



DOSSIER DE PRESSE



DOSSIER DE PRESSE 2019

Sommaire

- FFRS : Une Fédération unique en son genre
- Une organisation animée par les seniors pour les seniors
- Le « Sport Senior Santé® » : véritable ADN de la FFRS
- Contacts

A propos de la FFRS

- > **92 000 licenciés**
- > **470 clubs**
- > **60 activités habilitées**
- > **6 000 animateurs sportifs bénévoles**
- > **7 Comités régionaux**
- > **53 Comités départementaux**
- > **1 Comité directeur** de 24 membres
- > **8 Commissions :**
Développement, Médicale, Communication & partenariats, Finances, Réglementation / médiation / immatriculation tourisme / licences / assurances, Formation, Séjours, Féminine
- > **1 Direction technique nationale**

FFRS : une Fédération unique en son genre

- La Fédération de la retraite sportive est une **fédération multisports adaptée aux plus de 50 ans** dont le siège fédéral est situé à Sassenage (38).
- Créée en 1983, elle a pour objectif principal d'accueillir le plus grand nombre de retraités pour leur permettre de bien vieillir.
- La FFRS est agréée par le ministère des Sports, reconnue d'utilité publique et membre associé du Comité national olympique sportif français (CNOSF).
- Elle va fêter ses 37 ans et accueille aujourd'hui près de **92 000 licenciés** qui pratiquent leurs activités dans **470 clubs actifs** sur l'ensemble du territoire. Ces activités sont encadrées par plus de **6 000 bénévoles**.
- En portant des valeurs de **convivialité** et en permettant la pratique d'activités collectives, elle favorise ainsi la **création et l'entretien d'un lien social**.
- La FFRS, c'est aussi un concept unique : le « **Sport Senior Santé®** » selon lequel une pratique régulière, modérée et diversifiée permet de retarder les effets du vieillissement.
- Elle déploie également un vaste et ambitieux programme de formation continue à destination des seniors qui encadrent bénévolement la pratique des licenciés.
- Pour s'inscrire dans une réelle volonté de poursuivre ses innovations dans le domaine du sport et de la santé, être acteur du plan national « Sport Santé Bien Être », la FFRS s'associe de plus en plus à diverses recherches scientifiques.

Une organisation animée par les seniors pour les seniors

- La FFRS bénéficie d'un système de fonctionnement unique. Elle est animée par des bénévoles seniors qu'elle forme et qui sont impliqués pour garantir le bon déroulement des pratiques sportives adaptées aux plus de 50 ans.

UN COMITE DIRECTEUR

- La Fédération est administrée par un comité directeur composé de **24 membres** (dont 1 médecin fédéral) élus par l'Assemblée générale qui a pour mission de **définir les grandes orientations** et **d'élaborer le plan stratégique national**.

- Gérard Deshayes assure la fonction de président pour l'olympiade 2017-2021.

A chaque mandat, le président élu et son comité directeur élaborent un projet fédéral, en concertation avec les comités régionaux et départementaux. Pour les années 2017-2021, les principaux axes de ce schéma directeur sont :

- le sport pour les seniors par les seniors,
- la promotion du bénévolat,
- la préservation de la santé,
- le développement de la formation,
- la mixité homme/femme,
- la recherche en matière de santé,
- l'adaptation de l'organisation fédérale,
- le renforcement de l'image de la Fédération.

LES COMMISSIONS

Au nombre de 8, elles sont composées de 3 à 5 membres et représentées par un président. Chacune est compétente dans son domaine :

- Communication/Partenariats : elle a pour mission principale d'augmenter le rayonnement de la Fédération en renforçant son image tant en interne qu'en externe. La communication, au service du talent des autres, répond également aux demandes des comités régionaux et départementaux qui en expriment le besoin.
- Développement : chargée du développement du nombre de clubs et d'adhérents, de l'implantation des sections multi activités seniors, elle œuvre également à resserrer les liens entre la FFRS et ses organes déconcentrés.

- **Féminine** : elle a pour principal objectif de rechercher l'égalité et la parité entre les femmes et les hommes et d'aider la prise de responsabilité des femmes dans les instances dirigeantes.
- **Finances** : elle est en charge de la gestion et du suivi du budget de la Fédération, de la rationalisation des finances, de l'établissement d'un budget prévisionnel pour la Fédération et les commissions sur toute la mandature afin de planifier des actions.
- **Formation** : elle contribue à l'élaboration du projet fédéral dans le domaine de la formation, fait des propositions sur l'accompagnement des compétences d'encadrement des nouvelles disciplines sportives. La commission formation mobilise le plus important budget d'intervention de la FFRS.
- **Médicale** : elle met en œuvre la politique et la réglementation sanitaire, est chargée de promouvoir toute action relative aux adhérents dans les domaines de la recherche, de la prévention, et de la formation dans la partie médicale. Elle organise également des congrès médicaux sportifs, etc.
- **Réglementation / Médiation / Immatriculation tourisme / Licences / Assurances** : la commission a compétence dans l'ensemble de ces domaines. Elle examine les projets de statuts, peut être saisie en cas de litiges n'ayant pas trouvé de solution au niveau local, adapte les nouveaux contrats d'assurance aux structures et aux besoins, détermine les besoins de licences en début de saison et examine les projets de séjours dans le cadre de l'extension de l'immatriculation tourisme.
- **Séjours** : tend à pérenniser les séjours fédéraux et à développer les liens avec les comités régionaux et départementaux de manière à diffuser les accords de partenariat signés avec les organismes fédéraux.

LES COMITES ET CLUBS AFFILIES

- La FFRS est représentée sur l'ensemble du territoire, par **60 comités régionaux et départementaux** regroupant eux-mêmes 470 associations ou clubs affiliés.
- Véritables porte-paroles de la Fédération, ils sont indispensables à son fonctionnement.
- Partie intégrante de la Fédération, les comités assurent le développement territorial à travers la déclinaison du projet fédéral.
- Ils sont les référents en matière de développement et de promotion du sport pour les seniors. Ils apportent soutien et conseils à la création de clubs et favorisent leur adhésion à la Fédération.

UNE DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

- La DTN est placée sous la double autorité, hiérarchique, du ministère des sports, et fonctionnelle, du président de la Fédération. Elle apporte son concours au Comité directeur pour la définition de la politique sportive fédérale et la mise en œuvre du plan pluriannuel, la structuration et le renforcement de la filière fédérale de formation, les actions en faveur du développement des pratiques sportives des seniors. Elle accompagne les territoires et mène des actions spécifiques dans le cadre des pratiques de santé.

LES ANIMATEURS ET INSTRUCTEURS

- Une des spécificités de la FFRS est que tous les animateurs et instructeurs des 470 clubs qui la composent sont **quasi exclusivement des bénévoles**, dont le nombre dépasse aujourd'hui 6 000. Ce qui permet **un coût de pratique extrêmement réduit**.
- Chaque membre d'un club affilié peut solliciter une formation de manière à encadrer une activité physique, en suivant un cursus de formation lors de stages proposés toute l'année par la FFRS.
- Un instructeur est, quant à lui, en mesure d'animer et de former un bénévole aux fonctions d'animateur.

LE SIEGE FEDERAL

- Le personnel du siège assure les services supports en lien avec le comité directeur et les commissions : moyens techniques et informatiques, communication, organisation, comptabilité...

Le « Sport Senior Santé® », véritable ADN de la FFRS

- De nombreuses études ont montré, d'une part, les bienfaits d'une pratique physique régulière et, d'autre part, que les personnes âgées devenaient moins actives avec l'âge. C'est plus particulièrement le cas des femmes.
- Garder la forme une fois la retraite venue ? C'est bien sûr le souhait de chacun ! Plus qu'un but personnel, lutter contre le vieillissement est devenu un enjeu sociétal.
- 30 minutes d'activité modérée, 6 jours par semaine, réduirait de 40% le risque de mortalité globale.
- Aussi, dans un contexte démographique fort, où la population âgée augmente d'année en année pour atteindre (selon les prévisions d'Eurostat) la part des 30 % en 2060, la FFRS a anticipé cette problématique en initiant le concept Sport Senior Santé® dès 2007.

LE CONCEPT SPORT, SENIOR, SANTE ®

- Précurseur dans le domaine du sport santé, ce concept part du principe que la pratique d'une activité sportive régulière, modérée, adaptée et diversifiée permet de retarder les effets du vieillissement et contribue à l'équilibre physique, mental et social des seniors.
- Selon ce concept, il est recommandé de pratiquer plusieurs activités complémentaires afin de solliciter et maintenir différentes capacités (force, souplesse, équilibre, coordination, coopération, mémorisation, endurance) et préserver son capital santé.
- Pour guider les licenciés dans la combinaison de ces activités, les 60 disciplines reconnues sont réparties en sept familles : en salle (expression corporelle et maintien postural), en pleine nature, en milieu aquatique, sub-aquatique, sur terrain aménagé, en milieu nautique, en milieu montagnard enneigé.
- La FFRS promeut également :
 - une bonne hygiène de vie : alimentation équilibrée, activité physique régulière, maintien d'une vie sociale, maintien d'une activité intellectuelle.
 - une pratique collective favorisant les relations humaines et sociales
- Il est ainsi possible d'ajouter de la vie aux années, en permettant aux adhérents d'être plus actifs que la population générale du même âge, en conservant et en améliorant leur santé.

UNE ETUDE REALISEE EN PARTENARIAT AVEC L'IRMES

- Dans un besoin perpétuel de garantir le bien-être de ses licenciés, la FFRS a réalisé une étude* selon plusieurs critères scientifiques, en partenariat avec l'Institut de recherche en médecine et épidémiologie du sport (IRMES).
** Etude réalisée du 1er mai au 26 août 2015, sur un échantillon de 319 personnes, représentatif de l'ensemble des 80000 licenciés de la FFRS.*
- Cette étude a permis de faire un bilan sur les profils comportementaux de la FFRS et de mieux comprendre les facteurs qui influencent l'état de santé des licenciés.
- Les individus interrogés marchent significativement davantage que leurs homologues du même âge issus de la population générale française.
- Les membres de la FFRS possèdent des avantages morphologiques avec des poids et IMC plus proches des recommandations de santé publique, expliqués en partie par ce nombre de pas supérieur.
- Même si les facteurs de risque ou les pathologies telles que le tabagisme, l'hypertension, le diabète, diminuent significativement le nombre de pas, ces facteurs sont nettement moins représentés au sein des membres de la FFRS qu'ils ne le sont en population générale à ces mêmes âges.

Retrouvez l'intégralité des résultats de l'enquête sur :
www.happydaysdelaretraitesportive.com/medias/files/irmes-enquete-ffrs-final.pdf

SPORT SANTE SUR ORDONNANCE

- La FFRS a été certifiée, par l'arrêté du 8 novembre 2018*, comme structure fédérale autorisée à dispenser des activités physiques adaptées prescrites par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.
** [Cliquez ici](#) pour accéder à l'arrêté.*

Une question ? Besoin d'un visuel ou d'une précision sur les activités de la FFRS ?
Notre équipe se fera un plaisir de vous répondre !

Contact presse

communication@federetraitesportive.fr
04 76 53 09 80

Adresse postale

Fédération Française de la Retraite Sportive
12 rue des Pies
38360 Sassenage
04 76 53 09 80

Internet

www.federetraitesportive.fr