

Les mousquetaires de CORBAS



Corbas le 17 novembre 2020

PREVENTION SOLIDARITE CITOYENNETE 2024

Les Mousquetaires de Corbas étant reconnus en France pour leurs compétences de formation des athlètes et des performances réalisées, il est temps de passer à une seconde étape plus citoyenne. Le projet **Prévention solidarité Citoyenneté 2024** fait partie de notre **Projet associatif 2024**.

Nous envisageons ce projet sur **3 axes** tournés vers l'intégration du club dans la cité. Certaines actions sont déjà en cours, ce projet a pour objectif de les renforcer, de les développer par d'autres actions complémentaires et de formaliser notre travail pour connaître les **besoins** et **budgets** nécessaires. Ces actions nous permettront de faire connaître les disciplines que nous proposons aux institutions qui nous entourent. La possibilité de proposer aux personnes visées les cinq disciplines du Pentathlon Moderne, notre spécialité étant l'escrime, offre un large panel pour toucher un maximum de personnes pratiquant peu ou pas d'activité physique. Ceci nous donnera une **visibilité** auprès de la population et des collectivités de notre bassin de vie, en rendant un service à la population en retour des efforts consentis par la collectivité. Ces démarches permettront d'amener un nombre important de primo licenciés à terme au club. Dans les **résultats attendus**, l'implication de tous nos adhérents et de leurs parents est une priorité, pour les sensibiliser et leur montrer que leurs actions même les plus petites peuvent avoir une grande influence sur le monde qui les entoure.

1. MANAGEMENT

- Compétence : comité directeur du club
- Validation : par l'assemblée générale du club
- Au sein du CA : création d'une commission de suivi du projet
- Rapport et évaluation du projet : présenté annuellement en assemblée générale

2. ACTEURS

- Compétence médicale : Docteur Eric Peinnequin
- Compétence Paramédicale : Margaux Tassin



Les mousquetaires de CORBAS



- Compétence technique : Maître Rémi Blot et Yoran Vasseur
- Les 3 entraîneurs fédéraux : Fébée Bluzet, Gwendal Taxis et Matthieu Largy
- Assistance au projet : les deux services civiques du club

LES TROIS AXES

1. PREVENTION

Nous souhaitons dans les 2 domaines suivants santé et autonomie, faire intervenir la pratique de nos disciplines :

SANTE

- Compétence médicale : Docteur Eric Peinnequin
- Compétence Paramédicale : Margaux Tassin
- Compétence technique : Maître Rémi Blot
- Assistance au projet : les deux services civiques du club

OBESITE

REPPPOP

Prise en charge des enfants via le réseau RÉPPPOP dans notre bassin de vie lors de séances adaptées et variées qui permettront une intimité nécessaire pour les participants sans regard extérieur. Au-delà des apports pour la santé, l'escrime peut être vecteur d'un rapport bienveillant à son propre corps, et ainsi apporter confiance en soi et épanouissement à travers une activité ludique.

POUR QUI

Les personnes qui souffrent de diabète de type 2, de surpoids ou d'obésité peuvent pratiquer l'escrime adaptée pour équilibrer leur glycémie, contrôler leur poids et réduire leur risque cardiovasculaire.

MOYENS

La fourniture par le club de moyens matériels tels que tenues d'escrime, pistolet de Laser run et matériel d'équitation. Les déplacements d'un site à l'autre seront organisés par le club.

MEMOIRE

Intervention à la maison de retraite de Corbas auprès des résidents et en partenariat avec les CCAS pour les personnes âgées isolées en utilisant les règles et techniques de l'escrime pour mettre en action les fonctions de mémorisation et de visualisation dans l'espace. Le Laser Run sera utilisé sous une forme adaptée. La pratique du tir au pistolet laser permet de travailler la concentration complétée par un parcours sous forme de déplacements limités vers des ateliers questions. Cette activité peut être réalisée assis ou depuis son fauteuil.

COMPETITEURS

La pratique à haut niveau (national et international) de nos athlètes nous a amené à développer un encadrement particulier sur le plan de la santé mentale et physique de nos jeunes qui implique un suivi médical important.

PHYSIQUE

Le suivi médical des compétiteurs du club des moins de 5 ans aux vétérans, établi par le docteur Eric Peinnequin permet la prévention des blessures, un traitement adapté pour réduire les risques de



Les mousquetaires de CORBAS



récidives et évite l'aspect chronique des blessures mal soignées. Les compétences de Margaux Tassin, podologue, renforcent l'action médicale de prévention.

PSYCHOLOGIQUE

L'aide psychologique est très importante dans la qualité des performances, mais aussi dans le bien-être des enfants qui nous sont confiés. Les affaires récentes nous amènent à réfléchir sur le sujet et à éviter toutes dérives. Nous développons une solution en équipe ou chacun à un regard sur les autres intervenants, sans a priori ni suspicion. La parole des entraînés doit être facilitée et les parents associés à la vie sportive de leurs enfants. La commission santé du club est en charge de ce dossier et est à la disposition des adhérents et parents.

L'AUTONOMIE

- Compétence médicale : Docteur Eric Peinnequin
- Compétence technique : Maître Yoran Vasseur et Rémi Blot
- Assistance au projet : les deux services civiques du club

REEDUCATION CANCER DU SEIN

Avoir une activité physique ou sportive est essentiel dans les suites d'un cancer du sein. L'escrime adaptée aux patientes est un moyen élégant et ludique de retrouver le plaisir de bouger. L'enseignant a suivi une formation spécifique et obligatoire.

Pourquoi l'Escrime ? Parce que c'est un sport :

- Ludique et élégant
- qui diminue la fatigue induite par la chimiothérapie et le cancer
- qui développe la combativité
- qui mobilise l'épaule opérée d'une manière réflexe et inconsciente
- qui lutte contre l'attitude de repli
- dont la tenue recouvre tout le corps
- qui lutte contre la solitude
- qui répond à une attaque par une parade et une RIPOSTE

QUELLES ACTIVITES ?

- Des cours collectifs avec des leçons individuelles au sabre encadrés par des Maîtres d'Armes formés.
- Une pratique de l'escrime adaptée complémentaire à la rééducation kiné, et soumise à l'aval du milieu médical.
- Un suivi physique régulier est assuré au sein de l'association par une équipe médicale.
- L'activité s'adresse aux femmes qu'elles soient ou non en cours de traitement.
- Des cours d'escrime artistique sont proposés après quelques mois de pratique.

INTEGRATION AU CLUB

Nous envisageons pour les femmes qui le souhaitent de participer, aux côtés des adhérents, aux échanges internationaux que nous organisons notamment avec le club de BELVAROSI VIVO à BUDAPEST.

MOBILITE

Intervention à la maison de retraite de Corbas auprès des résidents et en partenariat avec les CCAS pour les personnes âgées isolées en utilisant l'escrime comme vecteur de mise en action des personnes valides et à mobilité réduite. L'objectif est de maintenir une activité physique et intellectuelle mais aussi



Les mousquetaires de CORBAS



de briser l'isolement dont sont souvent victimes les personnes qui résident dans ce type d'établissement. Pour ces personnes, la pratique s'effectuera dans les maisons de retraite.

LES PRINCIPES A RESPECTER :

- Le travail sera proposé de manière collective et individuelle face à l'enseignant. Des circuits seront envisagés pour les personnes autonomes sans l'intervention directe de l'intervenant.
- Un travail au plastron sera présenté en alternance avec un travail collectif pour individualiser l'approche pédagogique.
- Les exercices proposés viseront à développer autant que possible la dextérité manuelle, la maîtrise de l'outil, la coordination, la précision, l'équilibre, la mémorisation. Ils devraient privilégier le jeu et être exécutés de manière ambidextre.

2. SOLIDARITE

La nécessité d'ouvrir l'accès à des pratiques sportives qui ne sont pas accessibles traditionnellement à tous publics, pour des raisons de proximité ou financières.

- Compétence : comité directeur du club

MIGRANTS

- Compétence technique : Maître Rémi Blot
- Assistance au projet : les deux services civiques du club

Un parent de licencié de notre club dirige un foyer accueillant temporairement des mineurs migrants sur Lyon. Nous avons effectué une action découverte qui a rencontré un grand succès auprès des jeunes qui découvraient un univers totalement inconnu pour eux. L'établissement nous a sollicités pour une action régulière de séances découvertes et initiation au foyer au rythme de 1 par mois auprès des jeunes mineurs accueillis dans ce centre. Avec objectif de permettre aux jeunes de rejoindre un cours du club et de partager une séance avec les adhérents du club. Accompagnement de ces jeunes sur une compétition à laquelle participent nos adhérents.

FAMILLES EN DIFFICULTES

- Assistance au projet : les deux services civiques du club

La ville de Corbas a mis en place une aide financière aux familles en fonction de leur coefficient familial. Le club apportera une réduction équivalente aux familles bénéficiaires de l'aide municipale. La solution adoptée pourrait être la gratuité du matériel loué aux adhérents, les montants pouvant atteindre 50€ annuel pour l'escrime, 30€ pour le Laser Run, 10€ pour la natation et 30€ pour l'équitation. L'accueil de sportifs en situation de handicap, favorisé par l'action des volontaires du service civique, sera amplifié et proposé aux structures du bassin de vie.

SPORT EN PRISON

- Compétence technique : maître Rémi Blot

Le Comité Régional Olympique et Sportif Auvergne-Rhône-Alpes (CROS AURA), en partenariat avec la Direction Interrégionale des Services Pénitenciers Auvergne-Rhône-Alpes (DISP), mènent ensemble depuis 2012, avec la collaboration des ligues et des comités régionaux, le projet SPORT ET PRISON. Ce dernier consiste au travers d'un cycle de sensibilisation (8 séances de 2h) à faire découvrir le sport en détention grâce à l'animation de séances encadrées par un technicien du sport, spécialiste de sa discipline. Nous répondons à cet appel à projet afin d'intervenir auprès de l'établissement de Corbas.



Les mousquetaires de CORBAS



3. CITOYENNETE

DEVELOPPEMENT DURABLE

- Assistance au projet : les deux services civiques du club

TRI DES DECHETS

La question du tri des déchets est primordiale, notamment lors de l'organisation des événements sportifs et associatifs qui rythment la vie du club. Un plan déchets matériels durant l'année permet une gestion durable et éclairée de ces déchets, tout en sensibilisant les membres à ce sujet collectif et citoyen. Lors des compétitions, entre autre, le club pourrait contribuer à montrer l'exemple et sensibiliser à un tri pertinent (affiches, poubelles séparées...) et même à la réduction des déchets (usage d'écocup à l'effigie du club). Des partenariats avec certains acteurs de la commune en lien avec ces problématiques pourraient également être envisagés (Chez Gaëlle, magasin Bio et zéro déchet).

ENTRETIEN ET RECYCLAGE DU MATERIEL D'ESCRIME

Le personnel encadrant du club a à la fois les compétences et les outils nécessaires pour entretenir le matériel, en entraînement comme en compétition. Les épées notamment, lorsqu'elles présentent des déformations ou des faux contacts sont réparées au sein du club. Le matériel est ainsi géré de manière durable et économique, tout en proposant une formation des jeunes et de leurs parents, qui peuvent apprendre à réparer eux-mêmes leur équipement. Le club veille par ailleurs à un tri pertinent des différents équipements en fin de vie (tenues, épées, câbles...), afin que chaque élément soit recyclé quand il se peut.

TRANSPORT

Les nombreux événements sportifs et compétitifs amènent les membres du club à se déplacer régulièrement dans les différentes régions de France. Le principe de covoiturage est à minima mis en place pour chaque déplacement, avec une optimisation du remplissage des voitures. Des mini-bus sont loués en cas de besoin. Les membres sont par ailleurs encouragés à venir à plusieurs à l'entraînement, que ce se soit en voiture ou en modes doux.

SERVICE CIVIQUE

- Tutorat : Serge Alloisio

LE SERVICE

Notre club est agréé sous le n° RA-069-17-00048 depuis 3 ans, 5 jeunes ont déjà effectué leur mission. Nous proposons chaque année à 2 jeunes de devenir Volontaires du service civique. Ils prennent la mesure des besoins du club et des adhérents. L'accueil de deux de nos adhérents en situation de handicap leur a permis de se confronter à la différence. La communication du club et la réalisation de gros événements tels que les championnats de France 2019 et le Global Laser Run City Tour 2020, leur a permis de prendre conscience de l'action collective.

FORMATION

OBLIGATOIRE :

- La formation au PSC1 est obligatoire pour les volontaires et prise en charge par l'état.



Les mousquetaires de CORBAS



- Une journée citoyenne est obligatoire, la rencontre avec d'autres bénévoles est un apport essentiel.

SUPPLEMENTAIRE :

Une formation à la communication est nécessaire pour les volontaires. La gestion du site internet et réseaux sociaux, demande des compétences nouvelles.

TRAVAIL

Pour tous les volontaires c'est le premier contact avec le monde professionnel. Le respect des missions et des horaires, les contraintes qu'ils découvrent.

VISIBILITE COMMUNICATION

La communication étant l'outil indispensable au développement du projet, les points suivants sont cruciaux.

1. NOS VECTEURS HABITUELS


LE TRADITIONNEL

Nos moyens traditionnels de diffusion d'informations de nos activités sont les flyers, affiches, banderoles, T-shirts événements. Nous avons, grâce à nos volontaires du service civique, bénéficié de compétences artistiques qui nous ont permis de réaliser des visuels originaux et très esthétiques.

LE SITE INTERNET

Le site des [Mousquetaires de Corbas](https://www.lesmousquetairesdecorbas.fr) a été créé pour tisser du lien entre les adhérents, les informer des événements à venir et des résultats des compétitions, mettre à leur disposition les documents officiels du club et offrir une information au grand public sur les disciplines pratiquées.

LES RESEAUX SOCIAUX

Nous sommes présents sur les réseaux sociaux    , nous communiquons sur la vie du club, résultats, événements... Nous communiquons nos principaux événements sur des sites comme "[Tous Voisins](#)". Certains membres, grâce à leurs compétences en photographie, permettent d'enrichir ces publications de photos de grande qualité.

LES OUTILS TERRITORIAUX

La ville de Corbas et le Grand Lyon relayent les événements comme les Championnats de France en 2019, le Global Laser Run City Tour 2020 pour ne parler que des plus récents.

2. NOS VECTEURS EXCEPTIONNELS

LES PUBLICATIONS FEDERALES

Les sites des instances Fédérales et régionales communiquent sur les actions et événements que nous organisons.

FRANCE 3

Grâce au réseau des adhérents, nous avons eu une couverture médiatique de France 3 pour le championnat de France M20 fleuret en 2019. Un passage en direct dans le JT et un reportage sur une participante lyonnaise mal entendante ont été diffusés.



Les mousquetaires de CORBAS



3. LES NOUVELLES PISTES

LES STRUCTURES "PROJET COMPATIBLE"

Une démarche de prise de contact avec toutes les structures du bassin de vie en relation avec les thèmes de notre projet permettra de relayer et étayer nos actions tout en favorisant un ancrage citoyen et territorial fort.

PARTENAIRES

Communiquer régulièrement sur les avancées du projet, initier des rencontres entre tous les partenaires sur des événements marquant permettront de favoriser le développement d'un réseau d'acteur fort, utile pour le club comme pour la commune.

CALENDRIER

1. 2020

Validation du projet par le comité directeur et l'assemblée générale de novembre.

2. 2021

FORMATIONS

Cette 1^{ère} année du projet sera le temps des formations de nos encadrants dans les domaines du sport-santé et du handisport.

CONVENTIONS

La reconduction des conventions existantes et l'élaboration de nouvelles avec les établissements de notre bassin de vie.

ACTIONS

La continuité des actions existantes et le démarrage de deux nouvelles actions.

RAPPORT

La commission présente en assemblée générale un rapport sur le lancement et suivi du projet.

3. 2022

CONVENTIONS

La reconduction des conventions existantes et l'élaboration de nouvelles avec les établissements de notre bassin de vie.

ACTIONS

La continuité des actions existantes et le démarrage de l'ensemble des actions prévues au projet.

AUDIT

A mi-projet, une évaluation des tâches accomplies et du reste à faire sera effectuée de manière à appliquer les actions correctives nécessaires à la bonne marche du projet. Validation par l'AG et communication à l'ensemble des partenaires.



Les mousquetaires de CORBAS



4. 2023

ACTIONS CORRECTIVES

Applications des actions correctives retenues.

ACTIONS

La continuité des actions existantes et le démarrage de l'ensemble des actions prévues au projet.

RAPPORT

La commission présente en assemblée générale un rapport sur le suivi du projet. Après validation, ce rapport sera communiqué à l'ensemble des partenaires.

5. 2024

ACTIONS

La continuité des actions existantes et le démarrage de l'ensemble des actions prévues au projet.

BILAN

La commission présente en assemblée générale un rapport sur le projet. Après validation, ce rapport sera communiqué à l'ensemble des partenaires.

LES BESOINS

1. PARTENAIRES - RESEAU

INSTANCES FEDERALE

LE COMITE DU RHONE D'ESCRIME

Les contacts et connections établis au niveau local par le comité nous permettront une légitimité et une mise en relation facilitée avec des organismes concernés par notre projet. Sans compter l'aide financière apportée par ailleurs par le comité.

LES FEDERATIONS FRANÇAISE D'ESCRIME ET DE PENTATHLON MODERNE

Les formations déjà en place dans ces domaines permettront à nos bénévoles et salariés de participer et d'acquérir les compétences indispensables à la réussite du projet. Les labels et certifications donneront à notre action une crédibilité essentielle.

PARTENAIRES PUBLICS

Les compétences obtenues et les relations avec la municipalité de Corbas et le Grand Lyon seront un atout majeur. La compétence et la sécurité obtenue sous le contrôle des autorités sont les conditions de la confiance à la participation des familles des personnes concernées en particuliers des personnes mineurs et fragiles.

PARTENAIRES PRIVES

Les partenaires privés nous aiderons à développer le projet. La poursuite de la mise en place du club des sponsors de l'association sera utilisée pour fédérer les énergies locales.

2. HUMAINS



Les mousquetaires de CORBAS



PERSONNELS

Le temps de travail des salariés dégagé par le club pour le projet est d'environ ½ équivalent temps plein. Cela nous permet de pérenniser les emplois existants de nos deux Maîtres d'armes et de répondre aux demandes des besoins médicaux et sociaux de notre bassin de vie.

FORMATIONS

Nos 2 maîtres d'armes diplômés d'Etat titulaires d'un DESJEPS et d'un DEJEPS et nos 3 initiateurs fédéraux suivront les formations fédérales Sport Santé et les formations Handisport. Les services civiques suivront des formations BPJEPS qui permettront l'accès à l'emploi dans le monde du sport et du sport adapté.

3. MATERIEL

ESCRIME

Le club mettra à disposition son matériel actuel au maximum. Du matériel aux tailles adaptées devra être acheté auprès de notre fournisseur Escrime Diffusion. Nous envisageons l'achat de 10 tenues supplémentaires. Pour le sport santé l'utilisation du sabre est indispensable. Nous envisageons l'achat de 10 sabres et de bustiers de protection.

LASER RUN

Les actions Laser Run nous conduisent à augmenter notre matériel actuel de 5 pistolets laser et de cibles supplémentaires.

NATATION

Le développement de la partie natation doit nous amener à l'achat de matériel d'entraînement spécifique et adapté : pull boy, planches, palmes.

EQUITATION

Afin de permettre à tous l'accès à l'équitation, nous équiperons les participants avec du matériel de prêt, propriété du club.

4. TRANSPORT

MINI BUS

Afin de permettre les déplacements des personnes concernées par les actions de notre projet, la location d'un véhicule sera nécessaire.

DEPLACEMENT INTERNATIONAL

Le club proposera aux femmes ayant suivi le parcours rééducation Cancer du sein de participer au déplacement international à Budapest en compagnie des adhérents du club.

5. VISIBILITE COMMUNICATION

ACTIONS

Les évènements du club seront la possibilité de communiquer sur les actions du projet. Les outils et acteurs seront mobilisés pour promouvoir nos actions.

PARTENAIRES



Les mousquetaires de CORBAS



Le club des partenaires permettra de créer des liens professionnels entre toutes les structures participantes. Ces réunions conviviales nous donnerons l'occasion de faire un point d'information vers nos partenaires.

BUDGET

1. DEPENSES

PARTENAIRES – RESEAU

- Communication 1000€
- Réception 1000€

HUMAINS

PERSONNEL

- Salaires EPT 1/2 15000€

FORMATIONS

- Stages 5 2000€

MATERIEL

ESCRIME

- Tenues 10 2000€
- Armes 10 1000€

LASER RUN

- Pistolets cibles 5 3500€

NATATION

- Matériel éducatif 1 1500€

EQUITATION

- Matériel du cavalier 5 1500€

TRANSPORT

- Mini bus 30 3000€
- Rencontre Hongrie 5 1500€

VISIBILITE COMMUNICATION

- Actions 3000€
- Partenaires 2000€

TOTAL DEPENSES DU PROJET 36000€

2. RECETTES

SUBVENTIONS

- Ville 2000€
- Grand Lyon 3000€
- Région 3000€
- Comité du Rhône d'escrime 1000€

COTISATIONS - PRESTATIONS



Les mousquetaires de CORBAS



• Evènements	3000€
• Sport santé	1000€
• Maison de retraite	2000€
• Foyer migrants	1000€
• Prison	2000€

BUDGET CLUB

Matériel	2000€
Personnels	6000€
Mécénat (part club consacré au projet)	5000€
Mécénat Crédit agricole	5000€

TOTAL RECETTES DU PROJET 36000€

RESULTATS ATTENDUS

1. CLUB

LA PARTICIPATION DES ADHERENTS

Les adhérents du club seront sollicités pour participer au projet, l'axe prévention en sera la porte d'entrée, vers les deux autres axes.

NOUVELLES PERSONNES

La communication sur les actions menées permettra à de nouveaux bénévoles d'intégrer le club, pour participer au projet. Ils ne seraient certainement pas venus pour la seule pratique sportive.

AUGMENTER LE NOMBRE DE LICENCIES

Les indices nous permettant d'évaluer les résultats de notre projet sont :

	2020	2021	2022	2023	2024
Le nombre d'épéistes	60	70	80	90	100
Le nombre de fleuretistes		5	10	20	30
Le nombre de sabreurs			5	10	20
Le nombre de pentathlètes	10	15	20	25	30
Le nombre de compétitions organisées		1		1	1
Le nombre de participations à l'international	1	2	5	7	10
Le nombre d'équipes au CF France	2	4	7	8	10
Le nombre de communes touchées	5	7	8	12	15
Le nombre d'enfants touchés hors licences	500	800	1000	1500	2000

OBTENIR LABEL ET CERTIFICATS

L'obtention de label et certification des organismes publics et indépendants comme " Riposte" (Escrime santé), donnera à notre démarche un caractère officiel et garant de compétences et de confiance pour l'accueil de population vulnérable.



Les mousquetaires de CORBAS



2. BASSIN DE VIE

RECONNAISSANCE

- Pour nos résultats sportifs
- Pour les actions du projet

PARTICIPANTS

2 PREMIERES SAISONS

- Permettre à 50 participants d'accéder aux activités.
- Être opérationnel dans toutes les actions prévues dès la deuxième saison.
- **PERENNISER DANS LE TEMPS**
- Attirer 200 participants à terme.
- Établir un lien avec les associations voisines ayant un projet similaire. Mutualiser les moyens et actions.

3. RELATION INSTITUTIONS

IMAGE

Donner à toutes les institutions publiques ou privées une image d'un club sportif impliqué dans la vie de la cité et de ses partenaires.

MOTEUR

Être un acteur privilégié dans les 3 axes du projet et servir de relai pour fédérer les autres associations du bassin de vie dans cette démarche.

La secrétaire
Nathalie Navarro

Le président
Serge Alloisio

Le trésorier
Jean Pierre Bard