

LA CREATION D'UN CLUB

GUIDE POUR LES SENIORS

Un guide pratique et complet
pour vous accompagner à
chaque étape de votre projet



TABLE DES MATIÈRES

- [PAGE 2] **Présentation du guide**
- [PAGE 3] **Chapitre 1** : Présentation de la fédération française de la retraite sportive
Une histoire et une reconnaissance d'utilité publique
Les missions fondamentales .
Le concept "Sport Senior Santé®"
L'architecture fédérale
L'avantage de la licence unique .
- [PAGE 4] **Chapitre 2** : Pourquoi créer un club ? Un enjeu de santé publique
Un rempart actif pour la santé et l'autonomie
Le club comme foyer de chaleur humaine
La valorisation de l'expérience et le sens du bénévolat
L'agilité mentale au cœur du mouvement
- [PAGE 5] **Chapitre 3** : Démarrer l'aventure : de la pratique entre amis au projet collectif
S'appuyer sur l'existant
La nécessité du "noyau dur"
De l'informel à la structure
Valider l'intérêt local
- [PAGE 6] **Chapitre 4** : Les différentes étapes de la création administrative
La constitution de l'association (Loi 1901)
Le processus d'affiliation .
Mise en place de la gouvernance
Gestion numérique .
- [PAGE 7] **Chapitre 5** : Les aides proposées pour accompagner le lancement
Journée de présentation
Aide à la mise en place
L'appui financier et les subventions de démarrage
La présentation d'outils de gestion
La communication .
- [PAGE 8] **Chapitre 6** : Les formations : la pierre angulaire du club
Sécurité et premiers secours
Le cursus de l'animateur
La formation initiale des dirigeants (FID) .
Formation continue (FCA)
- [PAGE 9] **Chapitre 7** : Faire vivre et rayonner son club
Les rencontres interclubs .
Communication locale
Le Label "Sport Senior Santé"
- [PAGE 10] **Épilogue**





Bonjour à toutes et à tous !

Moi, c'est Christophe. À 68 ans bien sonnés, je peux vous dire que la retraite, ce n'est pas le moment de s'arrêter, bien au contraire ! C'est le moment où l'on a enfin le temps de transformer ses passions en projets qui ont du sens.

Vous avez sans doute, comme moi, ce petit groupe d'amis avec qui vous allez marcher le dimanche ou faire une virée à vélo. C'est sympa, n'est-ce pas ? Mais imaginez si on allait un peu plus loin ensemble... C'est pour cela que je tenais à vous présenter ce guide. C'est bien plus qu'un manuel, c'est votre feuille de route pour créer votre propre club au sein de la FFRS..

Pourquoi la FFRS ? C'est notre force !

La Fédération Française de la Retraite Sportive, c'est une sacrée machine, mais avec un cœur énorme. Imaginez un réseau de plus de 92 000 adhérents qui fonctionne intégralement "par et pour les seniors".

Ce n'est pas une structure descendante où l'on vous dit quoi faire : c'est une innovation sociale majeure où nous, les seniors, prenons les commandes de notre vitalité. On s'organise, on s'entraide, et surtout, on s'amuse !

Transformer l'essai : du loisir au club reconnu

Ce guide a été conçu pour vous montrer comment passer de la simple "balade entre copains" à un club dynamique, structuré et respecté. On ne vous demande pas de devenir des experts en administration, mais simplement de mettre votre motivation au service du collectif.

Grâce au concept "Sport Senior Santé®", vous ne faites pas que bouger : vous offrez à vos membres un cadre sécurisé, adapté à nos capacités, pour que le plaisir reste la priorité.

Un accompagnement pas à pas (et sans stress !)

On sait tous que la paperasse peut faire peur. Mais ne vous inquiétez pas, on a tout prévu dans cet ouvrage pour vous simplifier la vie :

- Le premier café : Comment animer votre toute première réunion entre proches pour poser les bases.
- L'aide à la création de votre club
- La sécurité avant tout : S'appuyer sur l'égide de la FFRS pour que chaque membre soit bien protégé et encadré.
- Les outils qui sauvent : On vous présente des solutions simples comme Paheko pour gérer les adhésions et les comptes sans y passer vos nuits.

Le cœur du projet : Faire du sport un véritable rempart contre l'isolement. On est là pour transpirer un peu, mais surtout pour rire beaucoup et ne laisser personne sur le bord du chemin.

Mon petit mot de la fin...

"On imagine souvent la retraite comme le moment idéal pour se remettre au sport et prendre soin de soi. C'est vrai, mais c'est avant tout une formidable opportunité de s'ouvrir aux autres. En choisissant de créer un club, on ne se contente pas de fonder une simple association administrative : on pose les bases d'un lieu de partage, de solidarité et de convivialité qui devient, au fil du temps, une véritable seconde famille"

Alors, si vous avez une paire de baskets qui démange et quelques amis motivés, ce guide est fait pour vous. On a hâte de vous compter parmi nous dans la grande aventure FFRS.

Prêts à sauter le pas ? On se retrouve sur le terrain !

Amicalement,

Christophe

La Fédération Française de la Retraite Sportive : Un Nouvel Horizon Associatif

S'engager dans la création d'un club au sein de la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS), c'est intégrer une institution qui, depuis plus de quatre décennies, place l'humain au cœur de son action. Ce guide vous offre les clés d'une organisation qui a su faire de la maturité un âge d'or de l'engagement citoyen et du dynamisme collectif.

Une histoire de pionniers et une reconnaissance d'État

L'aventure de la FFRS plonge ses racines au début des années 1980. Très vite, son sérieux lui vaut une reconnaissance officielle : elle est agréée par le ministère chargé des Sports et reconnue d'utilité publique. Cette double légitimité atteste que votre future structure s'inscrit dans un cadre éthique et sécurisé, facilitant ainsi vos échanges avec les élus locaux et les futurs adhérents qui recherchent, avant tout, la fiabilité d'une grande institution nationale.

Le "par et pour les seniors" : Une mission de lien social

La force de la FFRS réside dans son modèle de gouvernance unique, fondé sur le principe du "par et pour". Ici, chaque club est animé par des bénévoles qui partagent les mêmes réalités que leurs membres. L'objectif fondamental reste l'accueil du plus grand nombre pour favoriser un vieillissement actif. Au-delà de la performance, la mission de la fédération est de créer des lieux de vie où la convivialité devient un véritable rempart contre l'isolement social et un moteur de vitalité quotidienne.

L'excellence du concept "Sport Senior Santé®"

Pour guider votre pratique, la fédération a forgé une identité forte : le concept "Sport Senior Santé®". Ce label garantit une approche du corps bienveillante reposant sur la diversification des activités et l'absence totale de compétition. Dans votre futur club, ce concept sera votre boussole. Il permet de rassurer chacun en proposant un cadre sécurisant où l'accent est mis sur le plaisir du mouvement et le maintien du capital santé, sans jamais céder à l'injonction de la performance athlétique.

Une architecture solidaire : Du local au national

En créant votre structure, vous intégrez une pyramide de soutien efficace. À l'échelon régional, les CORERS définissent les orientations, tandis qu'au niveau départemental, les CODERS constituent vos interlocuteurs de proximité. Le comité d'Ille-et-Vilaine illustre parfaitement cet accompagnement : une équipe de bénévoles est prête à vous transmettre son savoir-faire et à vous épauler dans vos démarches administratives.

La licence unique : Un passeport pour la liberté

Enfin, l'un des avantages majeurs de la FFRS est le principe de la licence unique. Pour l'adhérent, c'est un sésame ouvrant l'accès à plus de 60 disciplines sportives différentes. Cette licence permet également d'être accueilli dans n'importe quel autre club fédéral partout en France lors de ses déplacements. C'est la concrétisation d'un esprit de réseau uni par des valeurs communes, offrant une liberté de pratique sans équivalent au sein d'une communauté soudée et accueillante.

Un engagement pour l'avenir : Votre club, demain

En choisissant la FFRS, vous ne vous contentez pas de créer un club de sport ; vous donnez naissance à un espace de vie dynamique, sécurisé et profondément humain. Ce guide est l'outil indispensable qui transformera votre enthousiasme en une réussite collective durable au service de tous les retraités. En franchissant le pas, vous rejoignez une famille où chaque bénévole est un bâtisseur de bien-être, contribuant à prouver que la retraite est le temps de tous les possibles, de toutes les rencontres et de toutes les vitalités partagées. C'est ici que commence votre aventure au service du "bien vieillir" ensemble..



CHAPITRE 2 POURQUOI CRÉER UN CLUB ?

Au-delà de la simple structure administrative, fonder un club sous l'égide de la FFRS permet de donner une dimension nouvelle à votre projet. Il s'agit de transformer une envie personnelle en un véritable levier d'épanouissement pour votre territoire. Voici les raisons fondamentales qui font de cette affiliation un choix stratégique et humain.

Un rempart actif pour la santé et l'autonomie

Si le sport est un plaisir, il est avant tout un investissement précieux pour l'avenir. En créant un club, vous devenez un acteur local de la prévention. L'activité physique que nous promouvons cible spécifiquement les mécanismes du vieillissement : le renforcement de la proprioception pour sécuriser les appuis, l'entretien de la souplesse articulaire et la préservation de la masse musculaire.

La force de notre réseau réside dans sa diversité incroyable de plus de 60 activités. Que vous souhaitiez lancer des sorties de marche nordique pour le souffle, des séances de gymnastique d'entretien pour la souplesse, ou encore du Swinging Golf et du Pickleball pour la coordination, chaque discipline est adaptée. En proposant ces exercices réguliers, votre club permet à chaque adhérent de conserver une forme physique qui garantit son indépendance quotidienne, loin du cadre médical traditionnel.



Le club comme foyer de chaleur humaine

Le passage à la retraite modifie profondément les cercles de sociabilité. Créer une association affiliée, c'est offrir un nouveau port d'attache à ceux qui cherchent à reconstruire un réseau amical solide. Le club devient un espace de ralliement où la discipline sportive n'est que la porte d'entrée vers une vie collective riche.

Qu'il s'agisse de se retrouver pour une randonnée en pleine nature, une sortie en cyclotourisme ou une séance de danses collectives, on vient pour l'exercice, mais on reste pour les échanges d'après-séance. Vous bâtissez ainsi un écosystème bienveillant où le sentiment d'appartenance à un groupe protège durablement du repli sur soi.

La valorisation de l'expérience et le sens du bénévolat

La retraite est une opportunité unique de réinvestir ses talents. Le modèle "par et pour les seniors" permet de transformer des compétences professionnelles ou personnelles en une utilité sociale renouvelée. Que vous soyez organisateur, pédagogue ou gestionnaire, la création d'un club valorise votre expertise. Le bénévolat au sein de la FFRS démontre que l'énergie des plus de 50 ans est une ressource inestimable. En animant votre structure et en encadrant des activités, la transmission et l'action citoyenne changent simplement de terrain mais ne s'arrêtent jamais. .

L'agilité mentale au cœur du mouvement

Enfin, l'affiliation vous donne accès à des outils pédagogiques exclusifs. Nous savons aujourd'hui que la santé de l'esprit est indissociable de celle du corps. C'est pourquoi nous intégrons des programmes comme Activ'mémoire, qui allient coordination motrice et stimulation intellectuelle.

Proposer ces programmes, ou des disciplines comme le SMS (Section Multi-Activités Senior), c'est offrir une approche transversale de la forme. Vous permettez ainsi à vos adhérents d'entretenir leur vivacité d'esprit et leur concentration, faisant de votre club un véritable laboratoire de la vitalité intellectuelle.

Conclusion : Devenir l'architecte d'une retraite épanouie

En créant un club affilié, vous devenez l'architecte d'un nouvel art de vivre. Porter les couleurs de la FFRS, c'est mettre le dynamisme au service d'un projet qui soigne corps, réchauffe cœur et stimule l'esprit. Vous transformez votre territoire en un lieu de vitalité, prouvant que l'engagement est le secret d'une jeunesse.

Le passage de l'intention à l'action est un moment privilégié dans la vie d'un futur club. Souvent, la graine est déjà semée sans même que l'on s'en rende compte. Ce chapitre a pour but de vous guider dans cette transition passionnante, où une simple habitude de loisir se transforme en une œuvre collective structurée et rayonnante.

S'appuyer sur l'existant : la force des habitudes partagées

Point n'est besoin de réinventer la roue pour donner naissance à votre club ; il suffit bien souvent de regarder autour de soi. La plupart des belles histoires associatives commencent par un rituel : cette marche nordique du mardi matin, cette sortie hebdomadaire en cyclotourisme, ou ce rendez-vous régulier autour d'une activité de loisir. Formaliser cet existant, c'est simplement poser un cadre bienveillant sur une complicité qui unit déjà un cercle d'amis. En s'appuyant sur ces fondations solides et ces visages familiers, le démarrage du club ne ressemble pas à un saut dans l'inconnu, mais à la suite naturelle d'une habitude heureuse.

La nécessité du "noyau dur" : l'équipe des fondateurs

Pour porter cette transition, la constitution d'un "noyau dur" est une étape charnière. Il s'agit de réunir un petit groupe de personnes motivées, prêtes à se répartir les premières tâches administratives et d'animation. Pour assurer la pérennité et le dynamisme initial du projet, il est particulièrement recommandé de solliciter des bénévoles de moins de 70 ans. Cet équilibre générationnel au sein de la retraite permet d'apporter l'énergie et la disponibilité nécessaires pour installer la structure dans la durée, tout en incarnant ce modèle de gouvernance "par et pour les seniors" qui fait la fierté de notre fédération.

De l'informel à la structure : le choix de la sérénité

Pratiquer un sport de manière totalement libre offre une indéniable sensation de légèreté, mais comporte des risques face auxquels la structure associative apporte une réponse rassurante. Passer à une organisation encadrée sous l'égide de la FFRS, c'est choisir la sécurité totale pour l'ensemble des participants. Ce changement de dimension permet de bénéficier d'assurances adaptées, de protocoles clairs en cas d'imprévu et de garanties juridiques indispensables. Loin de brider la liberté des débuts, ce cadre officiel offre la sérénité d'esprit nécessaire pour que la pratique sportive reste uniquement un moment de plaisir partagé.

Valider l'intérêt local : s'ouvrir sur la commune

Pour que le groupe d'amis originel ne devienne pas un cercle fermé, il est essentiel de valider l'intérêt de votre projet auprès de votre territoire. Aller à la rencontre des seniors de votre commune, recenser leurs attentes et sonder leurs envies permet de donner une véritable utilité publique à votre démarche. Cette ouverture peut prendre la forme d'un questionnaire en mairie ou d'une simple discussion lors des forums locaux. En adaptant votre future offre aux besoins réels des habitants, vous permettez à votre club d'élargir ses horizons, d'accueillir de nouveaux visages et de devenir un acteur incontournable du dynamisme local.

Conclusion : Le premier pas vers le collectif

Faire le choix de structurer son activité, c'est transformer un plaisir privé en un bien commun et pérenne. En réunissant un noyau dur solide et en vous mettant à l'écoute des attentes de votre commune, vous posez les fondations d'un édifice où la sécurité et la convivialité marchent main dans la main. L'aventure associative commence précisément ici, au moment où le cercle des proches s'élargit pour accueillir la nouveauté. Ce premier pas est le plus beau : il marque le passage de la simple balade au projet de vie locale, une étincelle partagée qui, demain, illuminera le quotidien de dizaines de seniors autour de chez vous. C'est en osant cette ouverture que vous sèmerez les graines d'une solidarité de proximité durable et joyeuse.



CHAPITRE 4 LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DE LA CRÉATION ADMINISTRATIVE

Une fois l'élan collectif trouvé, le moment est venu de donner une existence officielle à votre club. Loin d'être un parcours d'obstacles, les formalités administratives constituent la charpente de votre projet, consolidant l'engagement de chacun. Ce chapitre vous accompagne pas à pas dans cette structuration indispensable pour installer votre club dans la durée.

La constitution de l'association : le socle de la Loi 1901

La première étape consiste à fonder juridiquement votre structure sous le régime protecteur de l'association Loi 1901. Pour vous simplifier la tâche, nul besoin de concevoir des textes complexes en partant de zéro. La FFRS met à votre disposition des statuts et un règlement intérieur types. Véritables repères juridiques, ces documents pré-rédigés sont conçus pour s'adapter parfaitement aux exigences du monde sportif tout en respectant l'esprit démocratique de notre réseau. Il vous suffira de les adopter lors de votre assemblée générale constitutive pour offrir à votre club son acte de naissance officiel.

Le processus d'affiliation : sceller l'alliance fédérale

Une fois l'association déclarée en préfecture, l'étape suivante consiste à concrétiser votre affiliation à la fédération. Ce processus vous lie officiellement au Comité Départemental de la Retraite Sportive de votre territoire. Cette démarche est le pont qui relie votre équipe locale à la grande communauté nationale. Elle vous ouvre l'accès aux assurances indispensables, aux formations pour vos animateurs bénévoles et aux conseils de vos pairs. L'affiliation transforme votre association isolée en un membre à part entière d'un réseau solide et reconnu.



La mise en place de la gouvernance : une équipe au service du projet

L'animation du club repose sur un bureau structuré, des règles de gouvernance claires et un esprit de collaboration active. L'organisation de votre future équipe dirigeante doit avant tout privilégier le groupe des fondateurs. Lors de l'assemblée générale, les membres valident les candidatures pour former un conseil d'administration soudé. Une fois cette équipe en place, les rôles indispensables se répartissent naturellement : le président pour porter la voix du projet, le secrétaire pour assurer la mémoire et la communication, et le trésorier pour veiller à la bonne santé financière de l'édifice. .

La gestion numérique : la fluidité du portail FFRS360

À l'ère moderne, l'administration d'un club gagne en simplicité grâce à des outils numériques adaptés. La FFRS a développé à cet effet le portail FFRS360, une plateforme centralisée qui devient votre tableau de bord au quotidien. C'est sur cet espace intuitif que votre équipe saisira les licences, gèrera le fichier des adhérents et suivra la vie administrative du club en temps réel. Cette gestion numérique allège considérablement la charge de travail de vos bénévoles, leur permettant de consacrer moins de temps à la paperasse et plus de temps au cœur de leur mission : le terrain et la convivialité.

Conclusion : Des fondations solides pour un bel avenir

Poser les jalons administratifs de son club, c'est lui offrir le cadre sécurisant dont il a besoin pour s'épanouir. De la signature des statuts à la prise en main des outils numériques, chaque démarche franchie consolide l'avenir de votre communauté. Ce formalisme n'est pas une contrainte, mais un pacte de confiance qui protège vos bénévoles et valorise votre projet auprès des institutions locales. C'est sur cette base solide que s'écriront vos plus belles pages d'histoire partagée, transformant la rigueur des textes en une formidable dynamique humaine. En franchissant sereinement ces étapes, vous offrez à vos adhérents le plus beau des cadeaux : un club protecteur, pérenne et résolument tourné vers le partage solide que s'écriront vos plus belles pages d'histoire partagée.

Faire le premier pas dans le monde associatif ne signifie pas avancer seul. Consciente des défis que représente le lancement d'une nouvelle structure, la FFRS a déployé un ensemble complet de mesures d'accompagnement. Des conseils de terrain aux outils numériques et financiers, tout est mis en œuvre pour propulser votre club vers la réussite dès ses premiers mois d'existence.

La journée de présentation : une immersion sur le terrain

Pour marquer le coup d'envoi de votre projet et susciter l'enthousiasme local, vous pouvez compter sur l'organisation d'une journée de présentation officielle. Orchestré par votre CODERS (le comité départemental) en présence d'un instructeur fédéral, cet événement est une formidable vitrine. Ce moment fort permet de rassurer les personnes intéressées et de positionner d'emblée votre association comme un acteur crédible sur votre commune.

L'aide personnalisée à la mise en place : adieu la solitude administrative

La rédaction des premiers documents officiels et l'enregistrement de l'association en préfecture peuvent parfois impressionner les bonnes volontés. Pour éviter que la bureaucratie ne freine votre élan, un accompagnement personnalisé vous est proposé. Des experts du réseau vous épaulent pas à pas dans la création de vos documents de référence et le suivi des démarches réglementaires. Cette assistance sur mesure sécurise vos arrières et vous permet de franchir l'étape de l'enregistrement dans la sérénité la plus totale.

L'appui financier et les subventions de démarrage

Le volet financier est souvent le nerf de la guerre lors d'un lancement. Pour vous aider à acquérir le matériel indispensable (ballons, kits de sécurité), la fédération vous guide pour solliciter les subventions du Projet Sportif Fédéral (PSF). En complément, les nouveaux clubs bénéficient d'une aide forfaitaire spécifique au démarrage. Ce capital initial permet de couvrir les premiers frais logistiques sans grever le budget de vos adhérents,

La présentation d'outils de gestion : la recommandation du CODERS

Gérer un club demande de la rigueur, mais le CODERS est là pour vous simplifier la tâche. Ce conseiller de proximité recommande chaleureusement le logiciel Paheko, une solution intuitive adaptée au monde associatif. Elle permet à votre trésorier de suivre les cotisations, de tenir une comptabilité claire et d'éditer des rapports transparents en quelques clics. Cet outil garantit une gestion saine et rigoureuse qui saura rassurer vos adhérents et vos partenaires publics.

La communication : le kit de communication

Pour attirer de nouveaux membres, il faut savoir se faire remarquer. La FFRS met à votre disposition un kit de communication complet et prêt à l'emploi. Vous y trouverez des supports visuels soignés, des affiches personnalisables ainsi que des modèles de présentations PowerPoint élégants. En utilisant la charte officielle et la police de caractères réglementaire (Myriad), votre club bénéficie immédiatement de la notoriété nationale pour mener des campagnes d'information percutantes.

Conclusion : Propulsé par la force d'un réseau

Bénéficier de ces aides, c'est l'assurance de transformer durablement votre projet bénévole en une structure pérenne et solide. Qu'il s'agisse de soutien humain, de subventions ou d'outils numériques innovants, la FFRS met absolument toutes les chances de votre côté pour que le démarrage soit une véritable fête. En vous appuyant sur ces leviers, vous effacez les doutes techniques pour vous concentrer sur l'essentiel : le plaisir unique de partager le sport et la convivialité.



CHAPITRE 6 LES FORMATIONS : LA PIERRE ANGULAIRE DU CLUB

Au sein de la FFRS, le dynamisme et la sécurité d'un club reposent avant tout sur le savoir-faire de ceux qui le font vivre. La formation n'est pas une simple formalité, elle est la pierre angulaire qui garantit la qualité de nos activités et la sérénité de nos dirigeants. C'est le socle sur lequel se construit la légitimité de notre encadrement et la transmission de nos valeurs de bien-être. La fédération a ainsi conçu un parcours d'accompagnement complet pour que chaque bénévole, qu'il soit sur le terrain ou au bureau, se sente soutenu, compétent et valorisé au quotidien.

Sécurité et premiers secours : un engagement absolu

Parce que la santé et l'intégrité de nos adhérents sont nos priorités absolues, la sécurité constitue le premier maillon de notre offre de formation. Ainsi, l'obtention de l'attestation Prévention et Secours Civiques (PSC) est obligatoire pour l'ensemble de nos animateurs. Ce passage essentiel permet de maîtriser les gestes qui sauvent et d'acquérir les bons réflexes face à une situation d'urgence. Cet apprentissage pratique offre une immense tranquillité d'esprit à l'animateur et diffuse un sentiment de totale sécurité auprès des familles et des membres du club.

Le cursus de l'animateur : de la découverte à l'expertise fédérale

Devenir animateur à la FFRS est une aventure humaine et pédagogique accessible à toutes les bonnes volontés. Le cursus est structuré par étapes pour permettre une montée en compétences progressive et sans pression. Tout commence par la Formation Initiale de l'Animateur (FIA), un tronc commun qui pose les bases de l'accueil, de la connaissance des publics seniors et de la conduite de séance. Par la suite, l'animateur se spécialise dans la discipline de son choix pour obtenir son Brevet Fédéral (M2). Ce parcours balisé transforme la passion d'un bénévole en une expertise reconnue, labellisée "Sport Senior Santé®".



La formation initiale des dirigeants (FID) : piloter avec assurance

Prendre des responsabilités administratives au sein d'un bureau de club demande des repères clairs. Pour que la gestion quotidienne reste un plaisir, la fédération propose la Formation Initiale des Dirigeants (FID). Spécialement conçue pour les présidents, secrétaires et trésoriers, cette session permet de dompter la gestion administrative, de décrypter le cadre juridique associatif et de comprendre les responsabilités de chacun. Grâce à la FID, les dirigeants acquièrent les clés nécessaires pour piloter leur structure avec assurance, dialoguer efficacement avec les collectivités et protéger durablement l'association.

La formation continue (FCA) : évoluer au rythme du temps

Le monde du sport et de la santé évolue, et nos clubs évoluent avec lui. La Formation Continue de l'Animateur (FCA) permet de maintenir nos compétences à jour au fil des ans. Qu'il s'agisse de découvrir de nouvelles techniques d'animation, de s'approprier des consignes de sécurité actualisées ou d'intégrer de nouvelles pratiques adaptées, ces sessions régulières de recyclage sont de formidables moments d'échange entre clubs. Elles garantissent que l'offre de votre association reste moderne, attractive et toujours parfaitement en phase avec les attentes des seniors d'aujourd'hui.

Conclusion : Le savoir comme moteur de confiance

Investir dans la formation de ses forces vives, c'est offrir à son club le plus beau des passeports pour l'avenir. En accompagnant vos bénévoles vers ces parcours qualifiants, vous transformez la bonne volonté initiale en une compétence solide et sereine. Ces temps d'apprentissage, entièrement pris en charge par le réseau fédéral, ne se contentent pas de sécuriser vos activités : ils renforcent la cohésion de votre équipe et font de votre club un modèle de sérieux et de convivialité sur votre territoire. C'est grâce à ce partage de connaissances que vous bâtirez une structure respectée, capable d'inspirer confiance aux municipalités et d'attirer durablement de nouveaux adhérents.

CHAPITRE 7 FAIRE VIVRE ET RAYONNER SON CLUB

Donner naissance à un club et l'administrer avec rigueur ne sont que les premières étapes d'une aventure bien plus vaste. Le véritable cœur de notre engagement réside dans la vie quotidienne de l'association, dans sa capacité à s'animer, à s'ouvrir aux autres et à rayonner sur son territoire. Ce chapitre explore les leviers essentiels pour faire de votre structure un lieu d'échange incontournable, reconnu pour sa convivialité, son ouverture d'esprit et la qualité constante de son accueil.

Les rencontres interclubs : tisser des liens au-delà de la commune

Le dynamisme d'un club s'enrichit grandement au contact de ses voisins. Participer aux journées départementales et aux rencontres interclubs est une opportunité formidable pour briser la routine et élargir les horizons de vos adhérents. Ces grands rassemblements, orchestrés à l'échelle du département, permettent de partager des expériences inédites, de découvrir de nouvelles disciplines dans une ambiance festive et de renforcer le sentiment d'appartenance à notre grande famille. C'est le moment où la convivialité prend tout son sens, transformant l'effort sportif en une mémorable fête partagée où naissent souvent des amitiés durables entre les différentes sections du territoire.

La communication locale : se faire connaître et reconnaître

Pour attirer de nouveaux visages et s'ancrer durablement dans le paysage local, une communication active est indispensable. Le forum des associations de la rentrée constitue votre première vitrine physique pour aller à la rencontre directe des habitants et échanger de vive voix. En parallèle, il est essentiel de nouer des liens étroits avec la presse locale et d'investir les supports modernes, comme les magazines numériques, les réseaux sociaux et les bulletins municipaux de votre secteur.

Raconter la vie du club, publier des comptes-rendus enthousiastes, partager les photos de vos sorties et annoncer vos événements permet de valoriser le dynamisme de vos bénévoles. Cette visibilité régulière donne envie aux seniors isolés du territoire de pousser votre porte en levant les freins liés à l'appréhension de la nouveauté. En mettant en avant non seulement l'activité physique, mais aussi les moments de partage comme le café d'après-séance, vous facilitez grandement l'intégration des futurs membres.

Le Label "Sport Senior Santé®" : le gage d'une excellence bienveillante

Le rayonnement de votre club passe enfin par la reconnaissance officielle de sa qualité et de son sérieux. La FFRS a créé le Label "Sport Senior Santé®", une distinction précieuse qui valorise l'excellence de votre encadrement et la sécurité absolue de votre accueil. Obtenir ce label, c'est apporter la preuve institutionnelle que votre structure propose des activités parfaitement adaptées aux capacités de chacun, loin de la recherche de performance compétitive. C'est un argument de confiance majeur pour rassurer les futurs adhérents ainsi que leurs proches, mais aussi un passeport d'excellence particulièrement apprécié par les municipalités, les professionnels de santé et les partenaires publics locaux.

Conclusion : Un phare de vitalité locale

Faire vivre et rayonner son club, c'est transformer une structure associative en un phare de vitalité et de chaleur humaine. En multipliant les échanges interclubs, en partageant vos réussites dans les médias locaux et en arborant le label fédéral, vous offrez à l'association la place qu'elle mérite. Votre club ne fait pas seulement bouger les corps, il tisse les fils d'une solidarité de proximité essentielle pour rompre l'isolement. Il prouve chaque jour que le sport partagé reste le plus court chemin vers un bonheur durable, une santé préservée et une vie locale joyeuse.



ÉPILOGUE

Au fil de ces sept chapitres, nous avons dessiné les contours d'une ambition commune : donner vie à un espace chaleureux où la santé, la convivialité et l'épanouissement des seniors se conjuguent au quotidien. Un club affilié à la Fédération Française de la Retraite Sportive est un véritable moteur de vie locale, un rempart contre l'isolement et un outil clé de prévention au service du bien-vieillir. De l'étincelle initiale allumée entre amis jusqu'au rayonnement sur votre territoire, chaque étape franchie est une pierre solide posée pour bâtir une retraite active, joyeuse et résolument solidaire.

Se lancer dans la création associative peut susciter des questions ou quelques appréhensions au démarrage. La gestion des hommes, le respect des normes et la responsabilité de l'encadrement demandent de l'attention. Mais la force de notre modèle réside précisément dans le fait que vous n'avancez jamais seuls. Le réseau fédéral, porté par l'engagement de proximité des Comités Départementaux (les CODERS), se tient à vos côtés à chaque carrefour de votre évolution.

Qu'il s'agisse de dompter la rigueur administrative de la Loi 1901, de prendre en main le logiciel Paheko, d'équiper vos équipes grâce aux subventions du Projet Sportif Fédéral (PSF), ou de guider vos bénévoles vers des formations qualifiantes, vous avancez toujours entourés. Ce cadre n'est pas là pour brider votre liberté : il constitue l'armure de sérénité indispensable qui protège vos dirigeants et offre à vos adhérents une pratique sécurisée.

Créer un club dans sa commune, c'est aussi et surtout faire le choix noble de la transmission et de la citoyenneté active. À travers une gouvernance partagée et un bénévolat d'équipe fondé sur le principe fondamental du "par et pour les seniors", nous démontrons collectivement que l'expérience, le dynamisme et l'altruisme n'ont pas d'âge. En ouvrant grand les portes de vos futures séances, vous offrez à votre commune un bien commun inestimable. Vous mettez en place une structure de proximité labellisée où l'on vient initialement pour prendre soin de son corps, et où l'on choisit de rester durablement pour la chaleur humaine des échanges. À une époque où les repères se fragmentent, le club de retraite sportive réhabilite le lien social et redonne du sens au temps libre. Chaque sortie, chaque interclubs, chaque café d'après-séance contribue à retisser ces fils invisibles qui unissent les individus au sein d'un même territoire. Vous devenez des créateurs de bien-être, des ambassadeurs d'une philosophie où la performance s'efface devant le plaisir pur d'être ensemble et de bouger à son rythme.

Le cadre juridique et technique est désormais posé entre vos mains. Les outils numériques du portail FFRS360 sont prêts à être activés, la charte de communication est prête à faire rayonner votre image, et les parcours de formation n'attendent plus que l'énergie de vos forces vives pour révéler les talents de vos futurs animateurs. Tout le travail préparatoire a été accompli avec soin, la route est parfaitement balisée et les fondations de l'édifice sont d'une stabilité exemplaire.

Il ne vous reste plus qu'à faire ce premier pas décisif, ce geste audacieux en contactant le CODERS pour transformer votre belle idée en une magnifique réussite collective. C'est à vous de jouer pour écrire les premières pages de cette aventure locale et semer les graines d'une belle solidarité.

Je vous souhaite de tout cœur une merveilleuse et joyeuse aventure humaine au sein de notre fédération. Ensemble, avec votre sourire et votre bienveillance, renforçons nos liens et continuons à entretenir cette précieuse étincelle de vitalité pour que nos territoires restent un formidable terrain de jeu, d'épanouissement et de partage intergénérationnel. Votre implication est essentielle pour faire rayonner nos valeurs au quotidien.

On se retrouve très vite sur le terrain !

Christophe



Porter l'Élan Sportif : Guide de Création de votre Club FFRS

La FFRS et le CODERS 35 encouragent le développement de nouveaux clubs pour lutter contre l'isolement des seniors via le concept Sport Senior Santé®.

Les Fondements du Projet

Le Concept Sport Senior Santé®



■ Une pratique multisport adaptée aux plus de 50 ans, axée sur la préservation du capital santé. ■ ■ ■ ■ ■



Un fonctionnement solidaire permettant l'accès aux activités pour un coût annuel très modeste.

Le Bénévolat comme Moteur



Un Rempart contre l'Isolement



Créer un club, c'est avant tout bâtir un lieu d'échange, de convivialité et de plaisir.

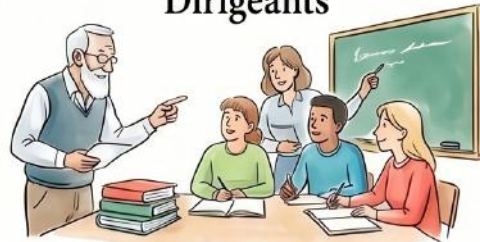
L'Accompagnement et les Aides

Soutien Financier au Lancement



Accès aux subventions de création et aux aides du Projet Sportif Fédéral (PSF).

Formation des Futurs Dirigeants



Le CODERS organise des formations spécifiques (FID) pour maîtriser la gestion associative et juridique.

Expertise Technique et Logistique



Mise à disposition d'outils de gestion, d'assurances collectives et de supports de communication.



FFRS
(Fédération)

-  Ingénierie de formation (FIA/FID)
-  assurances nationales
-  subventions PSF

CODERS 35
(Comité)

-  Aide de proximité au montage du club
-  tutorat de gestion
-  prêt de matériel

