaire du développement pour le SCF repose principalement , sur cette possibilité de lieu unique : pour s'entraîner et organiser les épreuves officielles dans un même espace.

Un même espace permettant : tant de s'entraîner , et d'accueillir divers publics dans des projets renforcement musculaire à tous les âges et pour tous , que d'organiser les épreuves officielles des fédérations . La salle Muszinsky que nous sollicitons pour les compétitions répondrait au développement de nos diverses activités associatives d'entraînement et compétitives.

Cet élément représente donc un axe crucial (déjà évoqué auprès des services de la ville et par les documents transmis) : axe de développement de nos activités associatives, à chaque reprise de saison et bien entendu pour les prochaines saisons .

D'autant que pour nos disciplines sportives (et ce n'est pas le cas des autres activités sportives certaines d'entre elles sont en partie

commerciallement menées par des entreprises (1 indépendant et 1 franchisé) sur la seule ville de Fameck .

Le SCF s'engage depuis plusieurs décennies sur des dimensions non prises en compte par les entreprises commerciales , avec l'appui de 2 fédérations et de ses bénévoles aux compétences reconnues à développer dans un esprit convivial, **des activités associatives, sportives et compétitives :**

- vers les jeunes dès 10 ans et tous les publics , les non pratiquants pour découvrir ,
- des personnes en situation d'handicap ,
- des publics éloignés d'une pratique sportive,
- celles souhaitant s'entretenir et/ou optimiser leur condition physique ,
- des pratiquants sportifs de tous les âges (10 à 76 ans en 2023)

« tout en respectant l'intégrité physique et psychologique de chacun et de rendre les pratiquants autonomes à tous les âges. »

La seconde priorité de l'association : (déjà évoquée dans nos temps d'échanges internes : comité , AG, autour d'un temps de convivialité) se

structure autour de « **l'engagement associatif** » avec ce questionnement : « **comment le renouveler ?** » avec un second enjeu stratégique celui de la formation : **des bénévoles, officiels, animateurs et encadrants de nos activités , des licenciés sportifs, des acteurs de la gouvernance de l'association.**

SPORTING CLUB FAMECK



scfameck57.sportsregions.fr

Cité des Sports 57290 Fameck



Salle Criton = entraînement
Salle Muszinsky = compétition

Déclarations administratives

Assurances

Affichage et diffusion

Salle et équipement

Supervision et maintenance des équipements SCF

Locaux et sécurité

Certificat médical et prévention de la santé des pratiquants

Diplômes et / ou reconnaissances fédérales (FFHM / FSGT) des animateurs, encadrants, officiels.

Déclarations administratives



1. Fiche Sirène du club



2. Statut SCF
3. Règlement intérieur [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
4. Affiliation fédérations « affinitaire » et « délégataire » [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
5. Charte républicaine [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
6. Site SCF [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)

7. Mon compte association Sporting Club Fameck <https://lecompteasso.associations.gouv.fr/category/demarches-administratives/>

Assurances

1. SCF [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
2. FSGT [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
3. FFHM [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
4. Licences sportives



- Fiche d'adhésion
- https://scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/6343ce13d52d3_ficheadhsionSCFsaizon20222023.pdf [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://sportsregions.fr/sporting-club-fameck)
- Adhésion et cotisations : **affichage dans les locaux**

Affichage - Diffusion

1. Panneau d'affichage entrée de la salle : Règlements, cotisations licences sportives, horaires...
2. Consignes de sécurité et plan d'évacuation : **affichage dans les locaux**
3. Visuels règles de sécurité pratiques sportives : **affichage dans les locaux** (rangement, pareur, sécurité, nettoyage...)

4. Visuels d'usage pour le pratiquant : **document signalétique sur chaque équipement en cours de finalisation (avec tutoriel vidéo sur premier trimestre 2024)**
5. Livret d'accueil pour débiter et progresser en toute



sécurité :

6. https://scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/614328788dda0_santscuritetprogr essivitjuillet2020.
7. Des questions simples pour progresser avec son carnet d'entraînement
[https://scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/632b13bc72266_Desquestionnem entssimplespouranalysermasanceetproduiremonbilan.p df](https://scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/632b13bc72266_Desquestionnem entssimplespouranalysermasanceetproduiremonbilan.pdf)

Cité des Sports , Salle Criton (150 m2) et équipements SCF

1. Visuel des locaux mis à disposition par la ville : **affichage dans les locaux**
2. Planning horaire hebdomadaire d'utilisation des locaux par SCF [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://scfameck57.sportsregions.fr)

3. Descriptif synthétique des équipements [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://scfameck57.sportsregions.fr) en cours de finalisation avec fiche signalétique d'utilisation (affichage en salle)
4. Convention Ville de Fameck

Supervision et maintenance des matériels à charges guidées au SCF

1. Compte rendu Dekra : février 2023
2. Document de suivi des équipements : maintenance préventive, corrective, observations : début mars 2023 en cours de finalisation pour dernier trimestre 2023
3. Fiche de maintenance préventive et corrective par équipement

Locaux et sécurité

1. Règlement d' utilisation par la ville de Fameck des locaux, vestiaires et douches mis à disposition de la Cité des sports [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](https://scfameck57.sportsregions.fr)
2. Plan d'organisation de sécurité et de secours : **affichage dans les locaux**

Certificat médical et

préservation de la santé des pratiquants

1. Attestation parentale : **fiche d'inscription**
2. Certificat médical , première licence [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](#)
3. CERFA adulte , renouvellement licence
https://scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/5c35f9db5dafa_1questionnairesantecerfa1569901.pdf
4. CERFA mineur, renouvellement licence [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](#)
5. Déclaration accident : **protocole dans les locaux**
6. https://_DECLARATIONFSGTRGPD.pdf
scfameck57.sportsregions.fr/media/uploaded/sites/14422/document/6343cbfa5c383

**Diplôme, titre à finalité professionnelle ou
certificat de qualification permettant
l'encadrement contre rémunération** [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](#)

Compétences et reconnaissances fédérales des animateurs , encadrants , officiels, arbitres bénévoles [SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](#)

1. Planning horaire hebdomadaire des animateurs
[SPORTING CLUB FAMECK \(sportsregions.fr\)](#)



2. Attestation d'honorabilité