

Toutesport!

*Le sport, un levier
pour l'insertion
socioprofessionnelle
des femmes*

LE SAVIEZ-VOUS ?

En 2023, 71% des femmes de plus de 15 ans déclarent pratiquer un sport de manière régulière ou occasionnelle, contre 73% des hommes. Bien que ce taux de pratique sportive soit proche, **les différences s'observent dans le choix des disciplines, l'intensité des activités, les lieux de pratique, l'engagement dans la compétition** : par exemple, en 2022, les femmes ne représentent que 9% des licencié-es de la Fédération française de football et 10% des licencié-es de la Fédération française de cyclisme. Elles sont en revanche surreprésentées dans les Fédérations françaises d'équitation et de gymnastique où elles sont environ 80% des licencié-es.

Dans les zones les moins favorisées, en quartier prioritaires de la ville et en territoire rural isolé, les femmes pratiquent moins d'activité physique que les hommes.

Comment expliquer ces phénomènes ? Quels sont les obstacles rencontrés par les femmes pour accéder à une pratique sportive ? Quelles sont les solutions qui peuvent être proposées ?

La démarche « TouteSport » qu'est-ce que c'est ?

« TouteSport », projet porté par la Fédération nationale des CIDFF et décliné localement par une vingtaine de CIDFF depuis 2016, propose une approche intégrée de l'accès des femmes à la pratique sportive. **L'enjeu est de viser, par la pratique physique ou sportive, un développement du bien-être et de l'autonomie des femmes ainsi qu'une meilleure insertion sociale et professionnelle des participantes.**

Accompagnées par les professionnel·les des CIDFF, les femmes sont actrices du projet en étant impliquées tout au long de l'élaboration de celui-ci.

« TouteSport » s'inscrit dans un contexte où les inégalités entre les femmes et les hommes concernant l'accès aux activités physiques et sportives et l'appropriation de l'espace public persistent et affectent particulièrement les femmes en situation de précarité.

Le projet est déployé au cours de l'année 2024 par les CIDFF de l'Allier, d'Arles, du Cantal, du Gers, du Limousin, de Nancy, du Var et de la Sarthe.

Pourquoi encourager et développer la pratique sportive des femmes dans leur territoire ?

LES FREINS

Les freins à la pratique physique ou sportive sont similaires aux freins à l'insertion professionnelle des femmes :

Gestion du temps

Problèmes de santé

Manque de confiance en soi

Garde d'enfants

Mobilité insuffisante

Autonomie à développer

Appréhension des déplacements dans l'espace public

Craintes liées au harcèlement de rue

LES IMPACTS

La méthodologie « TouteSport » a déjà été éprouvée sur une vingtaine de territoires. À l'issue de ce projet, six impacts sociaux majeurs sont observables chez les participantes :

L'accès durable à l'activité physique et ses bienfaits physiques

L'autonomisation des participantes (meilleure articulation des temps de vie, mobilité, etc.)

Le renforcement de l'estime de soi

L'inscription dans un processus d'insertion professionnelle

La rupture de l'isolement via le développement du lien social

L'appropriation de l'espace public par les femmes



Une démarche commune

Un groupe d'une dizaine de femmes, dont certaines sont étrangères primo-arrivantes, est constitué au sein des huit CIDFF impliqués dans l'élaboration du projet.

Les femmes se réunissent autour d'une méthodologie commune pour aboutir à un diagnostic des freins à la pratique sportive. Des propositions concrètes pour améliorer les conditions d'accès à la pratique sportive dans leur territoire sont ensuite formulées et discutées avec les partenaires locaux.

UNE MÉTHODOLOGIE COMMUNE

Sensibilisation
à la pratique
sportive et physique

Implication des participantes
dans le projet :
diagnostic et plan d'action

Diagnostic des freins
à la pratique sportive
et physique

Mobilisation
des partenaires locaux

Réappropriation
de l'espace public

Sensibilisation à l'égalité
femme-homme et à la mixité,
prévention des violences

Une action emploi innovante

- **Un accompagnement dans la durée** : une prise en charge globale de la situation des bénéficiaires (santé, mobilité, articulation des temps de vie, violences, emploi, etc) est assurée par les équipes pluridisciplinaires des CIDFF ;
- **Une sensibilisation à l'égalité femme-homme**, aux violences et à la mixité dans le sport auprès du public des femmes et des professionnel·les de tout secteur ;
- **Une promotion de la citoyenneté** : un accompagnement des femmes vers une meilleure connaissance du territoire au travers un diagnostic local de l'offre de services existants, des marches exploratoires, l'implication à des manifestations locales, etc. ;
- **Une démarche participative** : les femmes sont actrices du projet pour favoriser la reprise de confiance en soi et l'autonomie.

Impliquez-vous à nos côtés !

DE QUELLES MANIÈRES ?

→ Parler de notre projet aux principales concernées

Vous êtes une structure ou un organisme accueillant du public féminin ? Vous avez identifié des besoins en termes d'accompagnement à la reprise d'une activité ou d'une pratique sportive et/ou à la levée des freins à l'insertion professionnelle via la reprise de confiance en soi et la création de lien social ? Distribuez nos flyers de communications à destination du public et informez vos bénéficiaires de nos actions.

→ Apporter un soutien logistique au projet

Pourvoyez aux besoins des femmes accompagnées en fournissant des équipements sportifs (tenues, chaussures de sport, accessoires, etc), un accès à une infrastructure, des places pour des manifestations sportives, fournir du matériel pour l'organisation des rencontres ou manifestations sportives, proposer du mécénat de compétences, etc.

→ Faire connaître le projet sur les territoires

Aidez-nous à faire connaître le projet au travers de publications dans la presse locale ou nationale, de reportages vidéo, ou en relayant les informations sur les réseaux sociaux.

→ Vous êtes sportif·ve de haut niveau ?

Engagez-vous dans une des manifestations organisées par les groupes de femmes, devenez ambassadeur·ice de la démarche sur votre territoire, venez inspirer les femmes !

→ Vous êtes un acteur dans le domaine du sport et/ou de l'emploi ?

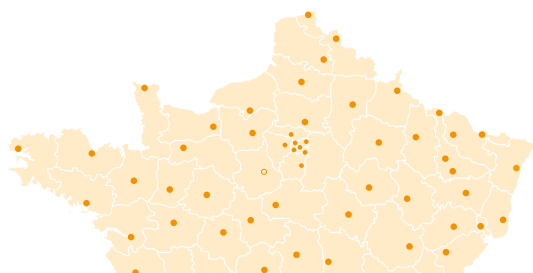
Mettons en commun nos expertises en coorganisant des actions à destination des bénéficiaires (ateliers de sensibilisation, présentation d'un sport, d'un dispositif, etc) dans le but de croiser les regards.

→ Vous souhaitez plus d'informations sur TouteSport ?

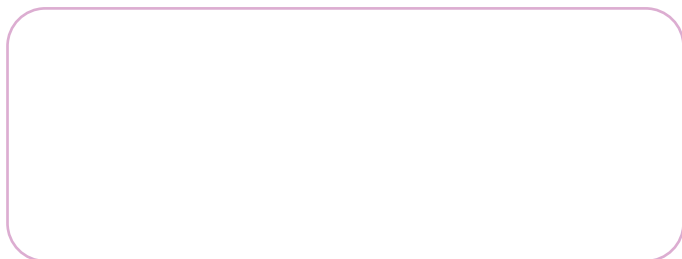
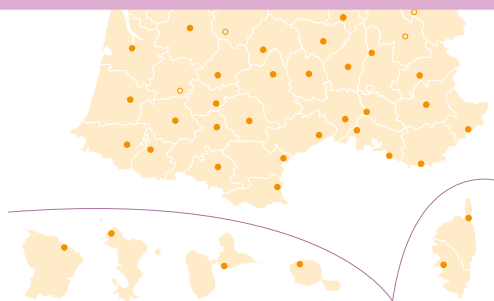
Vous êtes un acteur local dans une ville concernée par le projet ?



Les CIDFF - Centres d'information sur les droits des femmes et des familles - exercent une mission d'intérêt général, confiée par l'État pour favoriser l'accès aux droits des femmes et leur insertion socio-économique. Les CIDFF contribuent à améliorer la vie des femmes et à construire une société plus égalitaire à travers la lutte contre les violences sexistes et sexuelles et la promotion de l'égalité entre les femmes et les hommes.



98 CIDFF en France métropolitaine et dans les territoires
Outre-mer avec plus de 2300 permanences.



Plaquette réalisée par la Fédération nationale des CIDFF
7, rue du Jura, 75013 Paris