



Charte du Sport Responsable

« LA MONTAGNE DOUCE » REÇOIT LE LABEL SPORT RESPONSABLE 2019



Le Début Octobre 2019 : « La Montagne Douce », station du Col du Corbier de la commune de Le Biot (74430), a reçu le label Sport Responsable 2019 pour son engagement responsable et devient un Club Sport responsable. Il met en place des bonnes pratiques sur les thématiques suivantes :

Le tourisme durable peut favoriser l'évolution des stations de montagne vers un modèle de développement plus centré sur un tourisme « doux », basé sur la valorisation du patrimoine local, architectural, et environnemental. Il invite à la redécouverte des territoires par des activités qui ne sont plus basées sur le « Tout ski » et qui s'orientent vers une consommation plus responsable, et bien entendu qui peuvent favoriser l'économie locale hors station, en faisant vivre les artisans et producteurs de la région.

La croissance des activités de nature et du nombre de ses pratiquants ne peuvent qu'encourager la transition des stations vers un autre modèle plus respectueux de l'environnement. De même le développement des transports en commun pour accéder aux stations, et la mise à disposition de deux roues peuvent améliorer la qualité du séjour, et limiter l'impact des GES.

Le développement de ces activités « durable » qui peuvent se pratiquer hors-saison ont l'avantage d'étaler la fréquentation touristique dans le temps et d'éviter les pics de concentration dans un espace restreint, comme ceux du mois de février. Cela permet également de maintenir des commerces, et une vie locale toute l'année.

La marche nordique : Trois parcours, une boucle de 5,4 Kms, une boucle de 10 Kms et une boucle de 11,7 Kms, pour permettre à tous de participer en choisissant son niveau de difficulté. Les parcours sont balisés et une carte est à disposition (Annexe 1). La marche est recommandée pour ces bienfaits sur la santé. Cette activité permet de découvrir la montagne, ses paysages, sa nature tout en respectant son environnement. Sport nécessitant peu de moyens financiers, il est accessible à toute les bourses.

Le top avec le ski et la raquette de randonnée, c'est que vous développez vos capacités pulmonaires et musculaires tout en bénéficiant des avantages d'une pratique en plein air (vitamine D, air pur, dépaysement). Que ce soit seul ou en groupe, vous aurez de vrais moments de plaisir, de sport, de découverte, vous laissant une sensation de bien-être, récompense de l'effort fourni. En altitude l'oxygène se fait plus rare, le corps doit donc produire naturellement plus de globules rouges pour transporter l'oxygène, et encore plus pendant l'effort. Lorsque vous redescendez dans la vallée, le surplus de globules rouges et d'oxygène se fait sentir et tout effort devient plus facile : votre cœur et vos poumons sont moins sollicités car l'oxygène supplémentaire dont vos muscles ont besoin lorsque vous faites du sport est déjà présent dans votre organisme.

C'est ainsi que certaines équipes de France font des stages d'entraînement en altitude pour se "doper" la manière la plus naturelle qui soit et avoir une meilleure endurance.

Pratiquer le ski et la raquette de randonnée vous fera également travailler votre équilibre et votre coordination. Il faut en effet coordonner le mouvement de vos jambes sur les skis, les raquettes et celui de vos bras

avec les bâtons.

Ceci contribuera à améliorer votre agilité et la proprioception qui, avec l'âge, s'affaiblit. Plus vous l'entretenez, plus vous pourrez ralentir ce phénomène, et rester alerte.

Les personnes pouvant pratiquer ces deux disciplines, sont nombreuses et mêmes ouvertes à toutes et tous. Ces activités permettent la mixité sociale, sexuelle et raciale.

Le sport, en général, brise les barrières nous avons pu le constater lors de grands résultats sportifs, exemple coupes du monde de football de 1998 et 2018.

Le sport rassemble, fédère, mélange les genres. C'est une activité avec des bienfaits multiples.

Le sport est une des activités les plus populaires dans nos sociétés et de très loin la plus présente de le monde associatif. Au-delà du mieux-être physique et mental que la pratique sportive procure, le sport joue un rôle important pour la cohésion sociale en offrant des possibilités de rencontres et d'échanges entre personnes de sexe, de capacités, de nationalités ou de cultures différents, en renforçant ainsi la culture du « vivre ensemble ».

en adéquation avec la Charte du Sport responsable*.

Generali est à l'initiative de cette récompense dans le cadre de la démarche Sport responsable qui encourage les acteurs du monde du sport à développer leur engagement pour un sport plus responsable.

Le Label Sport Responsable

Generali encourage les acteurs sportifs français, des plus petites structures amateurs aux plus grands clubs professionnels, à s'engager dans le développement durable et à développer des projets qui rejoignent les 6 engagements de la Charte du Sport responsable.

La démarche Sport responsable a pour objectif de recenser, labelliser, partager et récompenser les bonnes pratiques mises en place sur le terrain, via le label Sport responsable et les Trophées du Sport responsable. Le label Sport responsable est la reconnaissance de leur engagement.

Les Trophées du Sport responsable

Le 7 novembre prochain, le jury présidé par Sébastien Chabal et composé du Ministère des Sports, des Capitaines des Fédérations sportives signataires de la Charte et de professionnels du monde du sport, se réunira pour sélectionner les meilleurs candidats.

Le 17 décembre prochain, les vainqueurs recevront leur prix au cours d'une cérémonie au Stade de France.

Pourquoi le label Sport responsable ?

Des manifestations conçues de façon plus économe et écologique, des opérations pour favoriser l'intégration sociale par le sport ou pour faciliter la reconversion des sportifs professionnels... Depuis quelques années, le monde du sport multiplie les initiatives en termes social, environnemental et économique, en deux mots : développement durable.

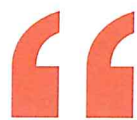
Le label Sport responsable est une reconnaissance extérieure de l'exemplarité d'une structure sportive. Il l'encourage à pérenniser son engagement et lui permet de communiquer sur ses actions et de valoriser son image, auprès des médias, des pratiquants, des collectivités locales, des partenaires, des bénévoles, etc.

Les labellisés bénéficient également de la notoriété croissante de la démarche Sport responsable, engagée dans sa 6ème année.

Le site www.sport-responsable.com, plateforme de partage des bonnes pratiques et d'information, permet de consulter les bonnes pratiques des labellisés et encourage la transversalité des actions entre des sports qui ne communiquent pas naturellement entre eux.

*La Charte du Sport Responsable





Être responsable ensemble, c'est :



Rendre notre sport accessible au plus grand nombre

en favorisant le rapprochement de l'univers des valides et des personnes en situation de handicap ainsi que l'accès géographique et financier aux infrastructures.



Encourager les mixités dans le sport

en luttant contre toutes formes de discriminations liées au genre ou à l'origine sociale.



Promouvoir le sport comme outil de santé et de bien-être

en informant sur les bénéfices du sport pour une bonne hygiène de vie, sur la nécessaire vigilance contre le dopage, sur les précautions à prendre pour que les efforts physiques se fassent en toute sécurité.



Adopter des pratiques éco-responsables

en les appliquant au sein de notre fédération, de ses clubs, et autour de nos événements afin de mieux maîtriser les ressources et les énergies et de faire des choix responsables pour nos matériaux et nos équipements.



Faciliter l'éducation et l'insertion vers le monde professionnel par le sport

en accompagnant les sportifs tout au long de leur scolarité et de leur parcours de formation.



Promouvoir le fairplay et la citoyenneté

en faisant partager aux pratiquants et au publics les valeurs du sport telles que le respect des règles, le civisme, le sens du collectif et la non violence, mais aussi en considérant la pratique sportive comme l'apprentissage de la vie en société.



Appel à projets

VALORISEZ

LES BONNES PRATIQUES
DE VOTRE CLUB SPORTIF



Sport
Responsable

et



www.sport-responsable.com

@GeneraliSport

#SportResponsable