



# Sport pour Toit: remobiliser les personnes à la rue grâce à des activités physiques adaptées en Ile-de-France

**Résumé :** L'association Viacti porte le projet Sport pour Toit en Ile-de-France. Elle travaille en partenariat avec des structures d'accueil de personnes SDF pour proposer à ces dernières un parcours remobilisateur s'appuyant sur les Activités Physiques Adaptées et Santé (APAS).

## AUTEUR(S)

Alexandre Valensi

Coordinateur

ensemble @viacti.com

**Fiche rédigée par :**  
Alice Balguerie

## PROGRAMME

**Démarrage :** Février 2014

**Lieu de réalisation :** Paris et proche banlieue

**Budget :** 20000 €

**Origine et spécificités du financement :**  
50% subventions; 50% prestations

## ORGANISME(S)

Viacti

146 boulevard Diderot

75012 Paris

<http://www.viacti.com>

**Salariés :** 2

**Bénévoles :** 10

**Adhérents :** 10

## COMITE DE LECTURE

**Date de lecture de la fiche :** vendredi 21 octobre 2016

**Appréciation(s) du comité :** *Source d'inspiration !*

**Solution(s) :** *Culture, sport et loisirs, Emploi, Exclusion et isolement, Santé*

**Opérateur(s) :** Association, ONG

**Pays :** France, Île-de-France

**Bénéficiaires :** Personnes à la rue

**Envergure du programme :** Locale

**Domaine(s) :** Coopération, Loisirs, Sports, Santé, Travail

Copyright: Licence Creative Commons Attribution 3.0 (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>)

Pour citer un texte publié par RESOLIS : Valensi, « Sport pour Toit: remobiliser les personnes à la rue grâce à des activités physiques adaptées en Ile-de-France », *\*\*Journal RESOLIS\*\** (2016)

## ORIGINES ET CONTEXTE DU PROGRAMME

Alexandre Valensi s'est engagé en 2014 en service civique avec Unis-Cité au cœur du programme Rêve & Réalise, et a pu y concevoir un projet mêlant activité physique, santé et social : Sport pour Toit. Touché depuis longtemps par la cause des personnes à la rue, il a voulu les aider à se remobiliser. Les cancers, maladies cardiovasculaires mais aussi violences, sont les principales causes d'une mortalité écourtée de 30 ans en moyenne. Or, qu'est-ce qui peut réduire ces risques jusqu'à deux ? C'est l'activité physique, support et moyen de reconstruction. Dès ses 6 premiers mois, le projet a ainsi aidé 350 personnes aux parcours de rue à mieux rebondir par le mouvement. Ce projet a suscité un véritable engouement auprès des bénéficiaires et partenaires. C'est ainsi qu'Alexandre a décidé de le poursuivre et pérenniser en le rattachant à Viacti, association spécialiste des Activités Physiques Adaptées et Santé (APAS).

## OBJECTIFS DU PROGRAMME

- Donner goût au mouvement aux personnes SDF par le plaisir de la pratique (notion motrice)
- Aider chacun/e à se mettre en mouvement de manière adaptée et sécurisée
- Permettre de devenir acteur/trice de sa santé et sa vie par un habitus santé
- Provoquer la rencontre entre personnes avec et sans toit (notion de socialisation)
- Faciliter une insertion professionnelle via un accès facilité à des formations et activités
- Favoriser un changement de regard de la société sur les personnes à la rue

## ACTIONS MISES EN OEUVRE

Les personnes à la rue sont accueillies par des structures médico-sociales (centres d'hébergement, associations de jour...) qui font appel à l'expertise de Sport pour Toit pour compléter leur accompagnement par l'APAS. Les ateliers peuvent prendre une forme individuelle mais surtout collective. Ils sont dédiés aux personnes SDF mais sont aussi ouverts aux équipes des structures partenaires et ponctuellement au grand public pour faire place à davantage d'échanges. Le projet se décline en un parcours remobilisateur en 5 étapes :

- 1/ Inspirer : par des sorties à des matches, des événements sportifs et des petits déjeuners sport-santé au cours desquels nous leur expliquons les bienfaits d'une remise en mouvements
- 2/ Pratiquer : une activité physique sécurisée et adaptée à leurs besoins, leurs envies, leurs motivations par la gymnastique douce, le renforcement musculaire, des sports collectifs, la natation, ...
- 3/ Partager : ces moments en société avec d'autres personnes avec ou sans toit
- 4/ Rencontrer : le monde de l'activité physique, pour leur permettre d'être plus autonomes dans leur pratique individuelle et/ou en clubs.
- 5/ Libérer : leur orientation professionnelle, en leur facilitant l'accès à des formations et métiers.



## RESULTATS ET IMPACTS, QUANTITATIFS ET QUALITATIFS, DES ACTIONS MISES EN OEUVRE

- Plus de 100 personnes aux parcours de rue accompagnées chaque semaine au gré de 25h d'ateliers d'APAS ; environ 2 000 personnes depuis le début.
- 92% des personnes bénéficiaires satisfaites. Les participants retrouvent des sensations oubliées, s'approprient le projet comme moyen. Certains suivent le parcours en partie, d'autres en entier et peuvent accéder à des formations extérieures, devenir stagiaires, voire encadrants chez Viacti qui se veut aussi structure d'insertion.
- 30 structures partenaires, satisfaites à 90%. Aucune n'a abandonné le projet. Le réseau s'étend par le bouche à oreille en Île-de-France avant de pouvoir s'ouvrir dans une autre région fin 2017.

## ORIGINALITE DU PROGRAMME

On aurait tendance à penser que l'activité physique est très loin des préoccupations des personnes à la rue qui doivent avant tout satisfaire leurs besoins primaires. Or, elle permet entre autres de réduire les risques de maladies mortelles à la rue et redonne une confiance et estime de soi nécessaires à une sortie de rue. C'est aussi un langage universel, un outil très utile auprès d'un public pour environ moitié non-francophone. Sport pour Toit se bat pour le droit aux mouvements de tous quelles que soient ses conditions et a fait de son devoir de le faciliter pour ceux qui en sont le plus éloignés.

## PARTENARIAT(S) DEVELOPPE(S) DANS LE CADRE DU PROGRAMME

- Partenaires opérationnels : Le Groupe SOS ; Les Petits Frères Des Pauvres ; La Mie de Pain ; L'Alternative Urbaine ; Aurore ; ...
- Affiliation à l'Union Française des Œuvres Laïques d'Education Physique (UFOLEP) pour être une meilleure passerelle dans l'orientation des personnes vers d'autres structures et notamment faciliter leur adhésion à des clubs sportifs
- Soutien du Conseil National pour le Développement du Sport ; de l'Awesome Foundation Paris, de Sandrine Mazetier et de La France s'engage
- Membre de l'Agence pour l'éducation par le sport

## RETOUR D'EXPERIENCE

### **Difficultés et/ou obstacles rencontrés durant la mise en oeuvre du programme :**

- Difficile de fidéliser des personnes à la rue ; elles ont beaucoup de difficultés quotidiennes auxquelles faire face
- Par conséquent : délicat de mesurer l'impact social
- Parfois difficile de faire comprendre que le projet Sport pour Toit n'est ni de l'occupationnel, ni du loisir, ni de la performance mais un véritable outil de santé, de reconstruction et d'insertion

### **Solutions adoptées pour répondre aux difficultés et/ou obstacles :**

- Insister sur la notion de plaisir lors des activités pour que chacun/e ait envie de revenir. Le travail de mobilisation des participants de la part des structures partenaires et de leurs équipes est important. Ces dernières doivent donc s'approprier et participer au projet
- Aide précieuse d'une structure extérieure « (IM)Prove » pour mieux mesurer l'impact social
- Passer du temps avec les équipes pour leur expliquer ce que sont les APAS ; être très disponibles

### **Améliorations futures possibles :**

- Accentuer le rôle et les efforts fournis pour la dernière phase du projet : l'insertion professionnelle
- Faire grandir la communauté avec des personnes désireuses de faire avancer le projet et d'en faire bénéficier plus de personnes en IDF aujourd'hui et dans d'autres régions demain

### **Présentation des facteurs de réussite et conseils pour une généralisation ou transposition du programme :**

- Rendre accessible, bénéfique et attirante l'activité physique
- Adapter en continuité le contenu de chaque activité physique aux parcours des personnes
- Travailler en partenariat et bonne intelligence avec les autres structures partenaires : pas de moralisation mais une valorisation et un appui sur leur travail, proposer quelque chose de différent et complémentaire. Ce qui est apprécié par les structures, c'est d'ouvrir les ateliers aux équipes sociales, ce qui crée la mixité (socialisation) permet la redécouverte de l'autre (échanges informels permettant de mieux se connaître, de plus partager et de renforcer l'accompagnement)
- Ouvert et réceptif à toute structure/personne partante pour ouvrir une antenne dans une autre région

## POUR EN SAVOIR PLUS

- Projet « petite sœur » de Sport pour Toit : « Viactives » (pour les femmes aux parcours de rue) avec des objets connectés : pouvoir offrir le meilleur d'une pratique connectée à des personnes qui n'y ont pas accès ? mise en valeur et responsabilisation supplémentaires