

# Accroître la participation au sport parmi les personnes issues de groupes sous-représentés :

## Idées de mesures fondées sur des données probantes pour les organismes de sport locaux, les entraîneurs, les dirigeants et les enseignants

### Pourquoi créer cette ressource?

Il est fort probable que le sport vous passionne et que vous vouliez aider les autres à en tirer autant de plaisir que vous. Imaginez un monde dans lequel vous voulez faire de l'activité physique, mais où ça vous est impossible en raison de votre identité culturelle, raciale ou religieuse, de votre genre ou de votre identité de genre, de vos capacités physiques, de votre âge, du revenu de votre ménage, de votre orientation sexuelle, de votre méconnaissance de la culture ou des pratiques canadiennes, ou de votre emplacement géographique.

### Vous pouvez aider

Cette ressource, ainsi que les documents d'accompagnement destinés aux responsables de l'élaboration des politiques et aux organismes de sport, proposent des solutions pratiques pour favoriser l'accueil, la mobilisation et le soutien des personnes issues de groupes ayant été exclus du milieu sportif par le passé.



### Comment utiliser cette ressource

Les idées présentées dans ce document sont principalement destinées aux organismes de sport locaux, aux entraîneurs, aux dirigeants et aux enseignants qui travaillent directement avec des participants au sport. Toutefois, cela ne signifie pas que les idées visant principalement un groupe ne sont pas du tout pertinentes pour un autre groupe.

Une idée appliquée seule ne créera pas de grands changements, mais avec le temps, les actions menées par chacun s'accumuleront et produiront des résultats. On conseille aux gens utilisant ces mesures de commencer par celles qui sont faciles à mettre en œuvre et d'en ajouter progressivement d'autres qui sont pertinentes au fur et à mesure qu'eux-mêmes et leur organisation sont prêts. Toutes les idées peuvent être et devraient être adaptées selon le contexte.

Le sport ne se limite pas à l'entraînement et à la performance, et la participation va au-delà du nombre de joueurs qui se présente pour être compté. Une participation sportive positive et de qualité augmente les chances de poursuivre la pratique d'un sport et permet de faire l'expérience d'éléments liés à l'inclusion et à l'intégration communautaire, notamment :

- **Autonomie, maîtrise et défis;**
- **Sentiment d'appartenance;**
- **Mobilisation et sens.**

Les sections qui suivent proposent des mesures articulées autour de ces éléments. Comme celles-ci peuvent s'appliquer à plus d'un élément, les limites qui les séparent ne sont pas clairement définies, et le contenu peut se recouper.



# Autonomie, maîtrise et défis

## Enseigner les compétences de base et améliorer le savoir-faire physique

- ◇ Éviter les interruptions dans le développement des compétences et dans la participation, en particulier lorsque les coûts constituent un obstacle.
- ◇ Reconnaître que beaucoup d'enfants, de jeunes et d'adultes n'ont pas eu la chance d'acquérir le savoir-faire physique de base dès leur plus jeune âge.
- ◇ Offrir des programmes d'apprentissage et de développement des compétences de base dans un environnement non compétitif et favorable aux participants de tous âges, niveaux et milieux.
- ◇ Diviser les participants par âge et par niveau de compétence; ce qui peut aider les nouveaux participants à se familiariser avec le sport tout en favorisant le développement de leurs compétences afin de leur offrir une expérience de qualité en matière de savoir-faire physique.
- ◇ Encourager les participants à essayer de nouveaux exercices, mouvement et sports, et leur faire découvrir comment l'acquisition de nouvelles compétences dans un domaine donné apporte la confiance nécessaire pour poursuivre ses efforts.

## Favoriser de premières expériences positives

- ◇ Créer des occasions qui procurent un sentiment de réussite et de dépassement de soi.
- ◇ Intégrer les principes de l'initiative [Au Canada, le sport c'est pour la vie](#) dans les politiques, les procédures et les programmes.
- ◇ Organiser des cours pratiques ou des ateliers sportifs, de préférence gratuits, qui permettront aux participants potentiels d'essayer un sport ou d'en apprendre davantage sur celui-ci. Inviter des experts sur place qui peuvent donner des conseils sur les compétences et les moyens d'adapter le sport selon les différentes capacités, l'aisance avec les contacts, le degré d'effort et tout autre besoin. Offrir des activités sportives réservées aux femmes pour leur faire découvrir de nouveaux sports dans un environnement sûr et positif.
- ◇ Intégrer des activités sportives dans le cadre d'autres programmes sociaux ou communautaires, tels que les programmes parascolaires, les programmes culturels, les services de bibliothèque, les activités proposées dans les galeries d'art et les musées, les festivals de quartier, etc.
- ◇ Vérifier les étapes à suivre dans les systèmes d'inscription pour veiller à ce que les processus soient simples et le langage utilisé, inclusif.

## Offrir une variété d'expériences sportives

- ◇ Adopter une définition étendue du sport et proposer une gamme de sports, de loisirs et d'activités physiques adaptés sur le plan culturel, ouverts à tous et faisant appel à des compétences et des capacités variées.
- ◇ Proposer des sports non traditionnels, y compris ceux qui peuvent être familiers ou attrayants pour les nouveaux arrivants, les Autochtones, les femmes ou les personnes ayant un handicap.
- ◇ Offrir une gamme variée de niveaux, comme des cours d'introduction et d'acquisition des compétences de base, des ligues intra-muros et internes ou encore des niveaux plus compétitifs ou d'élite.
- ◇ Veiller à offrir des programmes variés, notamment des sports qui sont susceptibles d'intéresser les filles, qui font appel à différentes compétences et qui sont issus de cultures autochtones ou autres.
- ◇ Offrir des programmes qui s'adressent expressément aux femmes ou à des groupes culturels précis pour répondre à leurs besoins culturels et les rendre plus à l'aise.
- ◇ Veiller à ce qu'il y ait des possibilités de relever le niveau de défi souhaité et que ces possibilités soient compatibles avec les capacités, les compétences et les raisons de participer.
- ◇ Dans les écoles, appuyer les équipes intra-muros et interscolaires, quel que soit leur niveau de compétence, pour offrir à tous les élèves la chance de participer.
- ◇ Proposer des jeux traditionnels autochtones ouverts aux Canadiens non autochtones pour favoriser la compréhension interculturelle.
- ◇ Offrir des possibilités d'intégration permettant aux enfants ne présentant pas de handicap de constater que tout le monde est capable de faire de l'activité physique. Les activités sportives adaptées peuvent permettre à des camarades sans handicap de jouer et de se mesurer à ceux qui pratiquent un sport adapté comme le volley-ball assis, le hockey sur luge ou le basket-ball en fauteuil roulant.
- ◇ Offrir des expériences sportives axées davantage sur la collectivité, l'inclusion et la solidarité pour attirer les femmes.
- ◇ Développer des catégories selon la taille, comme pour la lutte, plutôt que selon le sexe ou l'âge dans les activités sportives où la taille des concurrents est importante.



## Adapter et modifier

- ◇ Offrir aux personnes ayant un handicap de choisir leur degré d'intégration et d'inclusion.
- ◇ Offrir des programmes, des installations, des activités, des équipements ou des règlements adaptés aux différents niveaux de compétence des participants en fonction de leurs choix et besoins uniques (p. ex., règlements, hauteur du filet, dimensions du terrain de jeu, degré d'assistance) afin que chacun puisse prendre part aux sports.
- ◇ Veiller à ce que l'équipement réponde aux besoins de tous les participants, qu'il soit bien ajusté aux participants, soit adapté selon le niveau de compétence et de développement, et soit bien entretenu et régulièrement remplacé par un équipement plus récent.
- ◇ Concevoir et promouvoir des modèles de formation et de développement convenant aux personnes ayant un handicap et pouvant être facilement mis en œuvre par les athlètes, les entraîneurs et les bénévoles.

## Éliminer les obstacles liés aux coûts

- ◇ Garantir l'accès à une aide financière à tous ceux qui veulent faire de l'activité physique.
- ◇ Mettre en place des processus de demande de subventions respectueux et dignes, et veiller à ce que l'aide apporte un soutien à long terme. Par exemple, inclure l'équipement dans le cadre du programme; fournir des cartes magnétisées génériques pour les participants, qu'ils aient payé le programme au complet ou aient reçu une subvention; permettre aux partenaires d'activité, aux aides en matière de soin, aux assistants ou aux accompagnateurs d'entrer dans un établissement ou de

participer à un programme gratuitement; offrir des rabais aux familles, aux personnes âgées et aux étudiants ou faire appel à une formule de contribution volontaire.

- ◇ Collaborer avec des organismes comme [Bon départ](#) ou [SportJeunesse](#), des instances locales, des gouvernements provinciaux et territoriaux et le gouvernement fédéral, des organismes de sport et des entreprises locales pour aider à financer les coûts de participation aux activités sportives.
- ◇ Faire connaître à toutes les familles les informations concernant les subventions lors de l'inscription et dans tout le matériel promotionnel pour limiter la stigmatisation associée au fait de demander une subvention.
- ◇ Examiner et encourager les possibilités d'investissements ou de subventions venant des secteurs privés et à but non lucratif pour l'équipement et les programmes, et aider les familles à y accéder.
- ◇ Permettre le paiement par versements plutôt que d'exiger le paiement intégral à l'avance.
- ◇ Organiser des activités de collecte de fonds.
- ◇ Mettre en commun les ressources des organisations communautaires et créer des programmes d'échange ou de prêt de matériel et d'uniformes.
- ◇ Fournir aux arénas de l'équipement pour le hockey sur luge et aux centres communautaires, des fauteuils roulants conçus pour jouer au basket-ball pour permettre aux pairs non handicapés de jouer avec leurs amis utilisant un fauteuil roulant.



## Éliminer les contraintes liées au temps

- ◇ Proposer des activités sportives avant des horaires flexibles.
- ◇ Proposer des activités sportives occasionnelles ou informelles.
- ◇ Proposer des activités par l'intermédiaire de l'école des enfants.
- ◇ Offrir en parallèle des services ou des programmes de soins pour les autres membres de la famille afin de soutenir ceux qui assument des responsabilités en matière de soins.
- ◇ Envisager de faire appel aux participants par rotation pour assurer les soins aux personnes à charge sur place si des services de soins ne sont pas facilement accessibles.

## Assurer l'accessibilité physique

- ◇ Veiller à ce que les installations soient sûres, accessibles et accueillantes afin d'offrir aux participants un lieu où ils se sentent les bienvenus.
- ◇ Installer des aménagements favorisant l'intimité, comme des salles de bains, des vestiaires et des douches fermés ou dotés de rideaux, ou encore prévoir des horaires ou des espaces réservés aux personnes âgées et des espaces non genrés (p. ex., toilettes familiales).
- ◇ Veiller à ce que les panneaux soient adaptés aux personnes présentant une déficience visuelle.
- ◇ Prévoir des aires de stationnement accessibles et bien éclairées.
- ◇ Veiller à ce que les bâtiments soient équipés de rampes ou d'ascenseurs.

## Offrir des occasions à proximité

- ◇ Promouvoir et soutenir l'utilisation, par la communauté, des écoles et des installations non conventionnelles, telles que les sous-sols de lieux de culte, les salles communautaires et d'autres espaces publics, dans les endroits où il n'existe pas de centres de loisirs polyvalents ou d'arénas (p. ex., les régions rurales ou éloignées et les quartiers défavorisés).
- ◇ Aménager des patinoires extérieures dans les communautés, des terrains de soccer, de tennis ou de baseball dans les parcs ainsi que d'autres installations qui répondent aux besoins exprimés par la population locale.

## Fournir le transport

- ◇ Prendre en compte le coût du transport dans le budget du programme.
- ◇ Examiner et favoriser les possibilités d'investissements ou de subventions provenant du secteur privé et à but non lucratif en matière de transport. Par exemple, collaborer avec les entreprises locales et les organismes communautaires pour louer des bus, trouver des véhicules à donner ou faire appel à des chauffeurs bénévoles.
- ◇ Trouver des occasions près d'arrêts de transport en commun. Communiquer les parcours d'autobus.
- ◇ Subventionner les frais de transport en commun ou offrir des billets gratuits.
- ◇ Fournir un moyen de transport (p. ex. navette en fin de journée) aux élèves qui souhaitent participer à des activités sportives intra-muros ou interscolaires après les classes.
- ◇ Travailler avec d'autres organisations afin d'utiliser le même moyen de transport pour se rendre à une autre activité communautaire et à une manifestation sportive.
- ◇ Fournir un moyen de transport aux membres de la famille et aux autres personnes venant encourager les participants.

## Processus d'inscription

- ◇ Fournir des formulaires d'inscription et d'autorisation simples.
- ◇ Proposer des méthodes d'inscription autres que celles proposées en ligne.
- ◇ Engager un coordinateur de l'accès ou offrir un soutien par l'intermédiaire d'un agent de liaison communautaire ou d'une personne-ressource polyglotte afin de faciliter l'accès aux informations sur les loisirs et d'aider les gens à s'y retrouver dans les processus de demande de subvention et d'inscription à des programmes.



# Sentiment d'appartenance

## Élaborer des programmes conjointement

- ◇ Mettre en place un comité consultatif pour chaque public cible et y faire intervenir des partenaires et des membres de la communauté de divers secteurs et professions, ainsi qu'un éventail de participants potentiels, afin que les points de vue de tous soient pris en compte dans l'élaboration des programmes et des politiques, et que la programmation réponde aux besoins des participants potentiels et actuels.
- ◇ Créer un espace sûr où les membres du comité peuvent participer et mettre en commun leurs connaissances, leurs compétences, leurs désirs et leurs opinions, et préparer ensemble des programmes intéressants, amusants et pertinents pour leur communauté.
- ◇ Éviter d'utiliser, pour la création des programmes, une approche descendante selon laquelle les experts des loisirs présumement qu'ils savent ce que les membres des différents groupes aimeraient ou ce dont ils auraient besoin.
- ◇ Conduire les rencontres dans la langue des membres.
- ◇ Donner aux nouveaux membres l'occasion de parler, et de discuter de leurs besoins potentiels.
- ◇ Se renseigner sur les sports présentant un intérêt culturel et sur la manière de les proposer.
- ◇ Faire participer les membres de la communauté aux activités de promotion et de recrutement.
- ◇ Consulter les membres des groupes sous-représentés pour savoir quelles compétences et connaissances sportives ils peuvent transmettre.

## Promouvoir un milieu inclusif

- ◇ Opter pour une gestion axée sur la diversité au lieu d'attendre des membres des groupes cibles qu'ils s'adaptent à l'organisation.
- ◇ Confier au titulaire d'un poste précis la responsabilité de traiter des questions d'inclusion au sein de votre organisation et faire participer cette personne aux décisions importantes.
- ◇ Promouvoir des milieux ouverts, honnêtes, respectueux, inclu-

sifs et favorables où on accepte les différences et les limites ainsi que la diversité des cultures, des capacités et des modes de savoir.

- ◇ Offrir une programmation axée sur les droits de la personne plutôt que sur le bilan seul. Prendre en compte les bienfaits apportés dans d'autres secteurs de la communauté.
- ◇ Offrir des plages horaires d'utilisation ou des programmes réservés aux femmes et répondant aux préoccupations des femmes en matière de religion et d'image corporelle.
- ◇ Offrir des programmes dans différentes langues.
- ◇ Veiller à ce que les planificateurs de programmes, les dirigeants, les entraîneurs et le personnel donnent l'exemple, favorisent les comportements appropriés et utilisent un langage inclusif.
- ◇ Encourager et appuyer la dénonciation avec tact, mais sans équivoque, des préjugés racistes, homophobes ou sexistes, ou encore fondés sur l'âge, la capacité physique, la langue et les stéréotypes, au sein de l'organisation et auprès du public (p. ex., parents, spectateurs, autres participants).
- ◇ Veiller à ce que les « initiations » d'équipes soient inclusives et positives, et favorisent l'esprit d'équipe.
- ◇ Utiliser des autocollants ou des affiches de l'initiative « Espace positif » ainsi que le drapeau arc-en-ciel de la fierté gaie.
- ◇ Permettre aux gens de choisir le nom et l'indicateur de genre utilisés pour s'adresser à eux, et respecter ce choix.
- ◇ Permettre aux participants d'assumer et d'exercer les responsabilités liées à la création d'un environnement positif et inclusif.
- ◇ Veiller à ce que les uniformes et les codes vestimentaires permettent de respecter l'identité et l'expression de genre d'une personne, et respectent les exigences techniques du sport sans différence injustifiable.
- ◇ Mettre en place des initiatives sportives qui permettent aux participants ayant ou non un handicap d'apprendre les uns des autres, et ainsi prévenir l'exclusion sociale en veillant à ce que les enfants et les jeunes handicapés soient toujours inclus dans les classes ordinaires et à ce qu'on leur donne des chances égales de participer à des activités parascolaires avec des élèves non handicapés, si tel est leur souhait.

## Exemples du spectre de l'inclusion

- ◇ Aucune mesure d'adaptation nécessaire : un athlète ayant une déficience intellectuelle s'entraîne et participe à des compétitions avec des athlètes sans déficience intellectuelle dans un club de natation local.
- ◇ Mesure d'adaptation mineure : un joueur de quilles malvoyant utilise une barre d'appui.
- ◇ Mesure d'adaptation importante : un lanceur de poids assis participe à une compétition d'athlétisme intégrée contre d'autres athlètes handicapés selon des règles distinctes et en utilisant de

l'équipement modifié.

- ◇ Occasion principalement pour les personnes ayant un handicap : les athlètes handicapés et leurs homologues non handicapés forment des équipes ensemble afin de mettre sur pied une compétition de basket-ball en fauteuil roulant.
- ◇ Occasion seulement pour les personnes ayant un handicap : des joueurs de goalball participent à une compétition exclusivement réservée aux personnes ayant une déficience visuelle.
- ◇ Possibilités de rôle hors jeu : des personnes handicapées jouent le rôle d'arbitres, d'entraîneurs, de présidents de club, de bénévoles et de spectateurs.

## Adopter une approche intersectorielle

- ◇ Collaborer avec des partenaires de la communauté provenant de domaines comme la santé publique, l'éducation, l'urbanisme, les transports, la justice ou les services sociaux, ou avec des organismes d'établissement, des programmes de langue, des garderies, des bibliothèques ou d'autres organisations afin de créer une approche beaucoup plus globale et générale pour la participation au sport, de promouvoir celle-ci dans le cadre d'un mode de vie sain et de l'inclure dans une programmation plus vaste.
- ◇ Travailler avec des organisations qui ont un lien direct avec les publics cibles afin de comprendre les besoins des participants sur le plan de l'inclusion dans le sport et de faire passer le message sur la question.
- ◇ Intégrer le sport à d'autres programmes sociaux ou communautaires, comme les activités parascolaires ou culturelles et celles offertes par les bibliothèques, les galeries d'art, les musées ou les festivals communautaires.
- ◇ Coopérer avec des éducateurs spécialisés et des professionnels de la santé pour déterminer les besoins d'adaptation des personnes ayant un handicap et les stratégies de prestation à adopter à leur égard.
- ◇ Travailler avec des partenaires pour prévenir les blessures et les commotions cérébrales dans le sport, les troubles alimentaires, la toxicomanie, le dopage, l'intimidation, le harcèlement et les comportements agressifs des parents, et réagir adéquatement à ce type de situation.

## Souligner et promouvoir la diversité

- ◇ Établir des liens entre la participation sportive, les connaissances et les modes de vie traditionnels des Autochtones et l'apprentissage culturel.
- ◇ Favoriser le dialogue interculturel parmi et entre les entraîneurs et les joueurs afin que chacun puisse connaître les origines culturelles, le parcours et les intérêts de l'autre dans un cadre non sportif.
- ◇ Souligner et faire connaître les journées et les activités spéciales, comme la Semaine nationale de l'accessibilité du gouvernement du Canada, la Journée internationale des personnes handicapées, la Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale et les célébrations de la fierté gaie.
- ◇ Accroître la sensibilisation et changer les attitudes à l'égard des personnes ayant un handicap grâce à la Journée scolaire consacrée aux jeux paralympiques et au programme S'amuser grâce au sport.
- ◇ Tenir compte du calendrier des festivals culturels, des fêtes et des célébrations religieuses lors de la programmation d'activités.

- ◇ Former des athlètes autochtones et mettre en valeur leur culture et leurs traditions en appuyant les Jeux autochtones.
- ◇ Offrir aux nouveaux arrivants la possibilité d'enseigner à leurs voisins de nouveaux jeux, sports, compétences et activités. Proposer ces activités sportives aux nouveaux Canadiens pour leur permettre de se familiariser avec celles-ci tout en offrant aux Canadiens de longue date la possibilité d'essayer un sport qui les rapproche de leur propre origine ethnique ou culturelle, ou d'un autre groupe.

## Assurer la sensibilisation culturelle et la sécurité

- ◇ Reconnaître les effets, les privilèges et l'interprétation du pouvoir; les différentes cultures interprètent la relation de pouvoir de différentes manières en fonction de différentes expériences de vie.
- ◇ Veiller à ce que les dirigeants saisissent bien leur rôle comme leader ou expert; veillent à la sécurité des participants; possèdent les compétences requises; favorisent des comportements qui préservent la dignité des participants; fassent preuve de constance; expliquent les raisons derrière les règles et les techniques; et proposent des choix d'attitudes à adopter plutôt que de simplement mentionner celles à proscrire.
- ◇ Tenir compte des besoins propres aux participants autochtones lors de l'intégration de ceux-ci dans les systèmes traditionnels de haute performance.
- ◇ Prêtez une oreille attentive afin de pouvoir mieux comprendre le sport et la participation selon la culture, les capacités et le sexe.

### Comprendre l'intersectionnalité

Lorsqu'on adopte des mesures pour favoriser l'inclusion, il faut savoir que bon nombre de membres d'un groupe s'identifient également à un ou plusieurs autres groupes (p. ex., une femme autochtone, un nouveau Canadien ayant un handicap ou une personne âgée transgenre vivant avec des moyens économiques limités). Ainsi, on appelle l'identification à plus d'un groupe l'intersectionnalité. Les personnes ayant une identité commune peuvent être très différentes en termes d'ethnicité, de langue, d'âge, de religion, d'identité de genre, d'identité sexuelle, de génération, d'histoire migratoire, de contexte socioéconomique et d'autres variables sociodémographiques et individuelles. L'interaction de ces éléments joue un rôle important et complexe dans la participation au sport. La compréhension des multiples identités qui se recoupent et se chevauchent est un facteur important de l'inclusion et de la mobilisation des participants, et peut contribuer au sentiment d'exclusion des participants dans le sport, et, plus important encore, peut permettre de comprendre les besoins individuels.

# Mobilisation et sens

## Offrir un cadre accueillant et stimulant

- ◇ Établir et entretenir des relations positives et favorables avec les participants.
- ◇ Favoriser le renforcement des compétences, mettre l'accent sur les efforts et l'essai d'une nouvelle compétence plutôt que sur la victoire, et promouvoir l'apprentissage par les erreurs tout en demeurant positif. Établir des objectifs axés sur l'amélioration personnelle dans la pratique du sport.
- ◇ Accorder une plus grande importance à la participation et à l'acceptation sociales plutôt qu'à la compétition et la performance.
- ◇ Envisager d'organiser le sport dans le cadre ou à l'occasion de rencontres sociales comme des activités culturelles, des repas-partage, des formations en leadership, des programmes d'alphabetisation ou l'apprentissage d'une seconde langue. Penser à offrir de la nourriture dans le cadre d'une activité sociale ou culturelle afin de tirer parti de la manifestation sportive.
- ◇ Effectuer une rotation des joueurs sur le terrain de sorte que tout le monde ait un temps de jeu égal.
- ◇ Veiller à ce que les activités soient amusantes, intéressantes et conviviales.
- ◇ Envisager de faire un suivi auprès des personnes qui ont abandonné un programme et s'assurer qu'elles se sentent les bienvenues si elles reviennent. S'informer sur les obstacles et trouver des façons de les surmonter.
- ◇ Inviter des interprètes à assister aux entraînements, aux parties et aux programmes pour contribuer à l'établissement d'un climat de confiance et tisser des liens entre les participants nouveaux arrivants et les dirigeants.
- ◇ Encourager l'unité et l'identité inclusive au sein des équipes afin de dissuader la formation de cliques.

## Favoriser les réseaux de soutien et les interactions sociales

- ◇ Favoriser l'inscription avec un ami.
- ◇ Prévoir des bénévoles pour aider les personnes ayant un handicap physique ou une déficience intellectuelle.
- ◇ Songer à faire participer des élèves du secondaire qui souhaitent faire du bénévolat ou encore qui doivent réaliser un stage ou d'autres activités donnant droit à des crédits de cours, afin de stimuler la participation, de transmettre des compétences et de guider les participants.
- ◇ Offrir des programmes intergénérationnels axés sur la famille.

- ◇ Créer des programmes destinés aux jeunes enfants qui sortent du cadre des séances parent-enfant, et inviter les familles et les participants de tous âges et de toutes capacités à participer ensemble.
- ◇ Instaurer une méthode de jumelage pour que les partenaires fassent un suivi les uns auprès des autres si l'un d'eux manque un cours ou une rencontre.
- ◇ Inviter les membres d'une famille à prendre part à des comités (p. ex. pour la collecte de fonds), à exercer des rôles liés au sport (p. ex. comme entraîneurs ou arbitres) et à assister à des manifestations sportives en tant que spectateurs ou bénévoles.
- ◇ Proposer des séances d'orientation intéressantes permettant aux familles de comprendre le sport et ensuite de pouvoir appuyer leurs proches qui pratiquent un sport et les aider à s'y retrouver dans le système.
- ◇ Fournir aux gens de la communauté (y compris aux aînés autochtones) un lieu pour observer et soutenir les participants, et interagir avec eux.

## Promouvoir des exemples à suivre et le soutien par les pairs

- ◇ Faire connaître les champions de la communauté et les héros locaux auxquels les gens peuvent s'identifier afin de créer un sentiment d'appartenance à la communauté.
- ◇ Promouvoir divers modèles auxquels les participants peuvent s'identifier afin d'établir des liens plus étroits avec un public diversifié.
- ◇ Faire participer des femmes servant de modèles positifs pour faire valoir le sport comme une activité culturelle sûre et adaptée aux femmes.
- ◇ Dispenser une formation aux personnes agissant comme modèles et porte-parole pour s'assurer que leurs récits favorisent une plus grande participation.
- ◇ Inciter les participants les plus talentueux à encadrer et à guider ceux qui possèdent moins d'habiletés et aider ces participants à faire la démonstration de leurs compétences. Par exemple, offrir aux enfants non handicapés la possibilité d'apprendre certaines compétences auprès d'enfants aux besoins particuliers ayant maîtrisés celles-ci.
- ◇ Jumeler, au sein d'équipes, des personnes présentant une déficience intellectuelle avec des partenaires n'en ayant pas afin de leur permettre de s'entraîner et de participer à des compétitions dans les écoles et ailleurs.
- ◇ Jumeler des participants possédant des capacités et des objectifs similaires.

## Favoriser la représentation

- ◇ Assurer la diversité parmi les dirigeants, les entraîneurs, les responsables et les autres membres du personnel au moyen des pratiques de recrutement, d'embauche, de formation et de mentorat.
- ◇ Appliquer des politiques permettant d'atteindre un taux de représentation minimal de 40 % des membres chaque sexe au sein des conseils d'administration et des comités d'organismes de gouvernance du sport, ainsi que des taux de représentation minimaux pour les identités des autres participants.
- ◇ Demander expressément à des filles et des femmes de pratiquer un sport, de suivre une formation, de siéger à un conseil d'administration ou de devenir entraîneuses.
- ◇ Former des Autochtones comme apprentis-entraîneurs et renforcer les capacités à cet égard au sein des communautés pour tous les sports d'intérêt, y compris pour les jeux traditionnels.
- ◇ Éduquer les organisations et les communautés à voir la diversité comme un atout lors de la sélection des entraîneurs pour que les équipes et les personnes occupant des postes professionnels et des rôles connexes soient représentatives.

## Promouvoir efficacement

- ◇ Susciter de l'engouement à l'égard de la participation sportive chez tous les Canadiens en ciblant les messages les plus forts, soit ceux qui trouveront un écho dans les communautés cibles, et en parlant des bienfaits connexes, des occasions de s'amuser, du temps passé en famille, de la possibilité de faire des rencontres, de la camaraderie, de la cohésion familiale et de la réalisation de soi.
- ◇ Adapter les messages aux diverses priorités et origines, et aux différents intérêts, des groupes et des particuliers ciblés.
- ◇ Veiller à ce que l'information soit facilement accessible en la rédigeant dans un style clair et simple, et en la rendant disponible sous différents supports et dans diverses langues.
- ◇ Déterminer et utiliser les voies de communication qui conviennent le mieux (p. ex., bouche-à-oreille, pairs, téléphone, courriels, textos, médias sociaux, rencontres en personne, circulaires ou dépliants publicitaires).
- ◇ Utiliser des images et un langage promotionnels qui soient attrayants pour divers participants. Illustrer le matériel promotionnel en utilisant des photos de membres de la communauté cible qui participent aux sports promus. Utiliser des statistiques concernant le public cible.
- ◇ Utiliser un langage et des images non genrés et non sexistes.
- ◇ Repérer les entraîneurs ou les athlètes qui parlent couramment certaines langues pour que ceux-ci contribuent à faire connaître le programme et les occasions de participer.

- ◇ Recruter et former des membres de la communauté qui pourront sensibiliser le public, transmettre leurs connaissances, offrir un encadrement et apporter d'autres formes d'expertise.

## Communiquer l'information

- ◇ Diffuser des informations sur les programmes proposés, les façons de participer, les procédures d'inscription, les subventions offertes et les programmes d'échange d'équipement ou d'achat à rabais.
- ◇ Renseigner les gens sur la façon dont ils peuvent participer comme entraîneurs, arbitres, facilitateurs, en plus d'encourager les athlètes.
- ◇ Concevoir et promouvoir un portail en ligne, et son application connexe, servant à diffuser des informations sur les programmes, les endroits et les séances, y compris sur les occasions accessibles et celles offertes gratuitement ou à prix abordables.
- ◇ Communiquer des informations sur les paiements et les subventions grâce au Web et à la presse communautaire.

## Susciter une couverture médiatique favorable

- ◇ Vérifier les stratégies médiatiques pour s'assurer qu'elles tiennent compte de l'inclusion, contrent les stéréotypes négatifs, promeuvent des modèles positifs et mettent en valeur la diversité dans la participation.
- ◇ Mettre les bonnes nouvelles et les histoires de réussite en vedette, comme celles qui portent sur la mobilisation de la communauté, la formation de leaders, la réussite d'un athlète du groupe cible ou la participation de réfugiés.
- ◇ Susciter une couverture médiatique, organiser des activités et sensibiliser le public aux programmes qui ciblent les membres des groupes sous-représentés.
- ◇ Proposer des séances de photos avec des membres des communautés cibles participant aux sports promus.



# Une saine gouvernance

## Examiner et mettre en œuvre les politiques de soutien

- ◇ Élaborer des politiques, lignes directrices, énoncés de position, plans d'action et codes de conduite nouveaux, et examiner ce qui existe déjà, afin de promouvoir l'inclusion et les attentes en matière de comportement et de garantir un accès équitable et une expérience sportive positive pour tous.
- ◇ Permettre aux gens de pratiquer des sports avec les membres du genre auquel ils s'identifient.
- ◇ Veiller à ce que tous les participants disposent d'un temps de jeu juste et équitable, peu importe les compétences, l'assiduité ou d'autres facteurs.
- ◇ Mettre en place des règles équitables pour les sports féminins et masculins (p. ex., distances, durée, profondeur du terrain, prix en argent, etc.).

## Dresser la liste des bonnes pratiques et faire connaître celles-ci

- ◇ Informer la direction de votre organisation des réussites
- ◇ Joindre des communautés de pratique et chercher des possibilités d'éducation et de formation.

## Former des leaders

- ◇ Mettre les programmes [Respect et sport](#) et les principes [Sport pur](#) en application.

- ◇ Appuyer les possibilités de perfectionnement professionnel et de mentorat offertes au personnel, aux entraîneurs, aux arbitres, aux pédagogues et aux bénévoles des groupes sous-représentés.
- ◇ Offrir à tous les employés, administrateurs et bénévoles une formation sur la sensibilisation et les compétences culturelles ainsi que sur la sécurité culturelle des Autochtones.
- ◇ Transmettre aux personnes responsables de la prestation des programmes des connaissances particulières, notamment sur les besoins des adultes plus âgés; les outils pouvant aider les parents à enseigner le savoir-faire physique et le sport à leurs enfants ayant un handicap; l'entraînement des athlètes féminines; et les façons d'adapter les programmes.

## Évaluer et surveiller

- ◇ Demander aux membres, aux partenaires communautaires et aux autres intervenants, actuels et passés, s'ils se sentent valorisés, en sécurité et les bienvenus ainsi que les mesures qui leur procurent ces sentiments.
- ◇ Instaurer des mécanismes pour demander au grand public et aux groupes ciblés de donner régulièrement leur avis sur les politiques et les programmes.
- ◇ Rencontrer les familles et les participants afin de connaître leurs avis sur la manière d'améliorer la promotion et la compréhension des ressources, de la programmation et des efforts d'inclusion, et adapter le tout si nécessaire.



## Ressources pratiques

[Le sport c'est pour la vie pour tous les nouveaux arrivants au Canada : Inclusion des nouveaux arrivants dans le milieu du sport et de l'activité physique](#)

[ACAFS Guide de l'équité des sexes](#)

[Devenir champion n'est pas une question de chance 2e édition. Modèle de développement à long terme du participant/athlète pour les personnes ayant un handicap](#)

[Le mouvement Entraînement responsable](#)

[Nouveaux citoyens, sport et appartenance : une combinaison gagnante](#)

[SportJeunesse](#)

[Bon départ](#)



Le présent document sert de complément au rapport **Considérations pour les politiques et les programmes afin d'accroître la pratique du sport chez les membres des groupes sous-représentés au Canada** (publié sur le site [www.sirc.ca/fr/](http://www.sirc.ca/fr/)), qui donne les résultats d'une revue de la littérature sur ce sujet. Cette ressource présente des idées provenant de la littérature que les praticiens du sport, les fournisseurs de produits récréatifs, les décideurs et d'autres intervenants du domaine pourraient mettre à profit afin de créer un milieu sportif plus accueillant et inclusif pour les femmes et les filles, les Autochtones, les personnes handicapées, les immigrants récents, les néo-Canadiens, les Canadiens désavantagés sur le plan socioéconomique, les adultes plus âgés, les membres de la communauté LGBTQ2IA+, les Canadiens habitant une région rurale, éloignée ou isolée, les membres d'autres groupes ainsi que tous les Canadiens qui se sentent exclus.

Pour en savoir plus :

Joanne Kay, Sport Canada:

[joanne.kay@canada.ca](mailto:joanne.kay@canada.ca)

Sue Cragg Consulting:

[suecraggconsulting@gmail.com](mailto:suecraggconsulting@gmail.com)