

# À armes égales

> Le journal des clubs de la défense



**Tournoi esport  
FCD / IGESA**



**Rencontre avec  
une battante**

**POUR UNE RENTRÉE RÉUSSIE**

**La reprise c'est tous ensemble !**

# NOUVEAUX CATALOGUES HIVER / PRINTEMPS

2019 / 2020



ALLÔ RESA 04 95 55 20 20  
CONSULTEZ-LES SUR [WWW.IGESA.FR](http://WWW.IGESA.FR)

# édito



Commissaire général (2S) Yves Glaz  
président de la Fédération  
des clubs de la défense

## La reprise, c'est tous ensemble

**N**ous traversons une crise sanitaire inédite depuis environ six mois, qui nous place dans une situation très contraignante pour encore de longues semaines et sans doute des mois. Cette crise sanitaire Covid-19 a mis à mal toutes les activités du Pays, dont celles de nos clubs. C'est pourquoi, la fédération s'est attachée à se tenir à vos côtés pendant toute cette période pour vous informer au plus près de l'évolution de la situation par ses communiqués et ses éditions spéciales de l'info lettre FCD, démontrant ainsi notre capacité à établir le lien avec les clubs, d'abord en confinement puis en déconfinement progressif.

À présent, avec la sortie de l'état d'urgence sanitaire, nos adhérents peuvent de nouveau pratiquer des activités physiques, sportives et culturelles et retrouver le chemin de leur club, dans le respect des gestes barrières et des protocoles sanitaires, qu'ils soient actifs du ministère, familles et retraités, ou en affinité avec la communauté défense. Pour ce faire, le mot d'ordre reste bien de veiller à une application attentive des mesures de prévention, en s'appuyant sur l'esprit de responsabilité de nos dirigeants, agissant en étroite coordination avec les autorités et commandants de formation du ministère.

De cette crise, nous pouvons déjà tirer l'enseignement que le modèle des clubs de la défense est flexible et réactif, par sa capacité à suspendre, par sa capacité à repartir, en s'appuyant sur les forces vives de nos animateurs bénévoles, recevant en écho l'appel de leurs adhérents motivés et passionnés par leurs disciplines. Nous avons aussi la confirmation qu'il nous faut anticiper davantage les aléas, de cette nature ou d'une autre, qui nécessairement viendront à se reproduire. À cet égard, la recherche d'un fonctionnement planifié et équilibré, reposant sur des priorisations et des seuils d'activité, doit nous aider à affronter ces imprévus.

Maintenant, il nous faut organiser la suite pour la saison qui démarre et pour laquelle nous avons établi un plan d'accompagnement des clubs à la reprise d'activités. Il comprend un gel de la cotisation licence pour les deux saisons à venir, le soutien renforcé aux projets d'équipement des clubs, des aides de fonctionnement exceptionnelles aux



clubs mis en difficulté par la crise Covid, la suppression des droits de participation aux formations fédérales pour les animateurs bénévoles et la diminution des droits d'inscription aux manifestations sportives et culturelles fédérales.

Ce plan d'action exprime la solidarité entre tous au sein de notre fédération pour redynamiser notre fonctionnement au sortir de cette période qui a touché fortement nos activités, afin que nos clubs demeurent ces lieux d'épanouissement et de cohésion participant pleinement aux politiques du ministère.

S'ajoute à ce plan, il convient de le souligner, le soutien renforcé que nous venons de recevoir du ministère et de nos partenaires mutualistes auxquels nous exprimons toute notre gratitude.

Il reste que cette période sera pour longtemps ancrée dans nos mémoires. Nous garderons une pensée toute particulière pour nos membres victimes de cette épidémie et adressons nos profonds sentiments de soutien à leurs familles, tandis que nos souhaits de prompt rétablissement accompagnent nos convalescents. Nous exprimons aussi toute notre reconnaissance à tous ceux qui au cours de ce printemps se sont illustrés par des actions d'entraide au service des plus fragiles et des plus exposés.

À présent, vous êtes chacun les acteurs de cette conviction que c'est tous ensemble que nous devons aller de l'avant. C'est en effet de l'union des sections au sein des clubs et de l'union des clubs avec les ligues et la fédération que nous pourrons fonder de nouvelles ambitions pour la période qui s'ouvre. Je forme ainsi le vœu que nous nous retrouvions à Bourges le 31 octobre prochain pour l'assemblée générale des clubs de la défense qui consacra, j'en suis sûr, notre dynamisme retrouvé.

Préparons-nous des jours meilleurs, soyons déterminés, la reprise c'est tous ensemble ! Avec mes salutations les plus cordiales pour tous.

## Sommaire

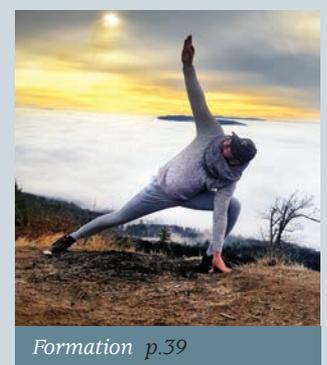
- 4 **CRISE SANITAIRE**  
*Plan d'accompagnement des clubs – Solidarité*  
*Culture : expo et atelier virtuels*
- 19 **Esport**  
*Tournoi FCD FIFA 2020*
- 22 **Rencontre**  
*Rencontre avec Ornella Pereira*
- 27 **Culture**  
*Concours littéraire – concours d'illustration*
- 30 **Sport**  
*Coupe de Noël Boxe-judo 2020 – Sports de contact*
- 33 **Mot du Toubib**
- 34 **Infos fédérales**
- 39 **Formation**  
*Muay thai – Yoga – PCS1*
- 40 **Vie des ligues et des clubs**



Crise sanitaire p.4



Sport p.30



Formation p.39

## ENTRETIEN

# Yves Glaz :

## « La force de la FCD tient dans son union et la solidarité entre ses membres »



La France a vécu ce printemps une période de confinement inédite et à jamais gravée dans nos mémoires. Durant 2 mois et demi, la Nation tout entière a vécu au ralenti. Nous avons voulu revenir sur cette période avec le Commissaire général (2S) Yves Glaz, président de la Fédération des clubs de la défense pour connaître son ressenti sur cette période, ses conséquences sur nos clubs et nos licenciés et entrevoir avec lui le redémarrage des activités dans le cadre de la nouvelle saison qui a débuté ce 1<sup>er</sup> septembre.

• **Monsieur le Président, revenons si vous le voulez bien un peu en arrière. Nous sommes le lundi 9 mars 2020, le Gouvernement annonce la nécessité de prendre toutes les mesures nécessaires pour lutter contre la propagation du COVID-19 afin de limiter les risques supplémentaires de développement de la contagion. On parle dès lors de pandémie, la planète entière est atteinte par un tout petit virus particulièrement virulent. Comment réagissez-vous ?**

On ne peut pas dire que nous ayons été pris par effet de surprise, puisque depuis plusieurs semaines déjà la question de mesures sanitaires restrictives était latente. Ainsi nous étions sur le qui-vive, puisque devant un double risque, celui de devoir reporter d'une part, notre assemblée générale de Bourges prévue le 28 mars et d'autre part, le programme de nos manifestations sportives et culturelles de printemps. C'est ainsi qu'entre le 9 et le 12 mars nous avons pris ces décisions de report et

en avons informé immédiatement les clubs et les organisateurs concernés pour ne pas nous exposer à des engagements financiers.

• **Dès lors que toutes les activités fédérales, tant au niveau national, régional que local, sont annulées, comment s'organise la vie du mouvement fédéré que vous présidez ? Comment avez-vous pu maintenir le lien entre toutes les composantes de la fédération ?**

Dans le prolongement des décisions que nous avons prises, nous nous sommes attachés à une communication suivie avec les clubs sur les dispositions gouvernementales successives relatives au confinement et aux gestes barrière, puis aux mesures économiques et sociales, notamment de temps partiel d'activité des salariés et d'indemnisation des travailleurs indépendants. La fédération et les ligues sont entrées elles-mêmes en confinement, organisant le lien avec les clubs par

voie de permanences téléphoniques, communiqués, de newsletters et de nos portails internet, témoignant ainsi de la continuité et de l'efficacité de nos moyens de liaison avec les clubs y compris hors métropole.

• **Durant cette période de confinement, et même après, quelles ont été les principales interrogations qui vous ont été adressées, par les responsables de club notamment ?**

Les dirigeants de clubs ont fait preuve dès le début de la crise d'un sens poussé des responsabilités face aux risques encourus, en veillant scrupuleusement à l'application des consignes sanitaires, nous interrogeant au besoin sur certaines dispositions pour être au plus près de leur juste application. La question de la durée du confinement est souvent revenue, laissant percevoir une certaine impatience, que nous avons essayé d'atténuer en suscitant des activités à partir notamment d'un atelier artistique virtuel et de tutos d'entretien physique et sportif.



soutien des clubs avec des moyens supplémentaires pour le développement de projets. Il en a été de même avec nos partenaires mutualistes et commerciaux que nous avons informés de la situation et qui nous ont déjà confirmé leur entier soutien pour la saison à venir. Pendant cette période, nous avons même noué un partenariat avec l'équipementier Le Coq Sportif qui nous accompagnera au moins jusqu'en 2024.

• **Le 7 mai, arrive l'allocution du Premier ministre qui annonce la phase 1 du déconfinement à compter du 11 mai. Un déconfinement partiel mais qui ouvre quelques portes pour permettre la reprise graduée de certaines activités. Comment la FCD réagit ?**

Chaque étape de la crise sanitaire a été un véritable exercice de communication vis-à-vis des 420 clubs et 160 000 adhérents. Être précis, être concret, être concis, mettre du relief sur les points importants, faire comprendre explicitement ce qui reste interdit, ne pas être contredit. Avec notre directeur général, Pascal Raveau, nous avons eu quelques séances de rédaction intéressantes sur la base des textes du Journal officiel... Notre

méritent notre reconnaissance, et le responsable du Plan famille du ministère nous a invité à lui faire part des actions les plus méritoires afin de leur attribuer une distinction.

• **Hors les restrictions gouvernementales, y a-t-il eu d'autres freins qui ont pu gêner la reprise ?**

Les mesures gouvernementales ont posé des règles de déconfinement et de reprise progressive de l'activité assorties de mesures de distanciation et de gestes barrières. Dans le prolongement, il faut savoir qu'il y a eu un gros travail réalisé avec les fédérations sportives, chacune dans leur discipline, pour écrire en un temps record des protocoles de reprise des pratiques en contexte d'état d'urgence sanitaire. Les mesures gouvernementales sont quelque part générales et c'est ensuite au niveau de l'autorité préfectorale, des acteurs économiques et sociaux, des commandants de formation et des municipalités responsables des installations (ERP) que vont s'apprécier les conditions locales d'application. On le voit tous les jours, la qualité de la relation du club avec les autorités locales, comme celle de la fédération avec les autorités centrales est essentielle à la bonne appréciation des risques et des solutions à mettre en œuvre.

## « Les dirigeants de club ont fait preuve dès le début de la crise d'un sens poussé des responsabilités »

• **La phase 2 du déconfinement débute le 2 juin et permet de reprendre une vraie vie associative et d'assurer une reprise certes progressive mais réelle des activités sportives et culturelles. Comment réagissent les adhérents ?**

Des questions administratives et financières nous ont été également posées, notamment sur le report des assemblées générales, le caractère définitif du versement de la cotisation licence ou le remboursement de droits de participation à des manifestations, auxquelles nous avons répondu par l'affirmative.

• **Côté institutions, quelles ont été les relations que vous avez pu avoir avec les autorités de tutelle ? Avez-vous senti un réel soutien de leur part ?**

La fédération avec ses clubs est un opérateur important pour le ministère des armées dans le domaine de l'accompagnement du personnel et des loisirs. Nous avons donc veillé à tenir les autorités informées de l'évolution de la situation en confinement, en déconfinement progressif puis en sortie de déconfinement. Il en a été de même vis-à-vis du ministère chargé des sports et du CNOSF lors de visio conférences régulières au cours desquelles les travaux sur les projets du mouvement sportif ont été poursuivis. Les relations sont donc restées suivies et nous avons pu même conclure les 2 conventions d'objectifs qui nous lient pour le

gouvernance fédérale ne s'est jamais arrêtée depuis mars, mais c'est à partir de mai qu'elle s'est animée pour préparer à distance nos réunions de bureau et de comité directeur, ainsi que les commissions fédérales pour la définition des calendriers d'activités 2020/2021.



Pascal Raveau préparant un communiqué

Dans les clubs les activités ont pu reprendre progressivement, et les actions de solidarité se sont alors manifestées et multipliées en direction des plus fragiles, des plus exposés à la crise et des personnels soignants en surmenage. Tous ces dirigeants et animateurs bénévoles

Après la phase 1 de reprise conditionnée des activités en extérieur, la phase 2 a été celle de reprise des activités en salle, d'ailleurs différée au 22 juin pour l'Île de France, Mayotte et la Guyane classées en zone rouge. Elle a offert effectivement un potentiel de reprise d'activité aux clubs, dont ont profité les adhérents, avides d'activités, pour retrouver le chemin de leur section sportive ou culturelle avant la période des vacances d'été.

C'est aussi l'opportunité de remettre le club en ligne pour préparer la nouvelle saison 2020/2021, en commençant par réaliser un bilan des impacts consécutifs au confinement et au déconfinement progressif, en actualisant les projets et les budgets et en mobilisant les membres de l'équipe dirigeante prêts à relancer les activités. Les impacts se lisent cependant dans les effectifs avec une baisse nationale moyenne de 9% du nombre d'adhérents sur la saison et des charges fixes qui n'ont pas eu de contrepartie en termes d'activités.

# EMBARQUEZ SKYROCK PLM DANS VOTRE MOBILE

La nouvelle mobiradio pour les militaires,  
créée en équipe avec Unéo

Téléchargez  
dès à présent  
l'appli Skyrock



Toute  
la journée,  
les meilleurs  
sons **Skyrock**

De 6 h à 9 h :  
le **Réveil** Skyrock PLM

De 18 h à 21 h :  
les **Dédicaces**  
Skyrock PLM

Unéo, MGP et GMF  
sont membres d'  
**UNEOPOLE**  
la communauté  
sécurité défense

Unéo, la mutuelle  
des forces armées  
TERRE - MER - AIR - GENDARMERIE  
DIRECTIONS & SERVICES  
Référéncée  
Ministère des Armées



Santé  
Prévoyance  
Prévention  
Accompagnement social



Votre force mutuelle

• **Projetons-nous maintenant sur la rentrée.** Cet entretien est réalisé le lundi 31 août, veille de la nouvelle saison 2020/2021. De nouvelles mesures gouvernementales sont prises pour imposer la généralisation du port du masque en lieux clos mais permettant néanmoins de pouvoir pratiquer une activité sportive sans masque. Quelles sont vos craintes et vos espoirs ?

Il faut mettre les choses en perspective. Nous venons de vivre une période de crise sanitaire sévère qui a fait de nombreuses victimes, y compris parmi nos proches, et pour lesquelles nous avons des pensées tout particulièrement émues. Nous sortons d'une période de confinement que nous ne voulons plus revoir, très impactante sur l'économie et le social. Aussi, il nous faut raison garder et comprendre que les mesures préventives qui nous sont imposées temporairement sont une nécessité. Nous devons donc nous accommoder de cette situation consistant à conjuguer de manière pragmatique le principe du port du masque avec des exceptions fonction de la nature des activités. Localement, c'est le bon sens des encadrants et animateurs qui va permettre une application adaptée aux différents types d'installations et à la circulation des pratiquants.

• **Cette période trouble ne serait-elle pas propice pour certains à arrêter (ou ne pas reprendre) toute activité sportive ou culturelle dans un cadre associatif ?**

J'aurais tendance à prendre votre question à contrepied. Je pense que la période de confinement a révélé à bon nombre de personnes le bienfait d'activités physiques pour s'entretenir et d'activités culturelles pour s'exprimer. On a là un vivier potentiel de futurs pratiquants. A contrario, il y aura forcément des pratiquants qui seront tentés de renier leur adhésion en attendant d'être plus éclairés sur l'évolution de la situation. C'est pourquoi notre idée directrice est de veiller au respect des règles de prudence dans nos clubs afin de donner confiance à nos adhérents pour une reprise de leurs pratiques. C'est d'ailleurs le sens de la campagne de communication lancée ces derniers jours par le ministère chargé des sports incitant à une reprise des activités dans les clubs.



## « Nous devons veiller au respect des règles de prudence pour redonner confiance à nos adhérents »

• **Un Plan d'accompagnement à la reprise d'activité a été adopté lors de votre réunion du comité directeur fédéral du vendredi 19 juin. Pouvez-vous nous en dire plus sur son objectif et sur les mesures prises pour assurer la meilleure reprise possible ?**

La force de notre mouvement associatif tient dans son union et la solidarité entre ses membres. Les membres, ce sont les clubs au niveau desquels les conséquences de la paralysie puis de la reprise progressive des activités se sont faites le plus sentir. Sur ces fondements nous avons effectivement bâti un plan d'accompagnement actant un gel de la cotisation licence pour les deux prochaines saisons, un soutien financier renforcé aux projets d'équipement des clubs, un soutien financier aux clubs en difficulté de fonctionnement, la gratuité des droits de participation aux formations pour les animateurs bénévoles et la réduction du coût de participation des clubs aux manifestations sportives. Cela constitue un ensemble conséquent et cohérent où chaque club doit pouvoir trouver des leviers pour soutenir la relance de ses activités.

• **Pour finir cet entretien, avez-vous un message à faire passer ?**

Notre fédération, nos ligues et nos clubs sont, par leur objet social, au service direct du ministère et de toutes les formations et unités qui le composent. Ce sont d'abord les actifs du ministère au titre de la condition du personnel. Ce sont ensuite les familles et retraités au titre du plan famille. Ce sont enfin des personnes extérieures à la défense au titre du lien Armée-Nation. Je souhaite avec les autorités du ministère que nous revenions très vite à des conditions sanitaires nous permettant de retrouver l'ensemble de nos pratiquants. Qu'elles nous permettent ainsi de donner la pleine mesure à nos actions en soutien aux politiques du ministère, avec l'objectif fondamental de contribuer à l'épanouissement individuel du plus grand nombre et à la cohésion sociale entre tous.

**Monsieur le Président, je vous remercie et souhaitons à la Fédération, ses 9 ligues, ses 420 clubs et ses 160 000 licenciés la meilleure rentrée possible.**

## « Chaque club doit avoir des leviers pour soutenir la relance de ses activités »





**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



**ENVIE  
DE RETROUVER  
SON EQUIPE**

**ENVIE  
DE SPORT**

Ensemble, continuons d'appliquer les gestes barrières





# Plan d'accompagnement des clubs à la reprise d'activité

Le « Plan d'accompagnement des clubs à la reprise d'activité », évoqué par le président Glaz dans l'entretien accordé dans ce numéro, a été adopté par le comité directeur du 19 juin 2020 et comporte 5 mesures, rappelées ci-dessous :

1. Gel de la cotisation « Licence » à 17 € pour deux saisons (2020/2021 et 2021/2022).
2. Le soutien renforcé des projets d'équipement des clubs dans le cadre de la campagne annuelle de subventions.
3. Les aides de fonctionnement exceptionnelles aux clubs mis en difficulté par la crise du COVID-19.
4. La suppression des droits de participation aux formations fédérales, individuelles ou collectives, sportives comme culturelles.
5. La diminution des droits d'inscription aux manifestations sportives 2020/2021, qui se tiendront principalement au premier semestre 2021.



## 1<sup>er</sup> objectif

### SOUTENIR

Soutenir c'est accompagner les clubs et leurs dirigeants, avec leurs ligues régionales, les guider dans les démarches à mener pour réussir le lancement de la saison 2020/2021 et intervenir en soutien aux projets et aux activités des clubs.

## 2<sup>ème</sup> objectif

### ENCOURAGER

Encourager les adhérents à reprendre des activités physiques, sportives, culturelles, artistiques et associatives au plus tôt (modération tarifaire).

## 3<sup>ème</sup> objectif

### FORMER

Former des animateurs pour développer des activités en soutenant mieux le parcours du bénévole.

## 4<sup>ème</sup> objectif

### PROMOUVOIR

Promouvoir les manifestations sportives pour susciter la participation et l'émulation des compétiteurs aux championnats et challenges de la FCD.

Pages coordonnées par Elsa Cerdeira

## Félicitations à nos clubs pour leurs belles initiatives et leurs actions de solidarité durant ce confinement !

### • Médailles de l'engagement des clubs par le Ministère des Armées

Durant le confinement, nombreux sont nos clubs et adhérents qui se sont mobilisés gracieusement pour apporter aide et soutien aux autres. Dans ce contexte très spécifique, le ministère des armées a souhaité mettre à l'honneur les acteurs de cette mobilisation afin de reconnaître leur altruisme et leur esprit civique par nature désintéressé en leur attribuant la médaille de l'engagement face aux épidémies. La Fédération des clubs de la défense a donc proposé neuf candidatures d'adhérents et de clubs qui ont fait montre d'un bel élan de solidarité.



### • COVID-19, le confinement utile du CSLG-Corse

Pendant le confinement, le CSLG-Corse s'est engagé dans la fabrication de masques en tissus réutilisables conformes aux recommandations de la norme AFNOR. La quinzaine d'adhérentes de la section couture qui ont été séduites par ce projet qui touche aux fondements de l'esprit associatif, tels que l'entraide, le partage et l'échange ont toutes répondu présentes. Elles travaillaient du lundi au samedi chaque après-midi dans les locaux de la caserne Panorama d'Ajaccio. C'est Marie Storai, la responsable de la section couture, qui donne le tempo en assurant la coordination des équipes et la répartition du travail. Les « petites mains » du club ont produit en moyenne 120 masques par jour qui ont été distribués aux adhérents, à la communauté gendarmique et plus généralement à la population Corse qui salue cette implication.



### • 48<sup>e</sup> régiment de transmissions Agen

Au moment du déconfinement, les transmetteurs du 48<sup>e</sup> régiment de transmissions Agen se voient offrir 1400 masques de protection réutilisables, fabriqués par les conjoints et conjointes de militaire du CSA couture, 10 personnels qui auront travaillé d'arrache-pied pendant 7 jours !



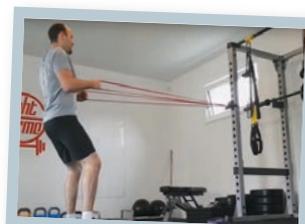
### • Le Club de la gendarmerie des hauts de la Normandie

Pendant le confinement, le Club de la gendarmerie des hauts de la Normandie a organisé un challenge culinaire à distance entre tous ses licenciés : faire un gâteau avec une touche de confinement. Tout le monde s'est pris au jeu. Cela a permis une connectivité entre les membres (plus de 160 commentaires en 5 jours) et un résultat exceptionnel ! Ils n'ont rien lâché...



### • Fight Forme

Le programme sportif «Fight Forme» d'Adrien Chartier a eu un très beau succès lors du confinement. L'idée de ce programme était double :  
- proposer gratuitement aux adhérents FCD un programme sérieux, comprenant 12 semaines d'activité sportive, des modules nutrition, des séances de relaxation en vue de gérer le stress.  
- mettre en avant un programme à 5€ (hors FCD) afin que les sportifs puissent découvrir les programmes et les activités au sein du Cross Training Force fédéral.



Résultat : 129 personnes ont pris le programme payant. 205 personnes, venant de la FCD ont bénéficié de la gratuité ! Rendez-vous sur : [www.fightforme57.com](http://www.fightforme57.com)

## Opération Saveurs sucrées du CSRG Drouet d'Erlon

**M**algré la mise en sommeil des activités du Club sportif rémois gendarmerie (CSRG) de la caserne Drouet d'Erlon à REIMS, la responsable de la section volley-ball avec une équipe de 4 personnes a organisé une distribution de pâtisseries au profit des personnels soignants et des forces de sécurité.

Le 23 avril 2020, une centaine de pâtisseries et des dessins d'enfants, élaborés par la communauté sportive du CSRG avec les familles de gendarmes, ont été livrés au sein de l'agglomération rémoise. Cette action touchait principalement les personnels soignants du CHU Reims, Hôpital Maison Blanche, des polycliniques Bezannes et des Bleuets à Reims, de l'institut Godinot, des maisons de retraite « Wilson » « Le sourire Champenois », mais également le commissariat de la police nationale, le central de la police municipale, les casernes de pompiers « Marchandeaup » et du pont de Witry. Sans oublier les brigades de gendarmerie départementales de Taissy, Witry-lès-Reims et Gueux ainsi que le peloton autoroute, le peloton de surveillance d'intervention de la gendarmerie, la section de recherche et la compagnie de gendarmerie départementale de Reims, ainsi que l'Escadron / Groupement Gendarmerie Mobile de Reims. Cette belle action d'union souligne l'implication du Club Sportif Rémois Gendarmerie affilié à la Ligue Nord-Est de la Fédération des clubs de la défense.



Une distribution de pâtisseries au profit des personnels soignants et des forces de sécurité.

## CSM Martinique : des blouses colorées pour le CHU

**H**ommage aux bénévoles du CSM Martinique qui ont œuvré pendant et après le confinement pour une belle cause. Début avril, avec l'accord du président du CSMM, la section Artisanat met ses locaux et matériels de couture à disposition de 10 volontaires résidant sur le Morne Desaix pour la confection de blouses de protection à destination du CHU de La Meynard. Témoignage.

Les 10 bénévoles de l'atelier « Blouses »



Photo CSMM

«Mardi 21 avril, deux personnels hospitaliers nous livrent les cartons de tissus, fils, attaches... tout le nécessaire pour fabriquer les blouses pour le personnel soignant. Un modèle nous est confié et détaillé pour bien respecter les normes. L'atelier « Blouses » a donc ouvert ses portes mercredi 22 avril avec les 10 bénévoles. Plusieurs postes de montage ont été organisés pour respecter la distanciation, éviter la lassitude et augmenter l'efficacité. L'objectif est la confection de 250 blouses. L'ambiance était sympathique, la bonne humeur de chacune aide à effectuer un travail compliqué : aucune des bénévoles n'est couturière. Chacune découvre, apprend, s'applique et parfois recommence ; c'est un partage pour le bien commun. Les médecins et personnels soignants ont confié que les malades sont heureux et très curieux de voir des tenues colorées entrer dans leur chambre. Cela apporte de la gaieté et leur donne le sourire ; ils apprécient la petite histoire des blouses confectionnées par des mains bénévoles et amatrices en couture. Nous aurons atteint l'objectif des 250 blouses et 120 masques le 15 juin. »

Corinne Le Gall / CSM Martinique



## Intersport et la FCD en soutien à l'hôpital militaire Robert Picqué

**D**ans le cadre de la crise sanitaire liée au CORONAVIRUS, l'HIA Robert Picqué a reçu des patients de la région Grand Est puis de la région parisienne pour un accueil en service de réanimation ; ces patients étaient dans le plus grand dénuement.

Dans un premier temps, pour faire face, les armées ont fourni en urgence une tenue de sport par patient mais il a fallu rapidement trouver une solution plus pérenne pour mieux vêtir ces patients qui, en sortie de réanimation, étaient orientés en rééducation sur le département de la Gironde. Le bénévolat et le service social ont donc mis en œuvre plusieurs ressources à leur disposition. Le centre territorial d'action sociale des armées (ASA) a donc pris contact avec la FCD pour élaborer un partenariat très réactif. La FCD a immédiatement sollicité son fidèle partenaire INTERSPORT, fournisseur privilégié de vêtements de sport, qui a répondu dans l'instant présent pour monter à deux cette opération. L'ASA a ainsi reçu des vestiaires complets (sous-vêtements, chaussures, tee-shirts, ...) de grande qualité que les assistantes sociales ont distribué aux patients dont la situation le nécessitait.

Cet élan de solidarité s'inscrit dans un partenariat plus large avec par exemple le don par le département de la Gironde de trousse de toilette complètes pour les patients sortant de service hospitalier et qui ne disposent pas des produits d'hygiène, mais aussi d'autres partenariats avec d'autres enseignes de la grande distribution. Nous voulions ici remercier notre très fidèle partenaire Richard Périn, directeur commercial du Groupe Rihouet-Intersport qui s'est investi sans compter pour nous aider et aider les patients soignés dans un hôpital militaire.



Un partenariat pour fournir en urgence des tenues aux patients en sortie de réanimation et en rééducation.

Photo FCD

## Opération « Miel du cœur », Centre Georges François Leclerc

**P**etites surprises sucrées pour les patients hospitalisés qui se sont vus offrir un pot de miel ou un pain d'épices ! Ces douceurs ont été offertes par l'Association SAGE qui produit son propre miel issu de la récolte des ruches de « Papy Jean-Louis » et « Deflandre gendarmerie » du Club sportif et des loisirs de la gendarmerie de Bourgogne.



Elle a fait don, au Centre de lutte contre le cancer Georges François Leclerc, de 100 pots de miel et de 100 pains d'épices confectionnés gracieusement par Damien Audax, pâtissier/traiteur à L'Adace des saveurs. Un grand merci à tous les membres de l'association pour leur générosité renouvelée et pour le sourire qu'ils apportent aux patients. Le 30 mai 2020, l'activité apiculture du CSLG Bourgogne avec son partenaire Association SAGE ont offert 70 petits pots de miel à la résidence Jeanne, l'Ehpad des petites sœurs des pauvres.



## « Courir chez toi » avec le CSA GS Toulouse

**P**endant le confinement, trois adhérentes de la section randonnée du CSA GS de Toulouse (Corinne, Sylvie et Véronique) ont participé à l'opération « Courir chez toi ». Opération créée afin de proposer à tous les confinés une course virtuelle, une première. Le concept : courir, marcher, pédaler, stepper... SEUL mais tous ensemble car cette occasion a permis de récolter des dons pour des associations.

C'est ainsi que Corinne a couru chaque dimanche (course entre 5 et 8 Kms) pour diverses associations : association des Hôpitaux de France (12/04); association pour la recherche médicale (19/04); association Solidarité Femmes (26/04); association Fondation Abbé Pierre (03/05). Le 10 mai, les trois adhérentes ont participé à une dernière course sous l'étiquette du CSA GS de Toulouse. Chacune chez soi a couru 8 Kms pour l'association contre le cancer des enfants «EMMA». EMMA est une association créée pour rendre hommage à cette petite fille de 4 ans décédée en 2013 d'un cancer du cerveau de l'enfant. Emma s'est battue pendant 14 mois contre une tumeur cérébrale. Par cette course, la section randonnée du CSA GS a voulu ainsi lui rendre hommage.



Les sections cross training et yoga ont proposé des séances en plein air en respectant la distanciation physique.

À compter du 11 mai, dans le cadre de la reprise progressive des activités physiques et sportives, les activités individuelles extérieures ont été autorisées. C'est ainsi que les responsables des sections cross training et yoga du CSA GS à Toulouse ont proposé à leurs adhérents des séances en plein air tout en étant vigilants aux mesures sanitaires et de distanciation physique. Ces séances étaient très attendues par les adhérents. Quoi de plus naturel de retrouver une forme physique et une Zen Attitude dans ce contexte de Covid19.



## La section couture du CSLG Ours Tarbais

**17h**, à l'heure où les bureaux se ferment, une armoire s'ouvre...  
Il s'agit de celle de la section couture du CSLG Ours Tarbais.

Après une pause forcée, voici que les adhérents, essentiellement féminins, ont décidé de participer à la bataille menée depuis plusieurs semaines, face à cet ennemi invisible qu'est le COVID-19. La lutte s'organise, et elles sont 3 ce soir à se retrouver, toutes distances gardées, afin de confectionner des masques de protection. Le patron est fourni par NERVURES, une entreprise locale spécialisée à l'origine dans la fabrication de voiles de parapentes. Cette dernière a pu également faire don de quelques chutes de tissus, auxquelles viennent s'ajouter celles léguées par un élan de solidarité.

Le club aussi y met du sien, puisque ses adhérents ont accepté que ce dernier participe à l'achat de fournitures diverses. L'objectif est de taille. En effet l'idée est de pouvoir réaliser 1400 masques, permettant ainsi d'équiper et protéger principalement les gendarmes des Hautes-Pyrénées.



Objectif: 1400 masques pour protéger les gendarmes des Hautes-Pyrénées.

## La collecte du CSLG de Dijon au profit de la SPA



**D**u 27 avril au 17 mai 2020, le club sportif et des loisirs de la gendarmerie de Bourgogne de Dijon a organisé une grande collecte au profit de 2 refuges SPA, celui de Jouvence à Messigny-et-Vantoux ainsi qu'à celui des Cailloux à Dijon

Souhaitant s'investir en période de confinement et étant très sensible à la condition animale, le CSLG Bourgogne a choisi de venir en aide à ces deux refuges qui ont été très impactés par la situation imposée. Il s'agit d'une première pour le club, qui souhaite renouveler ce type d'action. Encre depuis 1973 sur le bassin dijonnais et fort de ses 700 adhérents issus de la gendarmerie, des familles, des armées, de la police, des pompiers mais aussi du quartier Deflandre et du milieu civil, l'association a ainsi récolté de la nourriture, du matériel, des jouets, des médicaments et des dons financiers. Le vendredi 29 mai 2020, une remise des dons a été effectuée auprès des deux structures. Pour le refuge de Jouvence de Messigny et Vantoux, la présidente Mme Sylvie Boillot était présente. En plus des 80€ reçu par chèque, le CSLG Bourgogne a également remis à chaque refuge un chèque de 250€.

APNÉE ET COVID-19

# TOP® ! Les Techniques d'Optimisation du Potentiel

**D**epuis 30 ans des techniques sont utilisées dans les armées pour permettre aux militaires dans un contexte dégradé et touchant leur limites psycho-physiologiques de :

- réguler leur niveau d'activation et de les aider à tenir mentalement et émotionnellement,
- récupérer rapidement et efficacement,
- se dynamiser pour augmenter leur niveau de concentration afin d'éviter les erreurs critiques.

Dans ce contexte de pandémie du COVID-19, des praticien TOP® proposent des techniques d'optimisation du potentiel à réaliser en autonomie pour toute la chaîne médicale des ambulanciers, aux infirmières et aux médecins qui sont en première ligne dans le combat contre la pandémie de coronavirus. Tous ces personnels médicaux ou paramédicaux ont été soumis au stress, à l'angoisse, à une charge de travail grandissante, au manque de sommeil et à une vulnérabilité auxquels ils ne s'étaient pas préparés et qui risquent de durer. Certains hôpitaux ont besoin d'initiatives venues de l'extérieur, pour préserver la santé mentale de celles et ceux qui veillent sur nous.



Il faut aussi penser aux forces de l'ordre, aux pompiers, aux militaires sur le terrain en première ligne avec le corps médical. Mais aussi aux familles de malades, angoissées de ne pouvoir rendre visite à leurs proches.

Le reste de la population qui fut enfermé et qui aujourd'hui connaît un rythme chamboulé (chômage partiel, télétravail...) risque de développer des montées de stress ou de manifester des troubles émotionnels.

Une structure associative a été mise sur pied à l'occasion de la crise COVID-19, le collectif Rend-Fort TOP Teams. Il a été initié par Édith Perreaut-Pierre, ancien Médecin en chef du Service de santé des armées et créatrice des Techniques d'Optimisation du Potentiel® (TOP),

Emmanuel de Romémont, Général de corps aérien (2S), et Laurent Sauriat, ancien Expert TOP de l'Armée de l'air, et monté avec l'appui de Jennifer Charvolin (Praticien TOP), André Pisani, Sébastien Dupont, et Laurent Rocco (Experts TOP)...

<https://rend-fort.com/>

Apnéiste et plongeur, j'ai toujours pratiqué la respiration pour la gestion du stress. Pratiquant l'apnée sous glace, la préparation mentale est un des aspects à ne pas négliger. Dans le milieu de l'apnée, la relaxation et l'imagerie mentale ont été initiées par Jacques Mayol, qui a ouvert une porte à toute une génération d'apnéistes et de sportifs.

Les techniques d'optimisation du potentiel ont été pour moi un atout dans ma discipline qui peut être transposable à toutes pratiques sportives, mais aussi dans différents secteurs d'activités professionnelles.

*Vincent Bertin, Conseiller Technique Sportif National plongée et apnée Préparateur Mental et praticien TOP®*

*Les Techniques d'Optimisation du Potentiel - TOP® sont des outils issus des meilleures techniques existantes (sophrologie, cohérence cardiaque...) qui ont été adaptées par le Dr Édith Perreault-Pierre, médecin militaire.*

Exemple pour un Prêt BFM Liberté<sup>(1)</sup> de 2 000 € sur 12 mois : taux débiteur annuel fixe de 0,50 %, soit un TAE<sup>(2)</sup> fixe de 0,50 %. Mensualités de 167,12 € (hors assurance DIT<sup>(2)</sup> facultative). Montant total dû : 2 005,44 € (sans frais de dossier et hors assurance DIT<sup>(2)</sup> facultative).

**Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.**

En cas d'adhésion à l'assurance groupe DIT<sup>(2)</sup>, cotisation de 0,60 € par mois, à ajouter à l'échéance de crédit. Montant total dû au titre de l'assurance DIT<sup>(2)</sup> facultative : 7,20 €, soit un TAE<sup>(2)</sup> (taux annuel effectif de l'assurance) de 0,67 %, non inclus dans le TAE<sup>(2)</sup> du prêt. Conditions en vigueur du 01/09/2020 au 31/10/2020. Pour un crédit d'une autre durée et/ou montant, renseignez-vous auprès de votre Conseiller en agence Société Générale.

FRÈRES D'ARMES,  
CONCRÉTISEZ  
VOS PROJETS.

PRÊT BFM LIBERTÉ<sup>(1)</sup>

**0,50%**  
TAE<sup>(2)</sup> fixe

Pour une durée de 6 à 12 mois  
à partir de 1 500 € hors assurance DIT<sup>(2)</sup> facultative.  
Taux en vigueur du 01/09/2020 au 31/10/2020.

(1) Prêt amortissable non affecté, consenti par et sous réserve d'acceptation de votre dossier par la BFM et d'être titulaire d'un compte bancaire ouvert chez Société Générale (avec domiciliation de salaire souhaitée). Délai légal de rétractation de 14 jours. Voir conditions en agences Société Générale.

(2) Contrat d'assurance Groupe DIT - Décès, Perte Totale et Irréversible d'Autonomie et Incapacité Totale de Travail, souscrit par la BFM, intermédiaire en assurances auprès de CNP Assurances et de MFPrévoyance, SA régies par le Code des Assurances et présenté par Société Générale, en sa qualité d'intermédiaire en assurances. Elle est facultative mais conseillée. Tarif standard d'assurance donné à titre indicatif pouvant évoluer et hors surprime éventuelle.

Banque Française Mutualiste - Société anonyme coopérative de banque au capital de 179 505 691,25 EUR. RCS Paris 326 127 784. Intermédiaire en assurances, immatriculation ORIAS n° 08 041 372 ([www.orient.fr](http://www.orient.fr)). Siège social : 56-60 rue de la Glacière - 75013 Paris. Société Générale - S.A. au capital de 1 066 714 367,50 EUR. RCS Paris 552 120 222. Siège social : 29, boulevard Haussmann - 75009 Paris. Intermédiaire en assurances, immatriculation ORIAS n° 07 022 493 ([www.orient.fr](http://www.orient.fr)).  
Crédit Photo : William Lacalmontie. Septembre 2020.



**BANQUE FRANÇAISE  
MUTUALISTE**

LA BANQUE DE CHAQUE AGENT DU SECTEUR PUBLIC

Appel non surtaxé **0 987 980 980**

Du lundi au vendredi de 9h à 20h  
et le samedi de 9h à 14h

RETROUVEZ-NOUS SUR [BFM.FR](http://BFM.FR) ET CHEZ NOTRE PARTENAIRE



Léonie Mauchant : "manu militari", un motif réalisé en empreinte directe de végétal sur du textile, dans l'esprit du "Do it Yourself", avec peu de moyen sur le terrain. Réalisation à coups de marteau, sur une toile de coton.

# Expo virtuelle

## « Camouflage 355.41 »

Cette exposition établit un lien entre les arts, les matières et les formes de l'habillement militaire sur le thème du camouflage.

La cote 355.41 des bibliothèques classe universellement les documents ayant trait au camouflage. Les livres, les archives, le site sont un tremplin pour les créateurs. Le Centre de documentation de l'École Militaire à Paris (CDEM) devait accueillir, du 6 mai au 18 juin 2020, l'exposition Camouflage 355.41, organisée conjointement par le Club sportif et artistique de l'école militaire (CSAEM) et l'école de design Duperré.

La crise sanitaire sans précédent que nous avons vécue durant le printemps 2020 n'a pas permis d'ouvrir au public cette seconde manifestation culturelle sur le site de l'École militaire. Cependant, ne manquant pas de ressource, le CSAEM a proposé une visite virtuelle de ces créations sur son compte Facebook durant le mois de juin et le succès a été au rendez-vous. À terme, la bibliothèque patrimoniale de l'École militaire accueillera une partie de l'exposition.

Création Tom WERNOTH



Création Anouk PÉPIN  
@La Bananeraie



Photo Patrice GUÉRITOT

La commissaire d'exposition, Marielle Grandjard, professeur à Duperré et adhérente du CSAEM, accompagnée de son équipe, a présenté une partie des archives du CDEM ainsi que des réalisations artistiques inédites de matières textiles et des motifs, confectionnées par plusieurs professionnels et des jeunes talents. Une cinquantaine d'étudiants en design et métiers d'art (DNMADE) ont travaillé plusieurs mois sur des motifs, des matières, des objets, des environnements ou des images mais aussi des phénomènes perceptifs. Ils ont passé au crible les tactiques de disparition et les occasions de se camoufler, sur le plan civil et militaire, pour proposer leur vision contemporaine du « camouflage » qui inspire tant l'art et la mode, contribuant ainsi à la popularisation des valeurs militaires, les déjouant aussi, en les décalant de leur contexte d'application. Le fruit de ces recherches sera imprimé dans un catalogue à l'automne. Un shooting photo a également été organisé dans les écuries de l'École militaire.

**Marielle Grandjard :** « L'armée a toujours commandé des œuvres remarquables et entretenu les savoir-faire avec des pièces exceptionnelles en arts décoratifs, métiers d'art, broderie, architecture... Avec cet événement transversal, le premier du genre, le CSAEM et le CDEM contribuent au renouvellement des pratiques. Conformément à leurs missions, ils favorisent un rapprochement des mondes civil et militaire, via des objets esthétiques et des recherches fondamentales, sans instrumentalisation des productions, laissant les créateurs libres d'interpréter cette riche notion de « camouflage ».

Un très bel exemple réussi de l'adaptation artistique en temps de crise mais dont la brièveté d'exposition sur Facebook nous laisse sur notre faim surtout quand on imagine le nombre d'heures de préparation ! À refaire non ?

# Atelier virtuel

## Un beau moment de partage et de créativité !

Loin de nos clubs et avec peu de matériels, nos adhérents ont su profiter de cette parenthèse, pour créer, et de cette virgule, pour se révéler. L'atelier virtuel mis en place début avril par la Fédération des clubs de la défense a permis à nos licenciés de se changer les esprits, à défaut de changer d'air. Le projet a connu un tel engouement que le résultat ne s'est pas fait attendre. Durant toute la durée du confinement (et même un peu au-delà) nous avons réceptionné pas moins de 800 photos.



Marie-Anne KUNA,  
CSAGS Toulouse



Francoise Postel, CSAG Metz



Eliane BARRAS,  
ASAC BA 118  
Mont-de-Marsan

Des masques à foison, contexte oblige mais pas que... des peintures, de la sculpture, du Raku, du kirigami, des dessins, des photographies, du bricolage, de la poésie, de l'art floral et même des vidéos musicales, vous avez été nombreux à nous faire parvenir vos belles réalisations. Nous avons eu du plaisir à les partager sur notre page Facebook et sur notre compte Instagram et vous à les « Liker ». Cet atelier virtuel a confirmé la richesse des talents de nos clubs et nous en sommes particulièrement fiers.



Annick GARCIA,  
ASAL Lorient



Venez découvrir l'ensemble des créations de l'atelier virtuel sur [www.lafederationdefense.fr/category/nos-pubilcations/photos-atelier-virtuel/](http://www.lafederationdefense.fr/category/nos-pubilcations/photos-atelier-virtuel/)



Eva TELXEIRA (9 ans),  
CSX Palaiseau



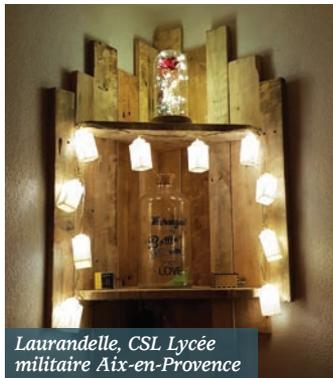
Sylvie NAST,  
CSA 152.2 RI Colmar



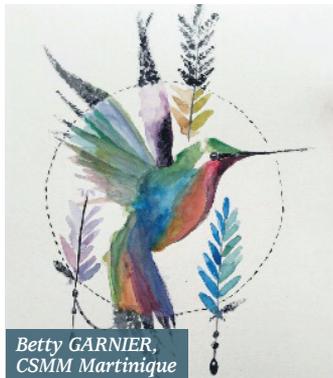
Cindy COLOMBET,  
Club Cabiri Papeete



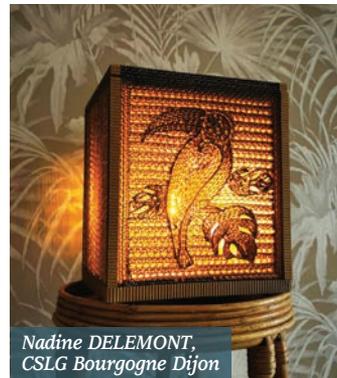
Sophie GERMON,  
CSA CSND Fontainebleau



Laurandelle, CSL Lycée  
militaire Aix-en-Provence



Betty GARNIER,  
CSMM Martinique



Nadine DELEMONT,  
CSLG Bourgogne Dijon

## TÉMOIGNAGES

« Compliments et remerciements pour votre démarche fédératrice et palliative organisée pour combler le vide sidéral des instants restrictifs. » Loïc G.

« Votre idée est excellente, je vous envoie un poème d'espoir et mes tableaux du Sud pour apporter le soleil à tous ! »  
Colette Berquet - CSAD Artémis Hérault

« Quelle belle idée vous avez eue de lancer cet atelier virtuel. »

Geneviève Renault - CSA BA 123 Orléans-Bricy

« C'est une très belle idée cet atelier et nous participons avec plaisir. Voici le dessin que ma fille Eva a fait pour sa maîtresse. »

Sandrine De Oliveira

« Je vous remercie sincèrement de cette initiative. L'information a été relayée sur notre site, notre page Facebook, et auprès de notre section Arts et Culture. »

Sacha Purcha Tolstoï,  
secrétaire générale du CSA Estienne



Hélène MILHES-LOURET,  
ASAC BA 118 Mont-de-Marsan



Raphaëlle Richaud (13 ans),  
CSLG Prisma Issy-les-Moulineaux



Cláudia BREYSSE, CSA 15.2 RI Cotmar



Simone PEQUIGNOT,  
CSAM Besançon

## ANNULATION DES SALONS CULTURELS 2020

Les 6 rencontres culturelles régionales 2020 ont été annulées du fait de la crise sanitaire liée au COVID-19, ce qui n'a malheureusement pas permis la sélection habituelle des œuvres pour le salon national de peinture, sculpture, métiers d'art et photographie annuel qui devait se tenir en novembre 2020 à Paris, lui aussi annulé.

# PARTICIPEZ AU TOURNOI ESPORT

Tournoi en ligne sur le site  
**Toornament**  
du 5 octobre au 15 novembre

# FIFA 2020 PS4



## Phases finales à Paris le 5 décembre

### A GAGNER\* :

Une PS5

Un séjour à Paris  
+ 2 places pour  
la Paris Games Week

et d'autres lots



Chaque semaine,  
découvrez le parcours  
et l'engagement de  
footballeurs(euses)  
dans l'Histoire !

flashez-moi



Inscription sur le site Toornament  
à partir du 1<sup>er</sup> septembre

Organisé par :

**IGESA**

**La fédération**  
des Clubs de la Défense

**AUX SPORTS  
JEUNES  
CITOYENS!**

\* 1<sup>re</sup> place : une PS5. 2<sup>e</sup> place : séjour à Paris 3 jours/2 nuits + 2 places pour Paris Games Week.

Des tarifs spéciaux sont réservés aux personnes passant la nuit sur place. Cette compétition n'est pas associée ou sponsorisée par Electronic Arts Inc, ou ses bailleurs de licence.



## La FCD et l'IGESA occupent le terrain de l'esport !

Partenaires du sport, la Fédération des clubs de la défense et l'IGESA investissent les nouvelles formes d'expression du sport et proposent aux ressortissants de s'affronter sur un terrain virtuel.



**E**n effet, l'IGESA et la FCD font équipe pour vous proposer un tournoi de foot virtuel aux sensations sportives bien réelles ! Le choix s'est porté sur FIFA 2020 car, avec plus d'un million d'exemplaires écoulés en France en 2019, il est le jeu vidéo numéro 1 des ventes, et, avec plus de 2 millions de licenciés, le football reste le sport le plus populaire dans l'hexagone.

Les inscriptions pour le tournoi Esport FIFA 2020 FCD/IGESA sont ouvertes depuis début septembre pour une durée de 3 semaines. En octobre et novembre, les 100 premiers inscrits participeront en ligne aux phases qualificatives et éliminatoires sur le site Tournament. Enfin, la phase finale se déroulera le 5 décembre dans l'hôtel parisien IGESA Voltaire (94). La FCD et l'IGESA ont la joie d'offrir aux finalistes du tournoi une PS5 ainsi qu'un week-end à Paris dans le cadre de la Paris Games Week\*.

Ce salon organisé par le Syndicat des éditeurs de logiciels de loisirs se positionne aujourd'hui dans le Top 5 mondial des salons de jeux vidéo les plus importants. Pleinement consciente que le sport fait partie de l'ADN de la profession militaire, la FCD et l'IGESA sont fières d'être actrices de cet événement innovant qui partage ses valeurs de solidarité et de dépassement de soi.

### Partenariat FCD - IGESA

Il y a bientôt 4 ans, l'IGESA et la FCD s'associaient pour valoriser et faciliter la pratique d'activités culturelles et sportives au sein de la communauté Défense. De ce partenariat est né le programme « La FCD vous initie ». Tennis, théâtre, escrime, judo, fitness, self-défense, kick-boxing... des animateurs qualifiés et issus de la FCD proposent chaque saison aux vacanciers des centres IGESA des initiations gratuites et variées.

Bien que la crise sanitaire ait contraint l'IGESA et la FCD à annuler ces activités pour la saison 2020, les ressortissants n'ont pas à se morfondre puisque les 2 partenaires ont élaboré un programme Esportif pour l'automne !

\*Compte tenu du contexte sanitaire, les lots sont susceptibles d'être remplacés par des lots de valeur équivalente.

## Aux Sports Jeunes Citoyens !

### Des actions concrètes alliant sport, mémoire et citoyenneté.

**L**ancé en mai 2019 dans la perspective des JO de Paris 2024, "Aux Sports Jeunes Citoyens !" permet de développer sur tout le territoire des actions sportives et pédagogiques favorisant le travail de mémoire. Porté par l'Office nationale des anciens combattants et victimes de guerre (ONACVG), la Fédération des clubs de la défense (FCD), le Centre national des sports de la défense (CNSD) et la Direction du service national et de la jeunesse (DSNJ), il propose des actions concrètes alliant sport, travail de mémoire et éducation citoyenne. Il repose sur différents outils : une exposition « Sport, mémoire & défense », des témoignages de sportifs, des courses d'orientation mémorielles, des rencontres sportives au profit du Bleu et de France, l'organisation de « serious games » mêlant pratique sportive et apprentissage, etc. Dans le cadre du tournoi d'esport organisé par la FCD et l'IGESA, le programme ASJC proposera chaque semaine du contenu pédagogique et mémoriel via les courriels envoyés aux participants et sur les réseaux sociaux du ministère des armées. Les parcours et l'engagement de footballeurs et footballeuses dans l'Histoire seront proposés aux joueurs ainsi qu'au grand public. Étienne Mattler, Rino Della Negra, Lily Parr : autant de parcours singuliers que les participants pourront découvrir au fil du tournoi.



Propos recueillis par Elsa Cerdeira

— **ESPORT FCD** —

# Vincent Reboul : « Mon objectif est simple : faire entrer l'esport et créer une communauté au sein de notre fédération »

• **Bonjour Vincent, nous sommes ravis que tu sois avec nous aujourd'hui. Parle nous un peu de toi... que fais-tu dans la vie ?**

47 ans, marié et père de 3 enfants, je sers au sein de l'armée de terre depuis 1996. Actuellement je suis en Allemagne à Müllheim où se trouve l'état-major de la Brigade franco-Allemande et son Bataillon de soutien. Je suis vice-président du club sportif et artistique de la garnison et je m'occupe bien sûr de la section esport du club, je suis aussi le conseiller technique national esport de la FCD.

• **Quel a été ton parcours professionnel ?**

Mon parcours est très simple, après mon service militaire au 3<sup>e</sup> RH en Allemagne au cœur de la Forêt-Noire il est vite apparu que le métier des armes était ce que je voulais faire ; les rencontres que j'ai faites depuis mon premier jour m'ont toujours encouragé à continuer dans cette voie. Après avoir occupé pas mal de fonctions différentes dans l'institution je suis aujourd'hui responsable d'un bureau logement, au cœur de la garnison, en contact avec les soldats et leurs familles, un endroit idéal pour promouvoir les activités de la FCD.

• **D'où est venue cette passion pour l'esport ? Quand a-t-elle débuté ?**

Ma porte d'entrée dans l'esport c'est bien sûr comme tous les gamers, la passion du jeu vidéo et des parties multi-joueurs... Ma première LAN (partie) était dans les ateliers régimentaires du 3<sup>e</sup> RH où Christophe R. un sous-officier passionné réunissait l'espace d'un weekend les geeks du régiment et d'ailleurs ! On y parlait matériels informatiques, Fps, résolution, ping... C'était il y a 20 ans mais rien n'a changé !!

Avec le développement d'internet, l'apparition des premiers grands tournois en ligne ou dans des grandes salles, j'ai toujours suivi avec un immense intérêt la montée en puissance de l'esport. Pour dire la vérité je ne suis pas un grand joueur, je suis un spectateur très attentif de cet univers vidéo ludique qui s'est transformé en donnant naissance à une multitude de disciplines sportives.

Aujourd'hui tout le monde parle esport, chacun d'entre nous a dans son entourage quelqu'un qui possède une console ou un ordinateur et



qui joue... je trouvais qu'il y avait là au sein de la défense un vide, que l'esport avait sa place dans nos garnisons malgré les tabous et les réticences. J'ai alors décidé de créer la première activité esport de la FCD à Müllheim, aidé pour cela par les dirigeants de notre club.

• **Quel est ton rôle au sein de la Fédération des clubs de la défense ?**

Les représentants de la Ligue Nord-Est ont immédiatement été séduits par le projet d'activité esport ; ils ont tout mis en œuvre pour me permettre d'acquérir du matériel et m'ont apporté toute l'aide nécessaire à la mise en place du club. Je suis donc devenu le conseiller technique de la Ligue NE. Mais rapidement il s'est avéré que pour développer et promouvoir l'esport au sein de la FCD il fallait agir au niveau national, j'ai eu alors l'honneur d'être nommé CTSN esport pour la FCD !

• **Quel est ton objectif en tant que CTSN esport au sein de la FCD ?**

Mon objectif est très simple : faire entrer l'esport dans nos clubs et créer une communauté de joueurs pour que tous (jeunes ou moins jeunes) puissions le pratiquer au même

titre que les autres activités. L'esport, le jeu vidéo en général a tout à fait sa place au sein de notre fédération.

Je suis tellement heureux d'avoir la possibilité de montrer sa richesse et de faire la démonstration de son utilité. Il unit bien sûr les compétiteurs qui auront la possibilité de défendre les couleurs de leur club FCD, mais aussi les simples amateurs heureux de partager leur passion.

Tout le monde peut jouer quel que soit son niveau, les personnes souffrant de handicap, les blessés de guerre...

J'en veux pour preuve le club de Müllheim qui a démontré depuis son ouverture combien il intéresse un grand nombre de personnes : les jeunes joueurs ont été les premiers bien sûr, mais rapidement les parents, les amis qui étaient simplement curieux se sont rapprochés, on a très vite parlé rétro gaming, nous avons des soirées tournois, des rencontres geeks... bref d'un coup de nombreuses personnes ont adhéré à la FCD car ils avaient trouvé une activité qui leur correspondait !



Une compétition d'esport

• **Comment comptes-tu développer l'esport dans la fédération ?**

Cela passe tout d'abord par un grand effort de communication afin de faire savoir à chaque personnel civil et militaire de la défense (et au-delà) qu'il est désormais possible de rejoindre une communauté de joueurs au sein de la FCD pour que nous puissions aussi voir grandir le nombre de nos bénévoles pour encadrer les activités esport.

Tous les passionnés peuvent prendre contact avec leur club FCD de proximité ou avec nous sur les réseaux sociaux, pour apporter leurs idées et leurs expériences pour faire avancer le projet. Certains adhérents, comme Jérôme T., qui est le manager de l'équipe Clash of clans de la structure MCES, me fait partager son énorme expérience en me faisant part de ses idées et de ses riches expériences.

Il est aussi important de briser quelques idées reçues, bien trop souvent opposées au sport, l'esport est au contraire indissociable de ce dernier. Un bon compétiteur est avant tout quelqu'un qui se sent bien dans sa tête et dans son corps. À l'avenir je souhaiterais activement développer des partenariats avec les autres disciplines de la FCD, nos partenaires afin que chacun y apporte sa plus-value.

**« Un bon compétiteur est avant tout quelqu'un qui se sent bien dans sa tête et dans son corps »**

• **Tu coordonnes en collaboration avec la FCD et l'IGESA un tournoi esport qui débutera début octobre. Peux-tu nous en dire un peu plus ?**

Initialement prévu en juin ce tournoi FIFA doit marquer l'entrée officielle de l'esport au sein de la FCD et de l'IGESA. La pandémie nous a obligé à revoir notre copie. Le tournoi est programmé pour la rentrée prochaine, avec une épreuve de sélection qui se déroulera en ligne d'octobre à novembre et une phase finale qui aura lieu à la résidence IGESA Voltaire à Paris le 5 décembre prochain. Les finalistes repartiront avec de très beaux lots comme une Playstation 5, des séjours IGESA, ou des billets pour la prochaine Paris Games Week.

• **Quel est le but de ce tournoi ?**

En premier lieu passer un bon moment ! Ensuite faire savoir que pratiquer l'esport est désormais une réalité au sein de la FCD et que notre partenaire IGESA nous suit dans cette aventure en envisageant à l'avenir développer des offres dans ce domaine.

• **À titre plus personnel, participes-tu à d'autres tournois ? Et avec quels matériels joues-tu ? Sur quels jeux ?**

Comme je l'ai dit précédemment je ne suis pas un grand joueur, dans le sens où mes obligations familiales et professionnelles ne me permettent pas de jouer suffisamment pour avoir un bon niveau. Je suis néanmoins un fan de jeux de sports notamment les NBA 2K, Madden, GT Sport... et bien sûr sur mobile Clash of clan, jeu pour lequel je souhaite vraiment qu'une communauté de joueurs de la FCD puisse se créer afin de mettre en place un clan compétitif.

**Merci Vincent et rendez-vous le 5 décembre sur Paris à la résidence IGESA Voltaire !**

**Le esport à la FCD**

Pour suivre le esport à la FCD :

  @esportfcd

 @EsportBFA

 fcdesport@gmail.com

RENCONTRE

# Ornella Pereira

## « Notre seul devoir est de transmettre et d'enseigner »

« Seul le travail paye ! », une telle devise dénote un caractère exceptionnel, sportif et citoyen. Cette « judokate » a fait sienne l'une des valeurs du judo qui lui ressemble le plus : « le dépassement de soi », nous y ajouterons le cœur, « nous sommes ce que nous partageons. »

*Entretien avec Ornella Pereira,  
par Jean-Lou Monot*

• **Qui êtes-vous Ornella Pereira ?**

J'ai 31 ans, je suis licenciée au sein du Judo Club Orgeval (JCO) à Reims et du Club sportif et de loisirs de la gendarmerie Prisma (CSLG Prisma), à Issy-les-Moulineaux. Je suis attachée de direction au sein de la Ligue Île-de-France de la Fédération des clubs de la défense (FCD) par ailleurs, je suis élue au Comité Marne judo et membre de l'encadrement des stages sportifs dans le cadre de la Fédération française de Judo et disciplines associées (FFJDA).



Je participe toujours aux compétitions de la FFJDA et aux championnats organisés au sein de la FCD. Sous la direction du conseiller technique sportif national (CTSN) de la FCD et entraîneur de l'Équipe de France Militaire Fabrice Guilley, j'ai combattu au dernier championnat d'Europe militaire en Slovaquie ; j'y ai remporté une médaille de bronze.

• **Comment a débuté votre parcours de sportive ?**

J'ai découvert le judo à l'âge de 8 ans grâce à ma mère qui souhaitait me voir pratiquer un sport de combat. À 14 ans j'ai intégré le sport-étude au Pôle Espoir de Reims, avec un an d'avance, sous la direction de Laurent Péronne. Les résultats sportifs se sont enchaînés ; deux ans plus tard j'accédais à la structure supérieure de haut niveau : le Pôle France Strasbourg. Revenue à Reims avec le statut de sportif de haut niveau universitaire, j'y ai obtenu un master 2 de droit, d'économie et des sciences sociales avec mention.

Je me suis construite à travers le judo, c'est une grande partie de ma vie. Beaucoup de choses m'ont marqué : ma première participation à 17 ans au Creps de Boulouris à une préparation au championnat du monde avec l'Équipe de France Sénior, ma première venue en stage à l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (INSEP), à côté de tous ces grands sportifs que j'avais admirés à la télévision.

*Ornella anime la section judo du CSLG Prisma depuis deux ans ; elle compte 50 élèves de 5 à 17 ans, vaillants et courageux, une part du futur de notre fédération.*





## « Je me suis construite à travers le judo, c'est une grande partie de ma vie. »

- Pour la conseillère sportive régionale judo de la Ligue IDF-FCD, qu'est-ce qui est important ?

Renforcer les actions en direction de la jeunesse comme les autres grandes fédérations, investir dans la formation de nos jeunes « purs produits » de la FCD, un but partagé avec les entraîneurs des diverses sections judo et le Conseiller technique sportif national.

À cet égard, une opération importante est en place depuis deux ans : de jeunes judokas des différents CSA franciliens ont eu la chance de participer à l'Académie Teddy Riner où ils ont rencontré ce grand champion d'exception lors d'un stage sportif. L'impact de cette expérience est fort puisque nos jeunes licenciés racontent leurs stages dans leurs écoles valorisant l'action de la ligue et de la FCD.

Sous l'impulsion du Président de la Ligue, Fabien Bossus, en partenariat avec l'Organisme Franco-Allemand pour la Jeunesse (OFAJ) et le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), un stage de "judo jeune" franco-allemand, sportif, culturel et linguistique, sera organisé, dès que les conditions sanitaires l'autoriseront, au Centre national des sports de la défense (CNSD) de Fontainebleau. Par la suite, ce sera au tour des français de se déplacer en Allemagne.



- Un mot du stage au Brésil auprès des jeunes Cariocas de la Favela ? Française née d'un père portugais et d'une mère franco-italienne, issue d'une famille pauvre, je comprends ces jeunes. Il y a bien des années j'étais à leur place. Il est bon de rappeler que sur les tatamis nous sommes tous égaux, peu importe qui nous sommes et d'où nous venons, l'entraide et la solidarité sont de rigueur.

Aujourd'hui je tiens tout particulièrement à partager à travers ma discipline les valeurs d'inclusion sociale qui la composent et qui me tiennent tant à cœur. En s'engageant dans cette voie, j'honore ma famille et fait vivre l'esprit et l'héritage culturel qui m'a été transmis. Nous sommes ce que nous partageons.

- Et si vous aviez le dernier mot ?

Notre seul devoir est de transmettre et d'enseigner. Il faut toujours essayer de peaufiner et d'améliorer nos compétences dans notre domaine, unir nos efforts pour aider les personnes qui ont en besoin. Aujourd'hui la priorité est de rester en vie et d'éradiquer ce virus. Soyons solidaires les uns des autres, faisons preuve de respect envers tous les civils et militaires qui se battent pour la survie des autres.



PARCE QUE VOTRE PAQUETAGE  
EST PLUS QU'UN SIMPLE SAC,  
GMF L'ASSURE.

VOTRE  
PAQUETAGE  
ASSURÉ<sup>(1)</sup>

OÙ QUE VOUS SOYEZ  
DANS LE MONDE AVEC VOTRE  
CONTRAT HABITATION

POUR LES ADHÉRENTS UNÉO

**-20%**<sup>(2)</sup>

SUR VOTRE ASSURANCE  
AUTO, HABITATION  
OU ACCIDENTS & FAMILLE

Retrouvez nos offres  
sur [gmf.fr/defense](http://gmf.fr/defense)

GMF 1<sup>ER</sup> ASSUREUR  
DES AGENTS DU SERVICE PUBLIC



ASSURÉMENT HUMAIN



« Cette solution  
est pensée  
et développée  
pour protéger  
les militaires  
et leur famille. »

Unéo, MGPe et GMF  
sont membres d'  
**UNEOPOLE**  
la communauté  
sécurité défense

GMF 1<sup>er</sup> assureur des Agents du Service Public : selon une étude Kantar TNS SoFia de mars 2020.

(1) Avec l'assurance d'une résidence principale et la clause militaire en mission du contrat habitation DOMO PASS, paquetage assuré dans la caserne, le campement militaire et dans l'habitation assurée. (2) Réduction appliquée la 1<sup>re</sup> année pour toute souscription entre le 01/01/2020 et le 31/12/2020 d'un 1<sup>er</sup> contrat AUTO PASS ou habitation DOMO PASS ou Accidents & Famille en tant qu'adhérent Unéo (mutuelle soumise aux dispositions du Livre II du Code de la mutualité, inscrite au répertoire SIRENE sous le numéro 503 380 081). Offre valable une seule fois et non cumulable avec toute offre en cours. En cas d'offre spéciale GMF, application de l'offre la plus avantageuse.

Les conditions, garanties et limites de nos contrats AUTO PASS, habitation DOMO PASS et Accidents & Famille ainsi que les conditions de nos offres sont disponibles en agence GMF. Les Conditions Générales et les Conventions d'assistance de ces contrats sont consultables sur [gmf.fr](http://gmf.fr)

LA GARANTIE MUTUELLE DES FONCTIONNAIRES et employés de l'État et des services publics et assimilés - Société d'assurance mutuelle - Entreprise régie par le Code des assurances - 775 691 140 R.C.S. Nanterre - APE 6512Z - Siège social : 148 rue Anatole France - 92300 Levallois-Perret.

GMF ASSURANCES - Société anonyme au capital de 181 385 440 euros entièrement versé - Entreprise régie par le Code des assurances - R.C.S. Nanterre 398 972 901  
Siège social : 148 rue Anatole France - 92300 Levallois-Perret.



ÉVÈNEMENT

## Les 20 km de Paris « Connecté »

Les inscriptions aux "20 km de Paris Connecté" sont ouvertes pour vivre une nouvelle expérience inédite.

Une course accessible à tous, coureurs ou marcheurs, où que vous soyez, en soutien à l'une des associations de la Défense (FOSA, ADO, ADOSM), avec une dotation qui sera "Collector" (tee-shirt de qualité Joma, médaille collector, sac besace), des prix pour les performers et un tirage au sort donnant une chance de gagner à tous les participants.

**Le principe est simple**, il suffit de courir ou marcher 20km où que l'on soit, quand on veut entre le 8 et le 11 octobre 2020, seul ou en groupe. Grâce à votre montre connectée ou smartphone avec une application pour enregistrer votre performance, vous serez classé en temps réel !

Votre club FCD ou votre entité militaire de rattachement vous a communiqué (ou vous communiquera prochainement) toutes les instructions pour participer à l'évènement en tant que membre de la Défense. Chaque club ou entité organisera (ou pas) selon ses souhaits des rassemblements (en respectant les consignes sanitaires bien sûr) pour réaliser ces 20km de Paris Connecté.

**Après avoir couru vos 20km** dans la période de la course (8 au 11 octobre), votre performance sera automatiquement intégrée aux résultats et vous pourrez consulter votre classement en live. Celui-ci sera définitif le lundi 12 octobre dans la soirée. Vous recevrez par la suite un diplôme numérique dès la validation des résultats officiels. De plus un tirage au sort vous permettra, qui sait, de gagner de nombreux lots. Des classements dédiés aux membres de la Défense seront également réalisés.

Plus d'infos sur [www.20kmparis.com](http://www.20kmparis.com)  
et inscription auprès de votre club ou entité\*.

\*Vous pouvez néanmoins vous inscrire en individuel si vous préférez.



### 2 packs d'inscription

Chaque club ou entité aura le choix entre 2 packs pour leurs inscrits membres de la Défense :

- **Le Pack Connecté à 15 €** (dont 5 € reversés à l'Institut Pasteur). Ce pack comprendra un dossard et un diplôme numérique, la possibilité de participer aux tirages au sort pour gagner de nombreux lots.
- **Le Pack Collector à 29 €** (dont 5 € reversés à l'Institut Pasteur), comprend un dossard et un diplôme numérique, une médaille finisher, un t-shirt collector Joma, la possibilité de participer aux entraînements de préparation.

# TRÉSORS DE L'IMPRIMERIE NATIONALE

BIBLIOPHILIE CONTEMPORAINE

Livres d'artiste – Tirages de tête –  
Typographies – Gravures anciennes  
et contemporaines – Lithographies

AUTEURS : Farîd od-dîn Attâr,  
Barbey d'Aureville, Pierre Bettencourt,  
Michel Butor, Lewis Carroll, René Char,  
Michel Déon, Gilbert Erouart, Dominique  
Fourcade, André Frénaud, Maurice  
Genevoix, James Noël, Jean-Marie  
Tasset, Kenneth White...

ARTISTES : Sylvie Abélanet, Gilles Aillaud,  
Jean-Michel Alberola, Pierre Alechinsky,  
Avigdor Arikha, Jean Bazaine, Jean-Charles  
Blais, Martin Bradley, Pierre Buraglio,  
Jean Cortot, Dado, Bertrand Dorny,  
Alexandre Galpérine, Jean William  
Hanoteau, Raffi Kaiser, Fanette Mellier,  
Jean Messagier, Jean-Paul Riopelle,  
François Rouan, Pierre Zanzucchi...

L'Imprimerie nationale et son atelier du Livre d'art  
& de l'Estampe seront présents sur les prochains salons :

Salon du Livre Rare, Paris, Grand Palais, les 18, 19 et 20  
septembre 2020 (stand H19-H21)

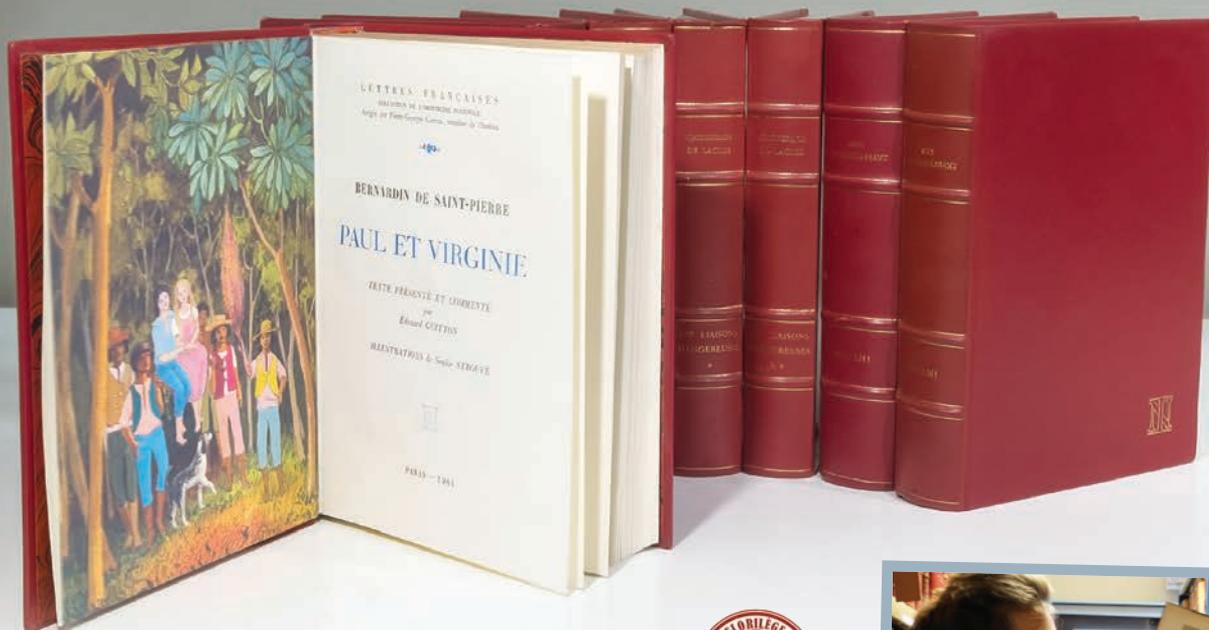
Salon Page(s), Palais de la femme, 94, rue de Charonne,  
75011 Paris, du 20 au 22 novembre 2020

Pour s'inscrire à notre Lettre d'information et obtenir  
notre catalogue (gratuit), demande par mail à :  
[atelierdulivre.in@ingroupe.com](mailto:atelierdulivre.in@ingroupe.com)  
Informations sur [www.ingroupe.com](http://www.ingroupe.com)



Atelier du Livre d'art  
& de l'Estampe  
Imprimerie Nationale





## CONCOURS LITTÉRAIRE



# Lucile Theveneau : « Cette année comme l'an dernier, la lecture des textes a été un pur plaisir. »



Lucile Théveneau dans la bibliothèque de l'Imprimerie nationale

• **Madame Theveneau, parlez-nous de votre parcours.** Je suis, pour ainsi dire, une enfant de la balle, selon une expression issue du monde de l'imprimerie (allusion à la balle à encre les caractères), d'une famille liée à l'Imprimerie nationale et y exerçant moi-même depuis 1986. D'abord, alors que j'étais encore étudiante à L'École du Louvre, en tant qu'iconographe, chargée de rechercher des illustrations de nos éditions en agences photographiques. Puis je suis devenue responsable d'édition, suivant la fabrication de chaque ouvrage de la réception du manuscrit jusqu'à son impression et sa diffusion. Désormais, je suis responsable du patrimoine de l'Imprimerie nationale, bibliothèque et cabinet des Poinçons, œuvrant à sa valorisation, essentiellement par le biais d'expositions.

• **C'est la première fois que vous participez en tant que juré au concours littéraire. Qu'avez-vous pensé de la qualité des écrits de nos adhérents ?**

En réalité, j'avais déjà pu lire l'an dernier une grande partie des textes, en tout cas ceux qui avaient été retenus par les jurés, ayant été sollicitée pour la phase ultime des corrections. Cette année, tout comme l'an dernier, la lecture des textes a été un pur plaisir. Et j'ai parfois été littéralement happée par certaines histoires, en particulier celles de la catégorie des contes et récits merveilleux que j'aurais volontiers tous primés si cela n'avait tenu qu'à moi ! Plusieurs mois après, je n'ai toujours pas oublié les images nées à la lecture de ces histoires. Les jeunes auteurs m'ont également particulièrement touchée.

• **Avez-vous apprécié cette expérience ?**

Oui, énormément. Tant les heures de lecture que la journée des délibérations passionnantes qui a eu lieu au début de l'année. Même si je vous avoue qu'il est très frustrant de constater que les autres jurés

n'ont pas toujours le même avis que vous alors que votre sélection vous paraît évidente ! Il faut donc accepter des compromis. J'ai renoué ainsi avec les fonctions d'éditrice qui furent les miennes jusqu'en 2005, ainsi qu'avec l'activité de correctrice que j'ai également eu l'occasion d'exercer à la même époque, dans le cadre des BAT des textes (Bon à tirer). Corrections de l'orthographe et de la syntaxe mais aussi corrections typographiques. L'IN est l'éditeur du bréviaire de la typographie, de nombreuses



Caractères fondus ©Imprimerie nationale

fois réédité, le "Lexique des règles typographiques", toujours en usage dans l'édition et dans le journalisme. La typographie est en effet le reflet de l'ordre et de la clarté de la langue et de la pensée.

• **Il semble que vous ayez eu un coup de cœur pour un texte en particulier, quels ont été vos arguments en sa faveur ?**

"Chichowa et le tableau blanc" est un texte qui a subjugué une partie du jury. D'une apparente simplicité, mais d'une grande profondeur. Un texte poétique qui a quelque chose d'une estampe japonaise, ukiyo-he, image du monde flottant... Il m'a évoqué l'image d'Hachiko, le chien qui a attendu son maître pendant près de dix ans à la gare de

Shibuya, à Tokyo, après la mort de ce dernier et qui a désormais sa statue au même endroit.

• **Avez-vous apprécié l'idée d'un concours afin d'illustrer ce texte ?**

Certes, et pourtant ce texte ne s'y prête pas tant que ça ! Comment restituer son côté abstrait, contemplatif, presque évanescant ? Une apparition, une illusion. Là encore, j'ai apprécié la qualité et l'originalité des œuvres créées. Mais elles proposent une vision bien différente de celle que j'ai eue moi-même. La preuve qu'un texte est reçu de mille façons selon les lecteurs ! La réalité augmentée de la littérature...

• **Quels sont les Prix pour les lauréats ?**

Comme l'an dernier, il s'agit de livres de littérature ou d'histoire, appartenant à des collections qui promeuvent la typographie : composés au plomb, dans l'un de nos 7 caractères historiques, imprimés sur presse typographique. Ainsi que quelques beaux livres, associant texte et photographies, réalisés il y a quelques années, tirés sur presse offset. Aujourd'hui l'atelier du Livre s'est recentré sur la seule typographie au plomb et la production de livres de bibliophile, de livres d'artiste, à tirage limité.

• **La remise des Prix à Saint-Georges-de-Didonne n'a pu avoir lieu, serez-vous à l'AG de Bourges ?**

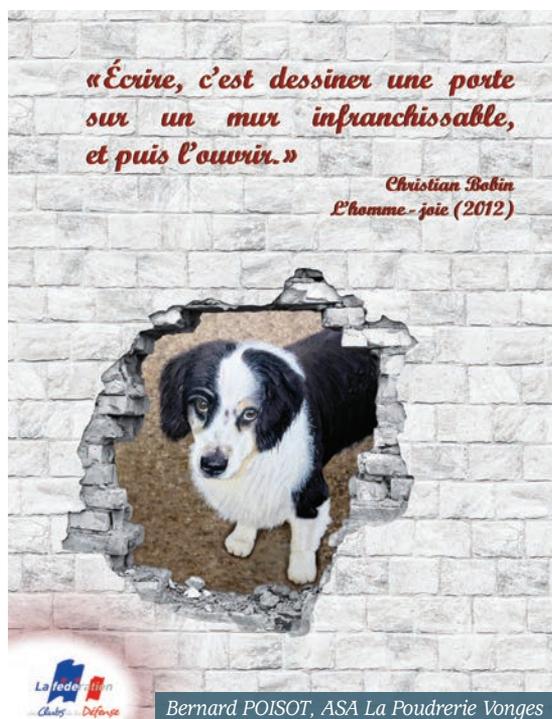
Il est en effet prévu que je m'y rende, et si les conditions sanitaires ne contrecarrent pas nos projets, je serai accompagnée d'un compositeur typographe, l'un des irréductibles artisans de l'atelier du Livre d'art & de l'Estampe, qui œuvre aux côtés du créateur de caractères, du graveur de poinçons (qui est une femme), du fondeur de caractères, des imprimeurs, du correcteur et du taille-doucier, formant l'une des dernières chaînes typographiques au monde encore en activité.

Par Anna-Oriane Monge

# Concours d'illustration

**A**près l'expérience de l'atelier virtuel... et de sa réussite (cf p.12), est très vite arrivée l'idée de mobiliser les adhérents autour d'un projet et surtout de faire rayonner les talents qui fourmillent au sein de nos clubs. Ainsi début juin, un nouveau défi est lancé via nos réseaux sociaux : un concours d'illustration ayant pour thème le texte « Chichowa et le tableau blanc » d'Élisabeth Reiningger du CSA BA 123 Orléans-Bricy, Prix de l'Imprimerie nationale au Concours littéraire 2020 de la Fédération des clubs de la défense.

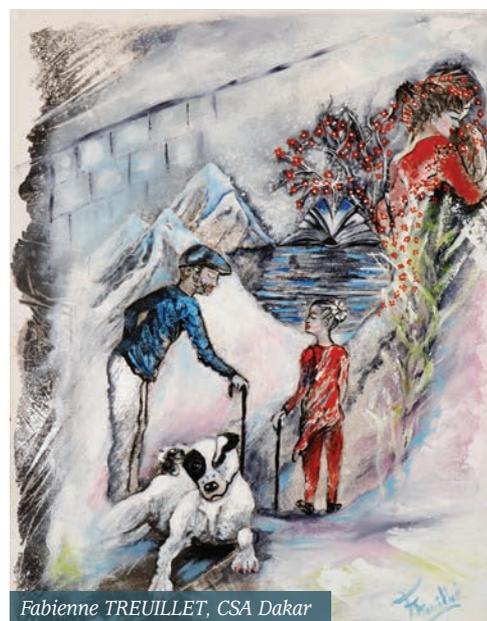
L'art est suggestif, nous le savons. Le texte, par ses multiples facettes pousse à la rêverie et il est toujours passionnant de voir quelle partie a le plus inspiré l'Artiste. Voici les finalistes et leur diverses visions et techniques.



Bernard POISOT, ASA La Poudrerie Vonges



Pour la fraîcheur et l'émotion qui se dégagent de son aquarelle, qui retranscrit l'aspect lumineux et onirique du texte, c'est le jeune talent Anita Santin (17 ans) du CSADN Roanne-Mably qui est choisie. Elle se verra remettre un prix spécial par l'Imprimerie nationale pour son illustration en couverture du Florilège 2020 ; imprimé en 1200 exemplaires, il recueille les 39 textes primés au Concours littéraire et sera largement diffusé auprès des ligues dès sa sortie. Nous félicitons chaleureusement l'auteure ainsi que l'ensemble des artistes qui ont répondu à l'appel de la création. Suivez nos réseaux, bientôt de nouveaux défis !



# Chichowa et le tableau blanc

L'histoire merveilleuse que je vous conte n'a pas la prétention de guérir les maux, mais elle tend à prouver combien pourrait être puissant le pouvoir de l'imagination.

Chichowa était un petit homme très pauvre. Il vivait dans la rue et avait souvent froid. Chichowa, pourtant, n'était pas malheureux. Il avait un don qui lui permettait, dans les pires moments, de s'évader et de vivre des instants merveilleux. Il lui suffisait de regarder un mur blanc pour y voir s'animer des images, comme dans un tableau magique. Des images qui lui réchauffaient le cœur et qu'il décrivait à la perfection.

Le jour que nous narrons, il pensa très fort aux montagnes qu'il connaissait étant enfant. Il passait alors ses journées avec son grand-père, l'accompagnait dans des randonnées en raquettes et découvrait, grâce au vieil homme, les secrets de la nature.

Il regarda le mur, et tout à coup, une belle montagne recouverte de neige apparut. Des vallons blancs couverts de sapins firent leur apparition, des étendues neigeuses où seules les empreintes d'un lapin laissaient penser qu'il y avait âme qui vive. Les arbres de cette belle montagne étaient tous décorés comme dans les maisons au moment de Noël. Chichowa rayonnait de bonheur devant son mur. Il pouvait y ajouter tous les détails insolites qu'il désirait.

Les passants commencèrent à s'arrêter pour l'écouter conter ce qu'il devinait sur son mur. Ils fermaient alors les yeux, et, eux aussi, marchaient dans toute cette belle masse neigeuse et ressentaient le même bonheur.

Une dame murmura :  
— Moi, je rêve de nager au milieu des poissons, dans l'océan.

Sans même y réfléchir, Chichowa fit disparaître sa montagne et le tableau devint bleu turquoise. Un univers où cohabitaient des poissons multicolores, où ondulaient langoureusement des algues de toute beauté aux reflets merveilleux, naquit sous ses yeux et avec ses paroles. Les yeux toujours clos, la vieille dame écarta les bras et sembla nager parmi les mots de Chichowa. La magie opéra tant qu'elle ressentit le frôlement des milliers de petites nageoires au creux de ses paumes. Son air maussade s'était mué en sourire.

Les passants en redemandèrent, chaque jour. Apporter du bonheur devint le métier de Chichowa. Les gens qui passaient devant son mur avaient pris l'habitude de plonger dans l'imaginaire du poète et de lui donner la pièce ensuite. De telle sorte que Chichowa n'eut plus jamais faim. C'était presque parfait. Il faut dire « presque », car, si les gens passaient ces moments merveilleux avec lui, ils quittaient ensuite Chichowa, reprenaient le cours de leur vie et le laissaient à sa solitude. Un jour, alors que notre petit homme faisait rêver un passant dans une rue de Londres, l'incroyable devint réalité. L'Angleterre manquait à ce 'client' et Chichowa le faisait marcher, un soir sous la pluie, col relevé, brouillant les reflets de la lumière dans les flaques d'eau, au pied des réverbères. Chichowa sentit alors qu'on le regardait. Il chercha d'où lui venait cette sensation et découvrit des yeux tristes le fixant dans le noir. Il ne prit pas la peine de décrire cette impression au passant, il voulut la garder pour lui-même. Petit à petit le regard se fit plus intense, timidement, un petit chien noir et blanc sortit de l'ombre, ses prunelles implorantes toujours posées sur Chichowa. Un de ses yeux était cerclé de noir et son oreille gauche lui cachait un peu l'autre. Il paraissait miséreux. Il s'approcha encore, se sentant encouragé par le poète. Il avança tant et si bien qu'il sortit du mur blanc ! C'était un amour de chien et il vint tout simplement s'asseoir sur les pieds de Chichowa. Frottant son museau sur le mollet de celui qui l'avait libéré. Le passant, qui avait toujours les yeux fermés et rêvait encore à sa ville anglaise, ne s'aperçut de rien. Entre deux descriptions, Chichowa murmura : « Bonjour, Mastrino », et le chien se coucha, apaisé.

Il avait enfin un nom. Il devint le chien du poète, son ami, sa compagnie pour tous les jours, les bons, comme les mauvais. Il ne quitta plus jamais Chichowa. Pas besoin de collier pour savoir que le chien était le sien. Chaque fois que son maître faisait rêver un passant, il s'asseyait sur ses chaussures, comme pour être certain qu'il resterait avec lui, qu'il ne disparaîtrait pas dans son mur blanc.

Si, un jour, en vous promenant, vous passez devant un mur tout blanc, regardez bien autour de vous, cherchez bien, il y aura peut-être un petit homme accompagné d'un chien noir et blanc. Alors, fermez les yeux et écoutez simplement la magie de ses mots.

*Prix Imprimerie nationale: Élisabeth REININGER, CSA Base Aérienne 123 Orléans-Bricy Ligue Centre-Val de Loire*

« **Merci de nous avoir fait rêver !** »

Isabelle Laporte

Saluons l'initiative d'Isabelle Laporte, institutrice et adhérente à l'ESCALL Biscarrosse qui a profité de ce concours d'illustration pour solliciter la créativité de ses jeunes élèves de CE1 à l'école Petit Prince de Biscarrosse. Bravo les enfants !



Coupe de Noël judo 2019



xxPhotos © Ligue IDF

## Coupe de Noël Boxe-Judo 2020

# Support aux rassemblements arts-martiaux et au championnat national de Karaté FCD

Après deux éditions 2018 et 2019 à succès se déroulant au sein du Centre national des sports de la défense (CNSD) et réunissant chaque année près de 200 participants, la troisième édition de la coupe de Noël Boxe-Judo organisée par la Ligue Île-de-France de la Fédération des clubs de la défense (FCD) en collaboration avec le Club sportif et artistique du Centre national des sports de la défense (CSA CNSD) se déroulera lors de la journée du **samedi 12 décembre 2020**.

Dans la continuité des actions de développement menées par la Ligue Île-de-France de la FCD concernant les disciplines sports de

combat, cette **coupe de Noël Boxe-Judo** sera de nouveau support aux rassemblements nationaux adultes (boxe, grappling, kick light) qui seront intégrés dans cet événement.



Quant à la participation des jeunes à cette journée (judo-boxe-grappling-kick light), l'organisation sera inscrite dans la continuité des autres éditions, renforçant ainsi la politique menée depuis deux ans par la Ligue IDF en faveur de la jeunesse.



Brahim Asloum, champion olympique à Sydney en 2000

Depuis 2018, les éditions, fortes de leur socle bâti sur des disciplines olympiques telles que le judo et la boxe, ont été marquées par la présence de champions incarnant le rôle de parrain. Parmi eux se sont illustrés

Brahim Asloum, champion olympique à Sydney en 2000 et champion du monde WBA en 2007 pour la boxe, et Armann Khalatian, membre du groupe judo olympique qui défendra les couleurs du judo français sur les prochaines échéances internationales.

La Ligue Île-de-France de la Fédération des clubs de la défense, toujours en partenariat avec le CSA CNSD, associera de nouveau d'autres grands sportifs à la Coupe de Noël 2020.

Le week-end s'achèvera le **dimanche 13 décembre 2020 par le championnat national FCD de Karaté** toujours au sein du CNSD. L'organisation de cette manifestation est également confiée à la Ligue Île-de-France FCD avec le support du CSA CNSD, qui devrait regrouper environ 80 karatékas.

Un beau challenge en perspective pour promouvoir les arts martiaux au sein de la Fédération des clubs de la défense.



Coupe de Noël boxe 2019

Carole Barone

## SPORT CONTACT

# Le développement des sports de contact au sein de la FCD

**E**n octobre 2017, la Fédération des clubs de la défense (FCD) et la Fédération française de kickboxing, Muay Thaï et Disciplines associées (FFKMDA) ont signé une convention sportive. Celle-ci a pour but de développer les sports de contact au sein de la FCD.

### • Quelles sont les disciplines développées par la Ligue Île-de-France de la FCD ?

Parmi les disciplines qui composent le monde des sports de contact figurent :

Le kickboxing, sport de combat pieds-poings, est né au Japon après les Jeux olympiques de Tokyo en 1964 avec le coup de genou direct (sans saisie). Il provient de la fusion de deux arts anciens, la boxe et le karaté kyokushinkai et comporte diverses disciplines.

Le muay thaï, discipline pieds-poings, voit les adversaires associer des techniques de coups de pied, de coude et de genou proches du karaté, avec les coups de poing de la boxe. En plus des frappes, il autorise les saisies et projections au sol proches de celles du judo. Les coups peuvent être portés sur l'ensemble du corps (figure, buste et jambes).

### • Quelles sont les actions réalisées dans la formation et l'animation ?

Dans le domaine de la formation, l'étroite collaboration entre la FCD et la FFKMDA a permis au niveau national la mise en place de deux brevets moniteurs fédéraux 1<sup>er</sup> degré, et d'un BMF 2<sup>ème</sup> degré en formation théorique à distance.

Concernant l'animation, et depuis 2018, la Ligue Île-de-France de la FCD avec le soutien du conseiller technique sportif et national (CTSN) Cédric Ménereuil ont proposé plusieurs animations sous forme de kick light et en muay thaï (technique sans transfert de puissance), s'adressant à tous les pratiquants de la FCD concernés, du niveau débutant à avancé

à partir de la catégorie poussins jusque séniors et vétérans. Les Coupes de Noël 2018 et 2019 se sont déroulées au sein du Centre national des sports de la défense (CNSD) et ont rencontré un franc succès. En raison de la crise sanitaire et des mesures prises par le gouvernement, la Coupe de Pâques Kickboxing 2020 initialement prévue en avril à Nanterre est reportée ultérieurement.

Les sports de contact se préparent déjà pour la saison à venir. La Ligue Île-de-France ainsi que leurs intervenants ne manqueront pas de vous tenir informés du nouveau calendrier.

### • Qu'est-ce que la lutte et le grappling ?

La lutte est un sport de combat à mains nues au cours duquel les adversaires se mesurent au corps-à-corps. L'objectif est de remporter le combat soit en faisant tomber l'adversaire au sol et en maintenant ses deux épaules collées au tapis (le tombé), soit en gagnant par points.



Les percussions sont interdites dans le grappling.

Le grappling est un sport de combat à mains nues similaire à la lutte où les percussions sont prohibées. Le but est de soumettre son adversaire par une technique de finalisation (étranglement, luxation, pression musculaire, etc...)

### • Quels événements ?

La rencontre de lutte opposant la sélection de la Fédération des clubs de la défense à l'équipe nationale de la Fédération sportive



Photos © Ligue IDF

de la police nationale (FSPN) s'est déroulée le samedi 19 octobre 2019 au gymnase Althéa Gibson. Organisée par la Ligue Île-de-France de la FCD avec le soutien du CTSN Mathieu Bayle, cet événement inscrit sur le calendrier national fut une réussite.

La Ligue Île-de-France de la FCD, en collaboration avec le CTSN, a planifié plusieurs actions. Au sein du CSLG Prisma d'Issy-les-Moulineaux, une activité lutte-grappling a rassemblé plus d'une trentaine de jeunes âgés de 6 à 16 ans. Ce premier rassemblement fut très apprécié des participants. Dans la continuité des actions et en partenariat avec le Comité français de Grappling Gi – Nogi - Fight, la première coupe de France grappling initialement prévue le samedi 16 mai 2020 à Grigny a été reportée en raison de la situation sanitaire du pays. Elle devrait pouvoir se tenir néanmoins durant la saison 2020/2021.

Durant cette période de confinement, le CTSN Mathieu Bayle a proposé des séances de cardio spéciales sport de combat sous forme de tabata avec un défi chaque jour. Chaque séance a été diffusée et partagée sur nos réseaux sociaux. Nombre de nos licenciés ont joué le jeu, et nous les remercions pour cela.

Ornella Pereira

## BOXE

# 24 titres récoltés pour le CSL Drancy

**D**epuis le début de la saison sportive 2019-2020, la section boxe du Club sportif et des loisirs de la gendarmerie de Drancy (CSL Drancy) a emporté 24 titres. Cette section constituée de poussins, benjamins et minimes s'est donc particulièrement illustrée lors des coupes ou trophées de France en Kick, K1, Submission et Pancrace. Une belle performance de nos jeunes adhérents qui mérite d'être soulignée. Félicitations aux entraîneurs Sébastien Angelosanto, Chabane Chaibeddra, Christophe Colas et aux jeunes champions.

Par ailleurs, durant cette période de confinement, cette section a participé au premier challenge BFM de défis sportifs organisé par la Ligue Île-de-France de la FCD. Chaque séance a été diffusée et partagée sur nos réseaux sociaux pendant 4 jours. Beaucoup de licenciés jeunes et grands ont joué le jeu. Un vif remerciement pour leurs contributions.

Ornella Pereira



Photo © CSL Drancy

# Le 100% santé de la CNMSS

## Qu'est-ce que le 100% santé ?

La réforme 100% santé propose aux assurés bénéficiant d'une complémentaire santé, l'accès à un large choix d'équipements auditifs et d'optiques et une partie des prothèses dentaires, pris en charge à 100% par l'Assurance Maladie Obligatoire. Cette réforme qui a débuté le 1er janvier 2019, engage l'ensemble des acteurs de la santé : la sécurité sociale, les professionnels de santé et les complémentaires santé (mutuelles). L'objectif est d'améliorer l'accès à des soins de qualité et de renforcer la prévention.



Avec l'offre 100 % Santé, l'assuré peut accéder à des lunettes de vue remboursées intégralement s'il choisit une monture et des verres correspondants à l'offre du 100% Santé. Au moins 17 modèles et 2 coloris, des verres amincis/antireflets/ anti rayures, montures aux normes européennes.



Le montant du remboursement des équipements auditifs augmentera jusque fin 2020, et à compter du 1er janvier 2021, l'offre 100% santé sera pris en charge à 100% après remboursement par l'Assurance Maladie et la complémentaire santé. D'autres appareils à tarif libre, entraîneront un reste à charge.

**Pour en savoir plus, nous vous invitons  
à vous rendre sur [www.cnmss.fr](http://www.cnmss.fr)  
Suivez-nous sur**



Actuellement, l'offre 100% Santé ne s'applique qu'à certains actes prothétiques, couronnes et bridges. Cette offre s'étendra à d'autres actes progressivement jusqu'à la fin de l'année 2022.

### Il existe trois paniers de soins :

#### 1. Le panier. Reste à charge 0

Il comprend certaines couronnes et certains bridges en fonction de leur localisation et des matériaux utilisés. Les actes de ce panier sont intégralement remboursés, après intervention de l'Assurance maladie et de la complémentaire santé. Les actes rentrants dans ce panier imposent un tarif plafond de facturation au chirurgien-dentiste pour pouvoir en faire bénéficier l'assuré.

#### 2. Le panier. Reste à charge modéré

Le principe est le même que pour le reste à charge 0 excepté le fait qu'après intervention de l'assurance maladie et de la complémentaire, il reste une somme « modérée » à la charge du patient.

#### 3. Les honoraires libres

Pour ces actes, il existe un remboursement de la part de l'assurance maladie et de la complémentaire santé, mais le reste à charge pour l'assuré peut être variable puisque les tarifs du praticien ne sont pas plafonnés.

Le patient doit bénéficier d'un devis avant le début des soins précisant les modalités de prise en charge. Dans le cadre de soins proposés à honoraires libres, le praticien s'engage à proposer une alternative sans reste à charge ou à défaut avec un reste à charge modéré chaque fois qu'une alternative thérapeutique existe.

# Recommandations pour la reprise de l'activité physique après contamination par le Covid-19

Par Jean-Claude Mathieu,  
médecin fédéral FCD



Le coronavirus SARS-CoV-2 ou COVID-19 est à l'origine de la pandémie actuelle frappant la planète. Il est notamment responsable d'un syndrome de détresse respiratoire aiguë pouvant être mortel.

**S**i pour l'instant nous manquons de connaissances sur l'évolution de la maladie, à moyen et long terme, on sait que ce virus a la capacité de se fixer sur les poumons et d'autres organes dont les vaisseaux sanguins, le cœur et les muscles et que l'activité physique peut provoquer ou accentuer une atteinte cardio-vasculaire telle que myocardite, infarctus du myocarde ou troubles du rythme (rapport établi par l'institut de recherche biomédical des armées).

D'autre part, des séquelles comme une fibrose pulmonaire ou une altération durable de la capacité à l'effort sont possibles.

La prudence et la vigilance sont donc de règle pour les sujets ayant été contaminés par le COVID-19 lors de la pratique physique et sportive et si des symptômes inhabituels tels qu'une gêne et douleur thoracique ou un essoufflement anormal apparaissent, ceux-ci impliquent l'arrêt immédiat de l'effort et doivent occasionner une consultation médicale.



Il est également recommandé pour les personnes atteintes de remplir l'auto questionnaire santé spécifique COVID-19 établi par la commission médicale du CNOSF (Comité national olympique et sportif français) ci-contre.

Ce QS ne se substitue en aucun cas au QS-sport nécessaire au renouvellement de la licence et s'il est facultatif, il constitue cependant une aide à la décision en cas de survenue de troubles anormaux, avant toute reprise d'activité.

**Questionnaire santé lié à la reprise d'activité physique et sportive suite au confinement (Covid-19)**

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON	OUI	NON
<b>Q1. Avez-vous été diagnostiqué-e positif-ve au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?</b> par test RT-PCR (prélèvement naso-pharyngé, oral ou bronchique) probablement, car j'ai eu un ou des symptômes suivants : fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs, perte de poids supérieure à 5 kg. Mon test RT-PCR était négatif, mais un médecin m'a confirmé le diagnostic. j'ai été hospitalisé-e		
<b>Q2. Avez-vous été en contact avec une ou plusieurs personnes suspectes ou diagnostiquées positives au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?</b>		
<b>Q3. Présentez-vous ce jour un ou des symptômes suivants (Fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs) ?</b>		
<b>Q4. Ressentez-vous des gênes à l'effort dans la vie de tous les jours ?</b>		
<b>Q5. Pendant la période de confinement et à ce jour, avez-vous arrêté ou fortement réduit votre niveau d'activité physique habituel ?</b>		
<b>Q6. Suite au confinement, présentez-vous une prise de poids supérieure à 5 kg ?</b>		
<b>Q7. Avez-vous été affecté-e psychologiquement par la période de confinement et l'êtes-vous toujours (Modification du sommeil, de l'humeur, diminution ou augmentation compulsive de la prise alimentaire, augmentation de la prise d'alcool ou de tabac) ?</b>		

- **NON à toutes les questions :**  
Vous pouvez reprendre une activité physique et sportive encadrée.
- **OUI à une ou plusieurs questions de Q1 à Q4 :**  
Consultez votre médecin avant toute reprise d'activité physique et sportive
- **OUI à une question de Q5 à Q7 :**  
→ Reprise progressive en commençant par la pratique de la marche progressivement sur 4 à 6 semaines puis reprise de l'activité sportive, et ne consultez votre médecin qu'en cas d'apparition d'une symptomatologie anormale à l'effort ou au repos (douleur, essoufflement, palpitations...).
- **OUI à au moins deux questions de Q5 à Q7 :**  
Une consultation médicale est recommandée avant toute reprise d'activité physique et sportive.

DÉCÈS

## Jean-Paul Grandière, un grand monsieur nous quitte

**A**près avoir lutté de nombreuses années, avec dignité et discrétion, contre la maladie, Jean-Paul Grandière, conseiller sport du président fédéral, nous a quitté ce matin du 5 août 2020 à Fontainebleau. Il avait 78 ans.

Notre fédération perd à la fois un cadre dirigeant de haut niveau, un expert reconnu des politiques sportives et un professeur aux valeurs humanistes qui a marqué toutes les personnes côtoyées au sein des armées et du mouvement sportif, comme dans ses mandats électifs dans sa bonne commune d'Avon et en Pays de Fontainebleau. Il connaissait tous les ressorts de la communauté de défense pour avoir été militaire, fait la guerre, avoir participé des années durant au développement du sport dans les armées auprès des autorités, avoir été un artisan important de la fondation de la Fédération des clubs de la défense en 1992 et plus tard du Centre national des sports de la défense (CNSD), héritier du Bataillon de Joinville.

Animé par sa passion extrême pour les métiers du sport et son sens prononcé de l'excellence et de l'intérêt collectif, il s'exprimera avec réussite à tous ses postes, en connaissant de belles promotions, jusque dans les différents ordres nationaux, qu'ils soient sportif, académique ou du mérite. Il était aussi un grand sportif et entraîneur de haut niveau passionné de football, puis directeur technique, autant dire le parcours d'un référent national dans cette discipline qui

le conduira même à des expériences internationales, comme au Gabon en qualité de conseiller sportif au ministère de la défense.

Dans toutes ses fonctions, jusqu'aux niveaux des ligues et clubs de notre fédération et du mouvement sportif en général, il apportait une expertise toujours sûre et l'engagement personnel entier d'un homme d'action. L'esprit de compétition, l'endurance et la pugnacité, mais toujours le respect de l'autre, sur des valeurs éducatives forgées en partie dans le sport. À la FCD, nous avons intensément apprécié l'homme et pris souvent exemple sur la maturité de ce grand frère dont les valeurs et les qualités humaines se répandaient avec bonheur parmi nous, sachant insuffler de l'ambition et des idées nouvelles, donner confiance en communiquant son enthousiasme et son esprit d'entreprise insatiable. Nous avons perdu un bâtisseur et un



Jean-Paul Grandière avec Aimé Jacquet



combattant mais nous gardons pour toujours le souvenir d'un gentleman et d'un ami fraternel qui aura développé au plus haut une valeur essentielle : la fidélité.

Les obsèques de Jean-Paul se sont déroulées le mardi 11 août 2020 en l'église Saint Pierre d'Avon, entouré de sa famille, de ses très nombreux amis mais aussi des autorités politiques, militaires et associatives venues lui rendre un dernier hommage : notamment madame le maire d'Avon **Marie-Charlotte Nouhaud**, le Commissaire général **Yves Glaz** président de la FCD, le Général **Jean-Paul Michel** ancien commissaire aux sports militaires et son successeur le commissaire en chef de 1<sup>ère</sup> classe **Hervé Piccirillo**, actuel commissaire aux sports militaires et commandant le CNSD.

Nous nous associons à l'immense chagrin de son épouse Gabrielle, de son fils Olivier, de ses petits-enfants et de toute sa famille, auxquels nous présentons nos plus profonds sentiments de soutien et nos plus sincères condoléances. Que Jean-Paul repose en paix.

### TÉMOIGNAGES

“ J'ai appris avec une infinie tristesse le décès de Monsieur Jean-Paul Grandière. Dès la naissance de notre fédération en 1992, Jean-Paul a été un acteur essentiel dans la rédaction des statuts et de notre règlement intérieur, puis dans leurs diverses modifications. Mais il fut beaucoup plus qu'un expert juridique et organisationnel, il fut un grand facilitateur en introduisant notre jeune fédération dans le monde compliqué des fédérations sportives olympiques et affinitaires, notamment au sein du Comité national olympique et sportif français (CNOSF), et aussi dans nos relations amicales avec le Commissariat aux sports militaires. ”

Commissaire général Pierre Ducassé, président du Conseil de la fédération et premier président de la Fédération des clubs de la défense

“ Triste nouvelle. Jean-Paul fut un compagnon loyal et fidèle pendant de nombreuses années au service d'une noble cause. ”

Jean-Michel Brun,  
secrétaire général du CNOSF

“ Tout a été dit et écrit sur ton engagement (...). Très peu sur l'homme que tu étais, taiseux, efficace et fidèle. Le courage et la discrétion dont tu as fait preuve tout au long de ces années de combat contre la maladie, ont mis en valeur ta véritable personnalité. Celle d'un homme qui ne renonce jamais. ”

Jean-Pierre Le Poulain, ancien maire d'Avon (77) qui a eu Jean-Paul Grandière pour adjoint aux sports pendant de nombreuses années

## Maintien de l'Assemblée Générale FCD

**L**undi 9 mars, le président Yves Glaz informait les clubs de la Fédération que l'assemblée générale 2020, programmée initialement les vendredi 27 et samedi 28 mars, était reportée aux vendredi 30 et samedi 31 octobre, toujours à Bourges.

À ce stade de l'évolution de l'épidémie, et conformément aux directives gouvernementales en vigueur, la FCD pourra tenir son assemblée générale dans les conditions prévues initialement. En effet, les structures d'accueil (le Palais d'Auron pour les salles de l'assemblée générale, les hôtels du groupe Accord pour l'hébergement et le Quai d'Auron pour la restauration) sont adaptées pour assurer notre venue dans les meilleures conditions de sécurité sanitaire. Le programme qui vous a été présenté dans le dernier numéro de « À armes égales » du mois de janvier est donc maintenu à l'identique avec notamment l'élection de la nouvelle équipe dirigeante fédérale dans le cadre du renouvellement du comité directeur fédéral pour la mandature 2020-2024 et l'adoption du Plan de développement « Horizon FCD 2024 », feuille de route fédérale de la nouvelle mandature. Nous vous donnons donc rendez-vous dès le vendredi 30 octobre après-midi pour vous présenter ce plan de développement et le samedi pour l'adoption des résolutions qui vous seront présentées. À noter que nous aurons le plaisir de procéder à la signature d'une nouvelle convention de partenariat avec « Le Coq Sportif » qui s'est associé avec « Intersport » pour nous soutenir dans nos actions. Une belle marque aux trois couleurs que nous serons fiers d'arbore.



Pour tout savoir sur le programme, rendez-vous sur le site de la fédération [www.lafederationdefense.fr](http://www.lafederationdefense.fr)

## À la découverte de...

### La gravure de poinçons typographiques

En partenariat avec l'Imprimerie nationale



**D**epuis plus de cinq siècles, la fabrication des caractères mobiles pour l'impression typographique se décompose en trois phases : la gravure d'un poinçon, la frappe d'une matrice, la fonte de milliers de caractères typographiques (dans un alliage de plomb, d'antimoine et d'étain). Le poinçon est une tige d'acier à l'extrémité de laquelle le graveur dessine et grave, en relief et à l'envers, la lettre ou la vignette. Quand le graveur juge que l'œuvre est au point, le poinçon est durci par la trempe. Puis intervient la frappe de la matrice à l'aide du poinçon ainsi obtenu. Le cabinet des Poinçons, trésor de l'Imprimerie nationale, conserve 700 000 pièces gravées, dont les plus anciennes, les poinçons des Grecs du Roi créés par Claude Garamont remontent à François 1<sup>er</sup>.



Gravure d'un poinçon typographique. ©Imprimerie nationale

Pour toute information consulter notre nouveau site internet : [www.atelier-du-livre-art-imprimerienationale.com](http://www.atelier-du-livre-art-imprimerienationale.com)

## Arrivée de la Ligue Île-de-France

Installée depuis quelques années sur la Base aérienne 107 de Vélizy-Villacoublay, la Ligue Île-de-France de la FCD rejoint le Fort de Montrouge à Arcueil le 1<sup>er</sup> septembre dans des bureaux jouxtant ceux de la Fédération, au bâtiment 102. Pour rappel, le Fort de Montrouge est installé sur Arcueil (malgré son nom) ; il se situe au confluent d'Arcueil, de Montrouge, de Vanves et de Bagneux et se trouve à 5mn de la Porte d'Orléans (Paris). C'est devenu le 2<sup>e</sup> site d'accueil des organismes du ministère des armées après Balard. Il accueille 2.000 agents et est appelé à en recevoir encore un peu plus. Ce regroupement, tout en préservant l'autonomie de la ligue, va permettre de nouvelles synergies avec la fédération.



Bienvenue à toute l'équipe régionale regroupée autour de son Président, Fabien Bossus, ainsi qu'à ses services placés sous l'autorité d'Ornella Pereira (à rencontrer pages 20 et 21 du présent numéro). Voici les nouvelles coordonnées téléphoniques de la Ligue Île-de-France : **Président : Fabien Bossus - 01.79.86.38.54**

## Communication fédérale

Deux ans après son arrivée à la FCD en qualité d'assistante de communication dans le cadre de sa formation en mastère, et après l'obtention cet été de son diplôme, Viktoriya Tsaykenova a décidé de rester avec nous. Et de ne pas casser le duo de choc et de charme formé avec Elsa Cerdeira. Viktoriya partagera son temps de travail entre la communication fédérale nationale et régionale puisqu'elle devient à cette occasion, la chargée de communication de la Ligue Île-de-France. Bienvenue à elle !



## À armes égales Magazine des clubs de la défense



- Directeur de la publication : Yves Glaz
- Comité de rédaction : Jean-Louis Bouchard, Elsa Cerdeira, Serge Lefetz, Jean-Lou Monot, Pascal Raveau, Viktoriya Tsaykenova.
- Secrétariat de rédaction - iconographie : Anna-Oriane Monge
- Ont collaboré à ce numéro : Carole Barone, Vincent Bertin, Adrien Chartier, Yann Blanchard, Éric Boulesteix, Patrick Do Cao, Marielle Granjard, Jean-Claude Mathieu, Cédric Ménereuil, Ornella Pereira, CSLG Ours tarbais, CSM Martinique, CSA 52<sup>e</sup> RI Colmar, ASAC BA 118 Mont-de-Marsan, Ligue Bourgogne Franche-Comté, Ligue Centre-Val de Loire, Ligue Nord-Est, Ligue Auvergne-Rhône-Alpes, Ligue Île-de-France.
- Réalisation et impression : [www.agence-oskar.com](http://www.agence-oskar.com) - 04 72 56 15 92
- Tirage : 10 000 ex. - N°76 - Septembre 2020 - ISSN 2270-1761 - dépôt légal : 3<sup>e</sup> trimestre 2020
- Contact : FCD - 16 bis, av. Prieur de la Côte d'Or - CS 40300 94 114 ARCUEIL Cedex - E-mail : [contact@lafederationdefense.fr](mailto:contact@lafederationdefense.fr) Téléphone : 01 79 86 34 89 - Site internet : [www.lafederationdefense.fr](http://www.lafederationdefense.fr)



## Nos partenaires





ENGAGÉS  
POUR TOUS  
CEUX QUI  
S'ENGAGENT



# FACE AUX COUPS DURS, ON EST TÉGO.

Pour les membres de la communauté Défense-Sécurité, Tégo mobilise un réseau d'entraide et d'accompagnement social disponible à chaque instant.

Suivez-nous sur [tego.fr](https://tego.fr)



SANTÉ • PRÉVOYANCE • ASSURANCE • RETRAITE

## SYGELIC

# Le contrôle de l'honorabilité des dirigeants et des bénévoles des associations sportives



**E**n actualisant leur carte de visite pour la saison 2020/2021 sur SYGELIC, les responsables des CSA ont découvert de nouvelles informations à y inscrire concernant les dirigeants et les bénévoles de leur club.

La note 3002 du 1<sup>er</sup> juin 2020 relative aux licences établies au titre de la saison 2020/2021 évoque cette nouveauté en son annexe 8. Il est bon d'y revenir pour partager l'information avec l'ensemble du mouvement fédéral, les élus, les éducateurs et les pratiquants.

En effet, pour prévenir les violences, en particulier sexuelles, dans le milieu du sport, le ministère des sports systématise les contrôles d'honorabilité à tous les encadrants et dirigeants des associations sportives. Salariés comme bénévoles. Tous sont désormais soumis aux dispositions de l'article L.212-9 du code du sport qui dispose que nul ne peut exercer des fonctions d'enseignement, d'animation, d'entraînement ou d'encadrement d'activités physiques et sportives, qu'il soit rémunéré ou bénévole, s'il a fait l'objet d'une condamnation pour crime ou l'un des délits suivants : violences, agressions sexuelles, trafic de stupéfiant, risques causés à autrui, proxénétisme et infractions assimilées, mise en péril de mineurs, usage de stupéfiants ou incitation à

leur usage, dopage et fraude fiscale. Cette généralisation a été annoncée par la ministre des sports, Madame Roxana Maracineanu, à l'occasion du lancement de la convention nationale sur la prévention des violences sexuelles dans le sport le 21 février dernier à Paris. Jusque lors, ce contrôle n'était systématique que pour les éducateurs professionnels.



Deux millions de bénévoles sportifs (éducateurs et dirigeants) sont aujourd'hui concernés. La généralisation d'une vérification automatisée sera mise en œuvre le 1<sup>er</sup> janvier 2021. C'est pourquoi, la FCD – à l'instar de toutes les autres fédérations sportives – devra mettre OBLIGATOIREMENT à disposition son fichier des dirigeants et bénévoles pour permettre au ministère de vérifier le respect des conditions d'honorabilité prévues par le code du sport.

D'où les évolutions apportées dans la carte de visite sur SYGELIC en cette rentrée 2020.

Parmi les autres mesures annoncées, notons la création d'un répertoire national des associations sportives, la nomination d'une déléguée ministérielle chargée des violences dans le sport, et le renforcement des effectifs de la cellule dédiée au traitement des signalements de violences sexuelles au sein de la direction des sports.

Dans ce cadre, il a également été demandé à chaque fédération de désigner un correspondant en charge de la lutte contre les violences sexuelles pour être le contact unique de la direction des sports du ministère et ce, afin de garantir un degré élevé de confidentialité dans les informations échangées et un accompagnement dans les situations parfois complexes

et sensibles. Madame Monique Texeraud, précédemment vice-présidente de la FCD et actuellement membre du conseil de l'éthique, a accepté d'assurer cette nouvelle fonction.

Les clubs peuvent aussi s'appuyer désormais sur les services de leur DDCCS (Direction départementale de la cohésion sociale) et leur demander de vérifier l'honorabilité des bénévoles dont ils auront fourni l'identité complète.

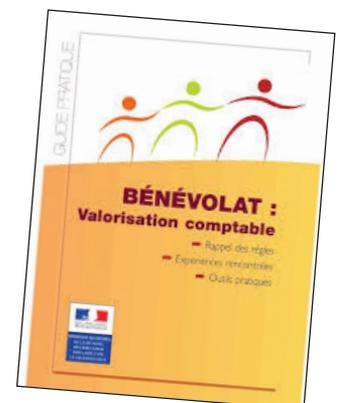
## Valorisation du bénévolat ou contribution volontaire en nature

**L**a note 3002 évoquée supra annonce une autre nouveauté de taille dans le renseignement de la carte de visite sur SYGELIC, à savoir la valorisation du bénévolat (ou contribution volontaire en nature).

La FCD a décidé de mettre en place un système de valorisation automatique et unique du bénévolat au profit des clubs. Cette valorisation est similaire à celle utilisée au niveau fédéral, mise en œuvre depuis plusieurs années et validée par les commissaires aux comptes. Cette valorisation est basée sur le principe de la massification afin d'éviter aux responsables de clubs un travail individuel fastidieux pour chaque bénévole et un recensement bien difficile. Elle permet de définir et d'adopter les mêmes éléments de mesure aux 420 clubs de la FCD. Elle se base

sur une segmentation par typologie de bénévoles, à laquelle est associée un coût horaire et un nombre d'heures moyen de bénévolat par an. Des informations par typologie, non modifiables, sont affichées sur la carte de visite SYGELIC pour que les clubs soient en mesure d'expliquer leur valorisation. C'est la méthode adoptée par la FCD et mise en œuvre à tous les niveaux, FCD, Ligues et Clubs.

Il s'agit bien d'une valorisation (estimation globale) ne nécessitant pas un calcul complexe, se basant sur le nombre d'heures de bénévolat et le coût horaire par catégorie. Ce calcul dynamique permet aux clubs de connaître instantanément la valorisation du bénévolat par catégorie et la valorisation totale, informations qui permettront d'alimenter la ligne « contribution volontaire en nature » des



comptes de résultats des clubs. Pour rappel, en matière de valorisation, le cadre juridique est fixé par le règlement du comité de la réglementation comptable (CRC) n° 99-018. Le règlement CRC n° 2008-12 (applicable depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2009) prévoit que les associations et fondations faisant appel à la générosité publique font figurer l'évaluation des contributions volontaires en nature en distinguant le bénévolat, les prestations en nature et les dons en nature.

ÉTUDE

## L'Observatoire économique de la défense

L'Observatoire économique de la défense, relevant du Secrétariat général pour l'administration (SGA), a produit une étude sur les clubs sportifs et artistiques de la défense en les replaçant tout d'abord dans le contexte sportif et l'environnement militaire, puis en analysant les liens entre les clubs et leur environnement socio-économique. Dénommée « *Les clubs sportifs et artistiques de la défense : des vecteurs fondamentaux du lien Armée-Nation* », l'étude montre ainsi que les CSA contribuent activement à l'économie locale et concourent à la valorisation du lien Armée-Nation au niveau local. L'étude s'appuie sur une analyse typologique des CSA sur l'ensemble du territoire français et sur une analyse plus approfondie de deux clubs sportifs et artistiques de la défense, le CSA du Fort du Kremlin-Bicêtre et le CSA de la Base aérienne 105. Enfin, cette étude conforte aussi l'idée que les CSA renforcent la dimension humaine du ministère des armées avec cette communauté ouverte sur la société civile. Un grand merci pour ce travail important et instructif à Madame Chloé Ramet, alors chargée d'études économiques à l'Observatoire économique de la défense.



Consultable sur [www.lafederationdefense.fr/les-clubs-sportifs-et-artistiques-de-la-defense-des-vecteurs-fondamentaux-du-lien-armee-nation](http://www.lafederationdefense.fr/les-clubs-sportifs-et-artistiques-de-la-defense-des-vecteurs-fondamentaux-du-lien-armee-nation)

SYGEDOC

## Mieux consulter la documentation FCD

Parmi les systèmes d'information développés par la FCD, il en est un qui est encore trop méconnu des clubs, il s'agit de SYGEDOC ou Système de gestion de la documentation. Prévu à l'origine pour être la bibliothèque interne des services fédéraux et des élus nationaux, SYGEDOC a évolué pour devenir le réceptacle de tous les documents émis par la FCD, hors ceux relatifs aux manifestations sportives, culturelles ou de formation qui passent par SYGEMA. Avec le temps, SYGEDOC s'est avéré ne plus être adapté à son ambition. La nouvelle version déployée depuis le 1<sup>er</sup> septembre permet une ergonomie optimisée et un environnement proche des autres systèmes d'information déployés (SYGEMA, SYGFIN...) avec des fonctionnalités ouvertes à tous sans exclusive. L'ambition de SYGEDOC V2 est de pouvoir communiquer avec les clubs directement sans passer par les courriels ou les e-mailings. Avec SYGEDOC V2, les documents sont déposés sur le SI, sont permanents et peuvent être consultés à tout moment par les clubs. N'hésitez pas à nous faire remonter vos difficultés éventuelles.



PLAN GOUVERNEMENTAL

## Le soutien à l'embauche des jeunes

Les conséquences économiques de la crise sanitaire touchent de plein fouet les jeunes: formations interrompues, recrutements différés, crise économique... Le gouvernement leur consacre le premier volet de son plan de relance. #1JEUNE1SOLUTION est guidé par trois priorités : faciliter l'entrée dans la vie professionnelle, orienter et former 200 000 jeunes vers les secteurs et métiers d'avenir et accompagner 300 000 jeunes éloignés de l'emploi en construisant des parcours d'insertion sur mesure. Le secteur associatif est une des grandes cibles de l'ensemble des mesures prises dans ce plan. Les présidents de CSA sont invités à porter une attention particulière à ces nouvelles dispositions qui sont autant d'opportunités de s'entourer de jeunes collaborateurs motivés. La FCD a communiqué sur ce plan par la Note n° 631/FCD/DG du 24 août 2020.



CNOSF

## Opération « Soutiens ton club »

Dans le contexte de crise sanitaire actuel, les acteurs du sport se mobilisent pour aider les clubs sportifs et permettre une rentrée sportive réussie. Avec le soutien du ministère des sports, la Fondation du sport français, le Comité national olympique et sportif français et l'Agence nationale du sport lancent l'opération solidaire « Soutiens Ton Club », une plateforme de dons au bénéfice des clubs sportifs, très impactés par la crise. Le principe de l'opération est simple : créer un fonds de solidarité nationale au bénéfice de tous les clubs fédérés (dont ceux affiliés à la FCD). Inscrivez votre club sur la plateforme.



## Mon club près de chez moi



Le CNOSF a lancé le 20 juin dernier la plateforme « Mon club près de chez moi », développée par la société Be Sport. Véritable « réseau social du sport », cet outil référence et cartographie les clubs sportifs sur tout le territoire national et permet à chacun de trouver le club ou le sport correspondant le mieux à ses attentes. Plus de 150 000 clubs, dont certains de la FCD, sont déjà inscrits sur la plateforme.

## Le sport avec la carte passerelle

Grâce à la plateforme « Mon club près de chez moi » (voir ci-dessus), retrouvez tous les clubs partenaires de l'opération « Carte passerelle » qui a lieu du 1<sup>er</sup> septembre au 17 octobre 2020.

L'IDÉE ?

Favoriser la découverte du sport chez les jeunes et faciliter leur adhésion en club. Pendant 7 semaines, entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 17 octobre 2020, les écoliers de CM1 et CM2 vont avoir la possibilité de tester différents sports et clubs, gratuitement sans nouvelle prise de licence, à raison de trois séances par club maximum. La « Carte passerelle » est un dispositif qui fait partie des 8 axes de la contribution du CNOSF au plan Héritage des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024.



UNE EXPÉRIMENTATION MENÉE EN 2019

Une expérimentation très concluante de ce dispositif s'est déroulée à la rentrée scolaire 2019 auprès des trois départements suivants : Bouches-du-Rhône, Orne et Vienne. Près de 30 000 élèves ont été concernés par cette opération. Avec un taux d'adhésion à un club de 50% des jeunes ayant testé une activité sportive dans un club participant à l'opération « Carte passerelle », cette expérimentation a rencontré un franc succès tant pour les enfants que pour les familles, les clubs et les fédérations.

JE SUIS UN CLUB VOLONTAIRE ?

Les clubs qui souhaitent participer au dispositif de la « Carte passerelle », peuvent le faire en s'inscrivant sur la plateforme « Mon club près de chez moi ». Le club s'engage à accueillir gratuitement l'élève à raison de trois séances maximum. Tous les clubs affiliés à la FCD peuvent prétendre à être référencés et éligibles à ce dispositif.

## MUAY THAI

# Formation fédérale pour la FCD et la Fédération française de kickboxing, muay thaï et disciplines associées

**L**a formation est la clé de voûte de toute activité sportive pour permettre un développement homogène associant les notions de polyvalence éducative et de performance sportive.

La FCD en partenariat avec la FFKMDA propose un panel de formations qualifiantes dans les domaines pédagogiques, techniques et administratifs accessibles à tous les licenciés de la fédération quelles que soient leurs fonctions. Sur le plan pédagogique, pas moins de 3 diplômes de niveau fédéral sont proposés. Pour les premières citées, le BMF1 permet l'initiation auprès de tous les publics sans notion de spécialité. Il s'agit d'un diplôme pluridisciplinaire axé sur l'apprentissage des valeurs éducatives et l'initiation aux activités pugilistiques auprès de tous les publics. Le BMF2, quant à lui, développera les compétences de son titulaire sur les notions d'animation et de développement dans la mention choisie. Le BMF3 permet l'encadrement des activités pugilistiques relevant des sports de contact en toute autonomie. L'étroite collaboration entre la FCD et la FFKMDA depuis octobre 2017, a permis la mise en place de deux brevets moniteurs fédéraux 1<sup>er</sup> niveau.

La 1<sup>ère</sup> session de formation au BMF1 s'est déroulée du 7 au 9 juin et du 15 au 16 juin 2019 à l'École des officiers de la gendarmerie nationale (Melun) et la deuxième session a eu lieu cette saison, du 7 au 9 février et du 14 au 16 février 2020.



Photo Cédric Ménéreuil

Les 5 premiers stagiaires ont réussi leur 1<sup>er</sup> diplôme fédéral. Quant aux 7 stagiaires de cette année, ils sont en attente des résultats. Encadrées par Cédric Ménéreuil (CTSN), les deux formations ont tenu leurs promesses : les 12 stagiaires présents, civils de la défense et militaires ont fait preuve de beaucoup de sérieux et d'intérêt. Ils vont désormais continuer de développer les activités des sports de contacts (kick boxing, muay thaï, pancrace et disciplines associées) dans leur environnement professionnel, et au sein des clubs de la défense.

La formation du BMF1 est riche et dense, tant sur le plan intellectuel que physique. En effet, chaque diplôme se déroule en 5 jours de formation, soit 35h en tout. La prochaine formation BMF2 devrait donc accueillir une quinzaine de candidats d'ici la fin de saison.

Pour toutes informations complémentaires, n'hésitez pas à contacter le CTSN Cédric Ménéreuil ([cedric.menereuil@gmail.com](mailto:cedric.menereuil@gmail.com)).

Cédric Ménéreuil

## YOGA

# Devenir animateur yoga

**L**a FCD propose une nouvelle formation, le Brevet fédéral 1 animateur de yoga. Nous l'avons évoquée dans l'article Formation du n°74 de notre magazine « À armes égales » de janvier dernier (p.27) et pour la nouvelle saison 2020/2021 le projet prend forme. Il s'agit d'acquiescer, par le biais d'une formation de 48 heures répartie sur 3 week-ends pendant la saison 2020-2021, l'ensemble des bases du yoga afin de permettre à la personne qui a suivi les 3 modules de pouvoir animer une séance de Yoga en toute autonomie et en toute sécurité.

### PROGRAMME

- **Module 1** : Étude du Yoga (ses origines, son but, etc.). Présentation et étude de la Salutation au soleil et des cinq rites tibétains. Postures assises et couchées. Travail sur les respirations de base du Pranayama. Animer un cours de Yoga : explications.
- **Module 2** : Étude du corps énergétique, les Chakras. Étude des postures fondamentales du Yoga (15 Asanas). Méditation/Relaxation. Travail sur les respirations yogi. Élaborer une séance de Yoga.
- **Module 3** : Révision des modules 1 et 2 tant au niveau pratique que théorique. Présentation de Yoga Nidra. Présentation et animation d'une séance préparée par les élèves. Corrections, aides pédagogiques (musiques, textes).

Ces modules sont ouverts à tous les adhérents de la Fédération des clubs de la défense qui ont au moins 1 an de pratique de Yoga et qui souhaitent approfondir leurs connaissances et leur pratique en vue de devenir formateur au sein de l'un de nos clubs, le coût est pris en charge par la FCD.



48h de formation répartis en 3 modules

Yann Blanchard est le conseiller technique Yoga à la FCD et intervenant pour ces 3 modules. N'hésitez pas à prendre contact avec lui pour tout renseignement complémentaire : [yannblanchard@yahoo.fr](mailto:yannblanchard@yahoo.fr)



La Fédération des clubs de la défense a la volonté de développer de nouveaux brevets fédéraux, après les BF1/BF2 et BF3 Cross Training Force, elle offre la possibilité de passer le BF1 YOGA et dans un futur proche elle permettra aux personnes intéressées par le « sport-santé » de suivre une formation de BF1 Animateur Sport-Santé-Bien être.



## COURSE À PIED

### Le CSLG TY-Vougeret à l'assaut de la Presqu'île de Crozon

**L**e dimanche 28 juin 2020, les coureurs à pied du CSLG TY-Vougeret de l'École de gendarmerie de Châteaulin (29) se sont élancés sur un challenge section à étapes dans le but de réaliser le tour de la Presqu'île de Crozon.

La première étape emmenait les coureurs de la plage de Trez-Bellec, située sur la commune de Telgruc-sur-Mer, vers celle de Kerloc'h en passant par le port de Morgat, le cap de la Chèvre et la pointe de Dinan, soit une quarantaine de kilomètres avec des portions bien escarpées. Trois coureurs étaient engagés sur l'étape complète, Marc, Dany et le responsable activité. Six autres coureurs se sont relayés afin de les accompagner et les soutenir tout au long de ce long parcours. C'est ainsi que Cédric a parcouru 34 kms, Géraldine 21 kms, Manon 14 kms et Isabelle, Corinne et Élise 9 kms. Une seconde étape est prévue après la période estivale. Les concurrents reprendront ce tour de presqu'île à Kerloc'h pour rejoindre Le Fret, en suivant le GR34 qui passe par Pen Hir, le Toulinguet, Camaret-sur-Mer, la pointe des Espagnols et Roscanvel.

## BADMINTON

### L'Ours Tarbais jusqu'au bout de la nuit à Auch

**L**e 14 février 2020, 4 adhérents du Club sportif et des loisirs de la gendarmerie « Ours Tarbais » ont participé à un tournoi de badminton organisé par le club d'Auch (32). 96 équipes de double étaient réunies pour s'affronter. Les 2 équipes de l'Ours Tarbais étaient constituées de Jérémy Bandarz, Grégory Nègre pour les « Badèptes » et Yvan Brulard, Florian Basso pour les « Very Bad Trip ».



Durant toute la soirée et une bonne partie de la nuit (fin du tournoi à 3h00), de nombreux matchs furent disputés. Les « Very Bad Trip » ne pouvaient pas mieux porter leur nom puisqu'ils perdaient leur première rencontre alors que les « Badèptes » passaient allégrement la phase qualificative sans aucune défaite. Finalement, après 3 rencontres, tout le monde sortait des poules et se qualifiait pour le tableau principal. Après des matchs acharnés, l'équipe des « Badèptes » se faisait sortir en 8<sup>e</sup> de finale alors que les « Very Bad Trip » calaient en quart, battus par l'équipe vainqueur du tournoi. La compétition, admirablement organisée compte tenu du nombre important de participants, s'est déroulée dans une ambiance très conviviale avec énormément d'envie et de fair-play. Le CSLG « Ours Tarbais » félicite ses 4 adhérents qui ont permis de partager les valeurs du sport que souhaite propager le club.

## CYCLISME

### La sélection cycliste de la FCD en stage

**P**our la deuxième année consécutive, c'est à Agay (83) que nos cyclistes se sont rendus pour effectuer un stage de préparation physique. Adossé à la colline, le centre IGESA - Roches Rouges a accueilli 26 stagiaires parmi lesquels des membres de la sélection nationale mais également d'autres licenciés de la FCD.

Du 13 au 22 février 2020, le doux climat méditerranéen a permis d'enchaîner les sorties, à l'heure où les conditions météorologiques sont souvent difficiles ailleurs dans le pays. Au total, plus de 25 heures d'entraînement sur route et près de 900 kilomètres ont été parcourus. La première partie de stage a été marquée par la venue de Thierry Vanoli, coach et sophrologue. Celui-ci est intervenu à plusieurs reprises auprès du groupe en organisant des séances de gainage, d'étirements et de sophrologie, notamment sur la plage d'Agay. Une découverte pour certains, mais pour tous une approche originale de la préparation physique et mentale en complément de la pratique même du cyclisme. Ce stage, organisé par la Fédération des clubs de la défense a ainsi été l'occasion pour les membres de la sélection nationale de renforcer la cohésion de l'équipe et de se focaliser sur la première partie de saison. Les échanges et le partage des expériences avec d'autres licenciés de la fédération ont été enrichissants pour chacun d'entre eux.



## TRIATHLON

### Action sportive du CSA2D du 2<sup>e</sup> RPIMa

**L'**été austral séduisant, l'île de La Réunion a accueilli l'équipe de France de triathlon pour une période d'entraînement au cours du mois de janvier 2020.

Le Club sportif et artistique de la défense - Dupuis (CSA2D) a saisi cette occasion en prenant contact avec Sébastien Libicz, conseiller technique national et coordinateur de la mission « appui et expertise » de la performance et Stéphanie Deanaz, conseillère technique et entraîneuse nationale olympique, pour convenir d'un échange. C'est ainsi que des athlètes de la section triathlon du CSA2D se sont retrouvés très bien accompagnés sur la plage de Trou d'eau le 23 janvier. Débutant par un court entraînement par binômes et à base de "burpees", squats et séquences de 200m de natation. Les adhérents du club ont pu découvrir et s'enrichir des pratiques et techniques des membres de l'équipe de France, athlètes et conseillers. Ceux-ci ont d'abord présenté l'organisation de l'entraînement de l'équipe puis nos athlètes ont pu échanger avec de grands champions (champion d'Europe et champion du monde en équipe mixte, notamment Pierre Le Corre, Sandra Dodet et Léonie Périault) avant de prendre la pose pour des clichés mémorables.

Cette matinée d'échanges a été motivante pour nos adhérents qui, à l'instar de ces champions, veulent plus que tout se dépasser dans la bonne humeur et la cohésion et ainsi vivre leur passion sportive intensément comme notre belle île (dite Intense) le suggère au quotidien.





## GOLF

### Reprise pour la Ligue Centre-Val de Loire

**A**près une longue période d'isolement due à la crise sanitaire, le week-end de la fête de la musique a été l'occasion pour la Ligue Centre-Val de Loire de la FCD, avec son Animateur Sportif Régional Christophe Certain, d'organiser une compétition très conviviale, histoire de se retrouver enfin au grand air sur un terrain de golf.



Le vendredi 19 juin au soir, les premiers participants, arrivés de Tulle, ont été accueillis en musique par un groupe local de Rock & Blues (groupe SNAKE). Le samedi, une quarantaine de joueurs s'emparaient du parcours pour 4h30 de combat, essentiellement contre eux-mêmes, pour essayer de remporter la première compétition d'après confinement. Pour finir en beauté, vu la superbe météo du week-end, une compétition de classement ouverte à tous et sponsorisée par la Ligue CVL et TEGO, a été mise sur pied le dimanche. Un carton plein puisque tous les départs du matin étaient complets avec la présence de 50 joueurs. Merci à notre partenaire TEGO et au Garden Golf de Bourges (société UGolf) pour leur soutien.

## CENTRE AÉRÉ

### Le CSAD Mutzig teste son centre aéré

**L**e Club sportif et artistique de la défense de Mutzig a testé durant les vacances d'hiver 2020 une formule « centre aéré » au profit de ses adhérents.

C'est une nouvelle section qui a ouvert en mars dernier au sein du CSAD mutzigéois, afin d'accueillir une vingtaine d'enfants des membres de l'association sportive, civils comme militaires. L'initiateur du projet, le major Thierry Garcia, retraité du 44<sup>e</sup> régiment de transmissions et président du club est habitué à encadrer les plus jeunes. Très impliqué dans le tissu associatif et sportif local, c'est avec enthousiasme qu'il s'est lancé dans l'aventure. Les enfants de 6 à 10 ans se sont vu proposer une semaine d'activités variées : piscine, cinéma, sport, secourisme et jeu mais aussi une visite de la caserne des pompiers de Molsheim, qui ont bien voulu déployer la grande échelle pour le plus grand émerveillement des petits. Pour encadrer cette petite troupe, « *Nous avons reçu un fort soutien du régiment de la base de défense et de la fédération, ce qui nous a permis de proposer des conditions d'accueil optimales pour les enfants* », se félicite le major Thierry Garcia. Des horaires adaptés, la mise à sa disposition du personnel d'encadrement diplômé et expérimenté, la mise à disposition de locaux et la dotation du club pour l'achat de matériels ludiques ont été particulièrement appréciés. Autant dire que les premiers intéressés en ont bien profité. Vivement les vacances d'automne.



## ÉCHECS

### Sortie réussie pour le CSA Bonaparte

**D**ans le cadre du 10<sup>e</sup> tournoi à cadence rapide de Cassis le 9 février dernier, le CSA Bonaparte de Draguignan a mis à disposition les moyens logistiques nécessaires à la participation de ses jeunes pousses.



Le départ, relativement matinal pour un dimanche, n'a pas refroidi leurs ardeurs. Accueillis par le soleil et la chaleur cassidains, ils rejoignaient sur place plus de 150 joueurs venus de Cannes, Nice, Montpellier ou encore Toulouse. Les choses sérieuses débutèrent rapidement puisque 3 rondes étaient prévues avant la pause méridienne. Valentin Parmentier finira le tournoi avec 2,5pts à la 63<sup>e</sup> place (sur 66). Pour les autres, les progrès entrevus lors des cours du samedi, tendent à se confirmer. Ainsi, Ethan Brunet et le jeune Mathéo Desmytter (8 ans) terminent à des honorables 35<sup>e</sup> et 37<sup>e</sup> places, avec 4 parties remportées sur 9. La grosse performance du jour revient à Yohann Thong qui, dans un tournoi réservé aux moins de 14 ans, parvient à finir 19<sup>e</sup> ex-aequo (29<sup>e</sup> au départage) à seulement 7 ans. Il se classe également 3<sup>e</sup> de sa catégorie d'âge, seulement devancé par deux « cracks » régionaux. Enfin, Baptiste Rocher, un des meilleurs éléments du club de l'Échiquier Dracénois, confirme que, à 11 ans, l'avenir lui appartient. Il termine, tout comme Yohann, avec 5 parties gagnées, dont une contre le futur 10<sup>e</sup> du tournoi. Ces jeunes garderont cette belle journée, remplie de rires et de victoires, longtemps dans leurs mémoires... c'était en effet le premier tournoi officiel de leur carrière naissante. Des résultats très satisfaisants qui en appellent bien d'autres !



## TRIATHLON

### 1<sup>er</sup> Triathlon FCD de la Côte d'Opale à LE PORTEL

**L**a section Côte d'Opale triathlon du club sportif et des loisirs de la gendarmerie du Nord-Pas-de-Calais s'est vue confier sous l'égide de la ligue Nord-Est de la Fédération des clubs de la défense l'organisation du championnat National FCD de Triathlon, support du championnat de France Militaire 2020.

Le CSLG NPDC a créé le 1<sup>er</sup> mars 2019 une équipe de 12 organisateurs qui s'est réunie une fois par mois jusqu'au 16 mars 2020 date à laquelle la FCD annulait tous les championnats ainsi que les différentes activités du club en raison de la crise sanitaire. Ces bénévoles ont travaillé sur toutes les procédures nécessaires à la préparation et au bon déroulement de cette épreuve d'ampleur nationale. Tout avait été mis en œuvre pour accueillir, loger, nourrir et proposer une épreuve sportive pour les 200 triathlètes attendus. L'affiche de l'évènement montre la qualité qui a prévalu tout au long de ces préparatifs. La pratique sportive leur ayant toujours appris à faire face et avancer, toute l'équipe a décidé de se retrouver le 14 Juin 2020 dans les conditions de course mais en respectant strictement les mesures sanitaires en vigueur. À 10h00, les licenciés du CSLG section Côte d'Opale avaient rendez-vous sur le site de l'ancien Hoverport de la commune de Portel (62). Il s'agissait alors de parcourir 1500 mètres de natation en mer puis 40 kilomètres en vélo et enfin 10 kilomètres de course à pied.



Avec le soutien et la sécurité en mer de Bruno Carpentier (Maitre-nageur sauveteur), 11 licenciés et organisateurs ont pu profiter du superbe parcours de ce qu'aurait dû être le 1<sup>er</sup> Triathlon FCD de la Côte d'Opale 2020. Sans aucune compétition mais avec un esprit de cohésion et de franche camaraderie, tous les membres de l'équipe ont profité de cette matinée ensoleillée pour pratiquer le sport qu'ils aiment et partager un moment de convivialité autour d'un repas-barbecue bien mérité. Il fallait bien cela pour effacer définitivement la frustration de l'annulation après toutes ces heures, semaines et mois de préparations intensives et rigoureuses. Qu'ils soient sous-officiers de gendarmerie d'active ou retraités, sapeurs-pompiers ou personnels civils, rien n'a altéré le désir de bien faire de cette belle équipe dirigeante qui est toujours aussi motivée et se tient prête à organiser les prochains championnats de France de Triathlon au Portel si la FCD le décide. Vive le sport, vive l'amitié et vive le CSLG Nord Pas-de-Calais !



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



**ENVIE DE  
REFAIRE LE PLEIN  
D'ENERGIE**

**ENVIE  
DE SPORT**

Ensemble, continuons d'appliquer les gestes barrières

