



Cette liste de contrôle vous aide à concevoir et mettre en œuvre des activités J+S inclusives. Enfants et jeunes en situation de handicap ou non peuvent ainsi, tous ensemble, faire du sport, y prendre du plaisir et participer à la vie associative.

Clarifier la situation au sein du club

Créez des conditions favorables dans votre club. Quelles sont les personnes de votre club qui sont prêtes à vous soutenir?

Constituez une **équipe dédiée aux questions d'inclusion**.

Dans l'idéal, cette équipe comprend des personnes en situation de handicap. Leur expertise en la matière est très importante.

Organisez une séance avec le comité.

Présentez aux membres du comité les bénéfices de l'inclusion¹: de nouvelles idées et de nouveaux modèles, davantage de dynamisme, plus de bien-être au sein du club (tous les membres se sentent bienvenus et reconnus), des rencontres intéressantes, une meilleure image pour le club, et bien d'autres encore.

En collaboration avec les membres du comité, réfléchissez à vos valeurs sur les thèmes de la diversité et de l'inclusion² et consignez-les dans la charte de votre club ou dans ses statuts.

Discutez des défis qui vous attendent (p. ex. réticences des parents, infrastructure inadaptée). Cherchez des solutions pour y répondre.

Choisissez au sein du comité une personne responsable de l'inclusion et déterminez ses tâches: p. ex. être l'interlocutrice/teur des membres, des parents et des personnes externes, transmettre les informations importantes au comité, soutenir l'équipe de monitrices et moniteurs, etc.

Faites connaître la personne responsable de l'inclusion au sein du club et auprès des parents.

Communiquez vers l'extérieur sur le fait que votre club accueille aussi des enfants et des jeunes en situation de handicap. Présentez la personne responsable de l'inclusion et informez le public de ses tâches.

Présentez les informations de manière accessible à tous³ (p. ex. dans les documents ou sur le site Internet).

¹ Cf. brochure *Inclusion et diversité dans les associations de jeunesse*, p. 7.

² Le Mouvement Scout de Suisse propose de bons exemples, notamment au chapitre 3 de la brochure *Inclusion et diversité dans les associations de jeunesse*. Vous pouvez aussi consulter les [brochures de PluSport](#), de même que le jeu de cartes en allemand [Vielfalt bewegt – Inklusion im Sport](#) conçu par l'organisation.

³ Vous trouverez des idées pour rendre la communication accessible dans le guide élaboré par le Bureau fédéral de l'égalité pour les personnes handicapées BFEH: [Communication numérique accessible \(admin.ch\)](#), ou encore sur les [pages de l'État de Vaud](#). D'autres conseils, qui visent spécifiquement la création d'interfaces Internet simples à utiliser pour les personnes atteintes d'un handicap cognitif, sont disponibles sur le site [Facile à surfer](#).

Clarifier la situation au sein de l'équipe de monitrices et moniteurs J+S et avec le coach J+S

Rallier votre équipe de monitrices et moniteurs J+S à la cause de l'inclusion des enfants et des jeunes en situation de handicap.

Organisez une soirée d'information à l'intention de votre équipe de monitrices et moniteurs J+S. Donnez-leur des informations à propos des participantes et participants en situation de handicap accueillis.

Sensibilisez-les à la question des personnes en situation de handicap dans le sport: à l'aide d'exercices pratiques, mettez-les dans la peau de ces personnes puis discutez ensemble de leur ressenti et de leur expérience.

Sensibilisez-les aussi en invitant une ou un spécialiste du sport, du handicap et de l'inclusion, par exemple à une séance des monitrices et moniteurs.

Organisez votre équipe de monitrices et moniteurs J+S de manière à ce que le nombre de monitrices et moniteurs soit toujours suffisant pour encadrer vos groupes de façon optimale.

En cas de dépenses supplémentaires (p. ex. temps, personnel, matériel), demandez à votre coach J+S de déposer une [demande de subventions supplémentaires](#) (voir tutoriel vidéo «inscrire un/e participant/e en situation de handicap»).

Pour bénéficier de ces subventions, au moins une personne de l'équipe doit être titulaire du complément «Sport et handicap». Pour l'obtenir, suivez le [module J+S interdisciplinaire «Sport et handicap – Bases»](#). Votre coach J+S peut vous y inscrire via votre discipline sportive.

Demandez à votre coach J+S de s'informer auprès de services spécialisés, de la commune ou du canton à propos des possibilités de soutien matériel ou financier existantes pour encourager l'inclusion des enfants et des jeunes en situation de handicap.

Réfléchissez au sein de votre équipe de monitrices et moniteurs si d'autres personnes doivent être impliquées dans votre projet d'inclusion (p. ex. la ou le concierge si une personne doit utiliser un fauteuil roulant dans la salle de sport).

Clarifier la situation avec la participante ou le participant en situation de handicap et ses parents

Entrez en **contact avec la participante ou le participant en situation de handicap** et ses parents⁴ ou la personne assurant son encadrement.

Quels sont les souhaits de la participante ou du participant? Et ceux de ses parents ou de la personne assurant son encadrement?

De quelles informations avez-vous besoin pour pouvoir planifier des activités J+S adaptées au groupe dans son ensemble? Posez par exemple des questions sur les besoins organisationnels (p. ex. pauses nécessaires, lieux de retrait, etc.) ou les aspects sanitaires (p. ex. médicaments).

Quels sont les arrangements à mettre en place? Comment organisez-vous p. ex. les trajets aller et retour ou le passage aux vestiaires?

Discutez de la manière dont les autres enfants et jeunes du groupe doivent être informés de la situation.

Gardez à l'esprit que les parents ou les personnes assurant l'encadrement des enfants ou des jeunes sont un soutien important. Ayez quand même le courage de poser des limites lorsque cela est nécessaire: pour les activités J+S, c'est vous qui êtes spécialiste!

Clarifier la situation avant le début de l'activité J+S

Avant le premier entraînement ou le premier jour de camp, vérifiez avec la participante ou le participant en situation de handicap si les infrastructures sont **accessibles** pour elle/lui. Par exemple:

Examinez les accès aux infrastructures (salle de sport, piscine, terrain extérieur, vestiaires, etc.): y a-t-il suffisamment de portes larges, des rampes au lieu d'escalier, un ascenseur (aussi pour accéder à la piscine), etc.?

L'infrastructure dispose-t-elle de toilettes adaptées? Une clé spéciale (Eurokey) est-elle nécessaire? Les vestiaires et les douches sont-ils adaptés?

Les escaliers, les toilettes et les accès sont-ils indiqués de manière visible? Quelles sont les conditions lumineuses et sonores dans la salle de sport?

Vérifiez si vous avez besoin de **matériel** spécifique:

La participante ou le participant en situation de handicap a-t-elle/il besoin d'un fauteuil handisport⁵? D'une prothèse spécifique? D'une protection pour la tête/casque?

Devez-vous vous procurer du matériel particulier tel que des ballons sonores⁶, des foulards, des pictogrammes⁷, etc.?

⁴ Cf. [brochure Inclusion et diversité dans les associations de jeunesse](#), p. 46-47.

⁵ Pour du matériel personnel spécifique, il est possible de s'adresser aux organisations de sport-handicap (p. ex. PluSport, Procap Sport ou l'Association suisse des paraplégiques).

⁶ Peuvent être commandés sur [sport-thieme.ch](#).

⁷ Peuvent être téléchargés sur [AAC Symbols and shared resources – ARASAAC](#).

Faire preuve d'adaptabilité pendant l'activité J+S

Planifiez vos activités J+S avec soin, ce qui vous permettra de rester **flexibles** à tout moment. Il faut aussi savoir accepter que tout ne se passe pas comme prévu.

Planifiez un premier entraînement tranquille avec des exercices simples. Réfléchissez à la manière dont vous pouvez les rendre plus difficiles. Si nécessaire, prévoyez davantage de pauses.

Observez tous les enfants et les jeunes de votre groupe et notamment sa dynamique. Faites en sorte que chacune et chacun tire du plaisir de ces activités. L'inclusion est un processus aux multiples facettes. La participante et le participant en situation de handicap aussi possèdent une faculté d'adaptation.

Observez les choses qui fonctionnent et celles qui nécessiteraient d'être améliorées. Inspirez-vous du modèle 6+1 pour concevoir des activités sportives adaptatives (selon Tiemann, 2013). Quelle ficelle pouvez-vous tirer pour adapter l'activité?

Faites preuve de **courage** et de **persévérance**: essayez jusqu'à ce que cela fonctionne. Montrez-vous **créatif/ve** et utilisez le matériel aussi de manière non conventionnelle. Impliquez votre groupe dans la recherche de solutions. Faites en sorte de traiter tout le monde avec respect et d'instaurer un climat propice à l'apprentissage.

Remettre régulièrement les choses en question

Échangez régulièrement au sein de vos équipes: dans les différents groupes d'entraînement avec les enfants et les jeunes, avec les monitrices et moniteurs et avec le comité.

Tous les enfants et les jeunes peuvent-ils prendre part à l'activité J+S? Ont-ils tous du plaisir? Ont-ils tous fait des progrès (individuels)?

Y a-t-il dans le groupe des conflits non résolus? Est-il nécessaire d'organiser des discussions?

Est-il nécessaire d'organiser des discussions pour clarifier la situation au sein de l'équipe de monitrices et de moniteurs?

Faut-il engager plus de personnel? Se procurer du matériel supplémentaire? Même si ces besoins ne peuvent être satisfaits (immédiatement), il est important de les évoquer. L'équipe de monitrices et moniteurs a-t-elle besoin de davantage de soutien externe ou de se former (voir page suivante)?

Les parents ou les personnes assurant l'encadrement des enfants et des jeunes ont-ils besoin d'informations supplémentaires ou de s'entretenir avec un-e membre du club?

Mettez toujours en avant ce qui fonctionne bien. Exposez régulièrement les points positifs en particulier aux parents/aux personnes assurant l'encadrement des enfants et des jeunes, à l'équipe de monitrices et moniteurs et au comité.

Demander de l'aide si nécessaire

Vous trouverez ci-après des liens qui vous conduiront vers des **informations et des documents didactiques utiles**:

- [Notice J+S Sport et handicap](#).
- [Directive sur les subventions supplémentaires pour les participants J+S en situation de handicap](#). En cas de questions, veuillez adresser un courriel à la [helpline J+S](#).

Documents didactiques

- [Documents didactiques](#) publiés par IngoldVerlag sur le sport, le handicap et l'inclusion, notamment [l'éventail ludique «Jouer avec les différences»](#).
- Jeu de cartes [Vielfalt bewegt – Inklusion im Sport de PluSport](#) (en allemand seulement)
- [Brochure Inclusion et diversité dans les associations de jeunesse](#), utile pour les fédérations et les clubs qui veulent promouvoir l'inclusion.

Séquences d'apprentissage numérique

- [Vivere la diversité](#)
- [Des activités J+S inclusives](#)
- [Sport mit Amputation oder Dysmelie](#)
- [Sport mit cerebraler Bewegungsstörung](#)
- [Sport im Rollstuhl](#)
- [Sport mit Sehbehinderung](#)
- [Sport mit Autismus-Spektrum-Störungen](#)
- [Sport mit geistiger Behinderung](#)
- [Sport mit Schwerst- und Mehrfachbehinderung](#)
- [Sport mit psychischen Störungen](#)

Ces organisations vous **accompagnent** ou vous **conseillent** dans les domaines du sport, du handicap et de l'inclusion:

- [PluSport Sport-handicap Suisse](#). En cas de questions sur l'inclusion, l'activité physique et le sport pour les personnes en situation de handicap, vous pouvez envoyer un courriel à inklusion@plusport.ch.
- [Association suisse des paraplégiques](#). En cas de questions sur le sport en fauteuil, vous pouvez envoyer un courriel à rsf@spv.ch.
- [Special Olympics Switzerland](#). En cas de questions sur le sport et l'inclusion en club et dans les manifestations sportives, vous pouvez envoyer un courriel à info@specialolympics.ch. Leur [programme Unified](#) vous donne des informations sur les Unified Clubs et les Unified Events.
- [Swiss Deaf Sport](#). Informations sur le sport intégrant des personnes sourdes ou malentendantes.
- [Procap Sport](#). Informations sur les groupes de sport et les événements sportifs pour les personnes en situation de handicap.

Formations et formations continues dans les domaines du sport, du handicap et de l'inclusion:

- [Module J+S interdisciplinaire «Sport et handicap – Bases»](#) et [page J+S correspondante](#): comment gérer la diversité et organiser des activités J+S inclusives?
- [Module interdisciplinaire «Sport et handicap – Approfondissement»](#): approfondissement concernant le sport avec des formes spécifiques de handicap (p. ex. sport en fauteuil) ou l'inclusion dans le sport
- [Offres de formation et formation continue de PluSport](#)
- [Offres de formation et de formation continue de l'Association suisse des paraplégiques](#)
- [Offres de formation continue de Special Olympics](#)