INSERTION
PAR
LE SPORT

Prendre la balle au rebond

La pratique sportive présente pour les intervenants sociaux de multiples atouts favorisant l'inclusion sociale des publics vulnérables. Elle permet de se décentrer de sa vie quotidienne, de se dynamiser, de renouer avec le collectif… Tour d'horizon de projets qui luttent contre la stigmatisation.

« L*E SPORT en soi n'est pas magique. Si l'on place dix voyous sur un terrain de rugby, ils vont se déchirer*, affirme Sanoussi Diarra, ancien rugbyman professionnel, co-fondateur et président de l'association Rebonds ! à Toulouse. *En revanche, associé à un accompagnement social, le sport peut devenir un formidable outil d'inclusion sociale et professionnelle.* » C'est le pari relevé depuis douze ans par Rebonds ! en région Midi-Pyrénées. Une quinzaine de salariés – à la casquette à la fois sportive et sociale – et une centaine de bénévoles mettent les valeurs du rugby (acceptation des différences, courage, importance du collectif…) au service d'un accompagnement global d'enfants et d'adolescents en difficulté vivant dans des quartiers dits « sensibles » ou en milieu rural.

Le « *Projet insertion rugby* » initie des écoliers, des collégiens et des enfants accueillis en établissements spécialisés (instituts thérapeutiques éducatifs et pédagogiques (Itep), maisons d'enfants à caractère social (Mecs)…) à la pratique du ballon ovale. Une initiation sur six semaines qui permet aux éducateurs socio-sportifs de Rebonds ! de repérer les gosses en difficulté attirés par le rugby et de les inscrire dans l'un des trente clubs partenaires extérieurs aux quartiers afin qu'ils bénéficient des atouts d'une véritable mixité sociale. Le travail social peut alors commencer : après avoir rencontré la famille du jeune qu'elle accompagne aux entraînements, l'équipe de Rebonds ! assure son suivi au long cours en lien avec tous ses référents (professeurs des écoles, éducateurs spécialisés…), les dispositifs de droit commun et les acteurs de l'insertion qu'elle connaît bien. « *Nous n'avons pas de contraintes administratives, nous pouvons faire preuve de réactivité, de souplesse, de disponibilité durant toutes les années que dure l'accompagnement : de l'école jusqu'à l'insertion professionnelle* », défend Sanoussi Diarra.

Avec l'association Rebonds !, les filles découvrent le rugby et rejoignent, si elles le souhaitent, le monde de l'Ovalie.

En parallèle, l'équipe soutient la famille dans la résolution de ses problèmes sociaux, sanitaires ou professionnels, voire dans ses soucis liés à la parentalité. Ainsi, voici dix ans, elle rencontrait Louis (1), un préadolescent vivant dans un squat insalubre avec sa famille. Il ne parlait pas français ; un enseignant lui donnait des cours le soir. Doué pour le rugby, il a rejoint un club et développé sa socialisation. Parallèlement, l'assistante de service social de Rebonds ! et ses partenaires ont permis le relogement de la famille et pris en charge la fratrie. Aujourd'hui, le jeune homme est titulaire d'un BAFA et d'un BTS.

Le « *Parcours Sport Animation* » de Rebonds ! propose pour sa part aux jeunes âgés de 17 à 21 ans en difficulté sociale, en rupture scolaire, isolés mais motivés par le monde de l'animation et du sport, de passer un BAFA ou un diplôme sportif. « *L'occasion pour eux de passer du statut de personne aidée à celui de personne qui aide* », souligne le président. L'association veille aussi à la mixité garçons/filles. Si celle-ci fonctionne bien jusqu'en classe de 5ᵉ, les filles rencontrent ensuite des difficultés pour rejoindre les clubs de rugby, essentiellement masculins. Les éducateurs créent alors des groupes féminins, entraînent les rugbywomen et lorsqu'elles ont acquis un bon niveau, les orientent dans un club par groupe de trois ou quatre pour faciliter leur intégration.

Enfin, l'association favorise l'intégration des jeunes en situation de handicap dans les clubs ordinaires et a créé une section handisport pour ceux plus lourdement handicapés. « *Le rugby a un point fort*, apprécie Sanoussi Diarra : *chaque adolescent, quel que soit son gabarit – en surpoids, malingre, petit – trouve sa place sur le terrain et en est valorisé.* » Tous les ans, l'association qu'il préside touche quatre mille jeunes et propose un suivi social à une centaine d'entre eux.

Une approche holistique

La passion du mouvement est également le moteur de l'association Viacti qui propose de l'activité physique adaptée et santé (APAS) à des publics en difficulté, en partenariat avec trente-trois structures médico-sociales et associatives franciliennes. Pratiquant la thérapie par le mouvement, l'APAS tente de redonner confiance en soi et peut aider à la prise en charge d'un problème de santé. La différence avec le sport : le coach fait progresser sur le plan sportif, l'approche holistique de l'APAS a des bienfaits physiques, cognitifs, physiologiques, psychiques et sociaux. Dans la démarche de Viacti, le travailleur social occupe une place primordiale. Il co-construit les ateliers en fonction des besoins des usagers et il y participe. Un professeur diplômé d'APAS propose par exemple un atelier de gymnastique douce auprès d'une demi-douzaine d'hommes accueillis au Refuge, un centre d'hébergement et de réinsertion sociale (CHRS) parisien. Une activité qu'il adapte à un groupe très hétérogène : hommes jeunes, vieillissants, en situation de handicap moteur… La mise en place de ce projet, à l'initiative d'un éducateur spécialisé, a nécessité un an. Le professionnel souhaitait proposer une activité à ces personnes qui ne savent pas quoi faire dans la journée, qui ont perdu la notion du temps et de l'espace. Une activité qui soit également bénéfique pour la santé – la grande précarité entraîne très souvent des troubles cardio-vasculaires –, qui permette d'aborder des notions d'hygiène et de santé, de se socialiser, de se sentir mieux et de travailler individuellement leurs difficultés physiques avec le professeur d'APAS référent ou le stagiaire psychomotricien qui travaille avec Viacti. « *Tout n'a pas été simple pour constituer un groupe. Réticents, les résidents associaient la pratique sportive à leur vie d'avant (avant la rue, la maladie, la vieillesse)*, évoque Stéphane Lusgarten, co-fondateur de Viacti. *Déjà lassés par la vie collective, ils n'étaient pas motivés par une activité de groupe et par l'idée de respecter des horaires. De plus, la notion d'engagement est compliquée pour eux. Donc dans un premier temps, nous avons proposé des cycles d'un mois. Les résidents qui ne venaient pas régulièrement pouvaient recommencer l'activité le mois suivant.* »

Offrir aux personnes en difficulté la possibilité d'exprimer leur potentiel et leur désir.

Pour favoriser la participation des publics vulnérables, l'association organise chaque année plusieurs semaines sportives ouvertes au grand public, qui lui permettent de découvrir différentes disciplines (yoga, qi gong…) sans contrainte. Une bonne approche pour susciter l'envie de participer à une activité régulière. L'association prend aussi en compte les réalités des structures dans lesquelles elle intervient : dans un centre d'hébergement d'urgence (CHU) où les femmes ont déserté l'atelier gymnastique douce avec l'arrivée des hommes, peu désireuses de s'exposer à eux, elle a mis en place une activité sportive spécifique pour elles et propose chaque mois un atelier mixte.

LE MINISTÈRE, SUPPORTER DE L'INCLUSION PAR LE SPORT

La pratique d'une activité physique et sportive adaptée (APSA) peut constituer une aide dans le parcours de reconstruction des personnes en situation de vulnérabilité, estime le ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports.

« *L'article L100-1 du Code du sport reconnaît que les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'intégration et de la vie sociale et que leurs promotion et développement sont d'intérêt général. Le ministère chargé des sports a donc impulsé une offre d'APSA sur l'ensemble du territoire, notamment au travers du plan pluriannuel de lutte contre la pauvreté et pour l'inclusion sociale de 2013* », explique Cédric Chaumond, adjoint à la chef du bureau du développement des pratiques sportives, de l'éthique sportive et des fédérations multisports et affinitaires au sein de la Direction des sports du ministère.

La mission du Pôle ressource national Sport éducation mixités citoyenneté (PRN SEMC) (1) du ministère ? Réduire les inégalités d'accès à la pratique sportive pour des raisons sociales ou géographiques, inciter tous les acteurs du sport à s'engager dans la construction et la formalisation d'activités dans toutes les structures relevant du Code de l'action sociale et des familles et modéliser des actions réussies sur le terrain.

Sa plate-forme internet, dédiée à l'inclusion sociale par le sport, réunit des compétences et des expertises interministérielles. « *L'idée est de co-construire une offre qui permette de répondre aux besoins spécifiques des établissements, des personnes vulnérables, des équipes et des structures sportives.* »

Le PRN SEMC accompagne les services de l'État, les acteurs des champs sportif et social dans une mise en œuvre partenariale des politiques publiques relatives à l'utilisation de l'APSA. Pour Cédric Chaumond, le bilan est positif avec, depuis 2013, la mise en place d'une véritable dynamique, la formation d'une cinquantaine d'agents de l'État issus des services régionaux et départementaux à l'accompagnement et au développement d'APSA dans leurs territoires ; l'intégration des contenus par les organismes de formation aux métiers de l'encadrement sportif vis-à-vis des publics vulnérables et la multiplication d'offres de terrain.

---

(1) http://www.semc.sports.gouv.fr/

Viacti travaille également avec l'association Hors la rue qui intervient auprès des mineurs non accompagnés en Seine-Saint-Denis. L'objectif ? Les aider à interroger la notion de règle, d'autorité. « *Nous avons commencé par le rugby, sport dans lequel la charge émotionnelle et la prise de risque sont très fortes. La règle permet de jouer ensemble sans se blesser, d'apprendre à se protéger* », explique Stéphane Lusgarten. Puis les deux associations ont proposé l'Ultimate, un jeu collectif qui utilise un disque et oppose deux équipes sans arbitre, chaque joueur doit donc respecter les règles par lui-même. Aujourd'hui elles organisent des activités alliant sport et secourisme pour permettre aux ados de prendre conscience de leurs conduites à risque (se déplacer sur un axe routier, abuser du tabac…). Elles ont organisé une course d'orientation dans une forêt francilienne, où ils ont pu mesurer ce qu'ils pouvaient faire sans danger ou pour le prévenir. Puis elles ont proposé des cours de lutte et d'accrosport, activités pour lesquelles la prise de risque est essentielle à la réussite. À la fin de chaque séance, les jeunes découvrent des gestes de secourisme. En projet ? Une activité aquatique car pour eux, l'eau est parfois associée à un traumatisme, comme la traversée de la Méditerranée sur un rafiot de fortune. « *Nous allons utiliser le milieu aquatique sans risque pour leur permettre de mieux comprendre leurs peurs et de les maîtriser pour qu'ils gagnent en confiance et progressent* », évoque le co-fondateur de Viacti.

Son équipe partage des temps de concertation sur le groupe et/ou sur les situations individuelles avec les travailleurs sociaux des différentes structures partenaires. Leur présence régulière est indispensable dans les activités sportives, car ils ont la connaissance des publics, de leurs besoins et ils savent intervenir en cas de demande ou de problème. « *Malheureusement, ces temps de préparation, de participation et d'évaluation sont très chronophages pour eux qui ont de nombreuses missions à assurer. Cela peut les amener à renoncer aux actions autour des pratiques sportives* », regrette Stéphane Lusgarten.

Des bénéfices indéniables

Ces activités partagées changent la relation usagers/travailleurs sociaux. Elles permettent de sortir des traditionnels face-à-face, de partir des potentiels d'une personne plutôt que de ses faiblesses. Elles favorisent aussi la rencontre et la proximité dans une activité un peu hors du temps. « *Nous avons travaillé sur le thème du rapport à l'autre avec des duos travailleur social / jeune. L'un avait les yeux bandés et devait se déplacer avec le soutien de son partenaire*, évoque Stéphane Lusgarten. *C'était très intéressant de voir la façon dont la relation de confiance s'installait par le corps, alors que l'exercice entraîne des peurs, des obstacles, une progression. Nous avons ensuite pu parler de la confiance en soi, en l'autre et interroger le duo.* »

De l'avis général, si elles ne sont effectivement pas magiques en soi et souvent difficiles à mettre en place, les pratiques sportives associées à un accompagnement social offrent aux personnes en difficulté la possibilité – trop rare – d'exprimer leur potentiel et leur désir. Elles leur permettent de passer du statut de sans abri, de patients souffrant d'une addiction, de jeune en difficulté… à celui de joueur de rugby, de foot ou encore de cycliste, de laisser de côté pour un moment la situation de précarité, de se remobiliser, de retrouver le plaisir, le jeu et une vie sociale. Un processus de transformation peut alors se mettre en marche.

Kaïla Rouil-Fiorenzi

---

[1] Les prénoms ont été changés.

NAGER CONTRE LA TRANSPHOBIE

Pour permettre aux personnes transgenres de pratiquer des activités aquatiques libres dans des conditions bienveillantes, l'Association d'auto-support des trans migrantes et précaires en France (ACCEPTESS-T) et l'association Viacti ont mis en place le projet Eau z'ons le Genre avec deux piscines parisiennes. Souvent discriminées, victimes d'agressions physiques ou verbales, ignorées ou moquées, les personnes transgenres souffrent aussi d'isolement, de liens familiaux conflictuels qui entraînent de l'anxiété. Certaines, touchées par le VIH/sida, subissent les effets secondaires de traitements lourds, d'autres présentent des risques cardio-vasculaires liés à l'hormonothérapie. La natation, l'aquagym leur permettent de rompre l'isolement, de se détendre, de s'amuser et d'améliorer leur santé. Des activités que certaines personnes ne pratiquaient plus depuis vingt ou trente ans, peu enclines à montrer un corps en mutation ou portant les cicatrices d'une transformation physique.

Le samedi soir, une piscine leur offre un créneau de deux heures et demi pour nager avec leur conjoint, leurs enfants, leur famille, leurs amis… Il est également ouvert au public qui signe une charte dans laquelle il s'engage à venir sans animosité. L'association en profite pour diffuser une information sur la question du transgenrisme, une bonne façon de lutter contre la discrimination.

Le lundi et le jeudi, huit adhérents d'ACCEPTESS-T pratiquent une activité adaptée individuelle dans une autre piscine. « *Nous travaillons sur la qualité de vie, les soins, les mouvements afin de freiner les limitations engendrées par l'hormonothérapie*, souligne Stéphane Lusgarten qui l'anime. *Ces personnes redécouvrent un espace de mobilité, un rapport à soi. L'eau les enveloppe et leur permet de ressentir leur corps.* »