

EQUIPE
ÉGALITÉ
SPORT
DISCIPLINE

**WOMEN
LEADING**
the
Game

**ÉTAT DES LIEUX ET AVENIR DU SPORT FÉMININ :
CONSTATS ET RECOMMANDATIONS**

EMANCI
ATHLÈTE
CARRIÈR
PHYSIO

**UN PROJET MENÉ PAR
ARIFÉ YILDIZ**



Financé et assuré par le Bureau des affaires éducatives et culturelles du Département d'État des États-Unis, le Meridian International Center étant le partenaire de mise en œuvre.

A woman in a white tank top is shown from the side, holding a thick, braided rope. The rope is coiled and extends from the top right towards the bottom left. The background is a solid, light blue color. The woman's hands are gripping the rope, and her arms are visible. The lighting is soft, highlighting the texture of the rope and the woman's skin.

« JE NE SUIS PAS
LA PROCHAINE USAIN BOLT OU
LA NOUVELLE MICHAEL PHELPS.
JE SUIS LA PREMIÈRE
SIMONE BILES. »

SIMONE BILES, GYMNASTE

LE SPORT FÉMININ EN QUESTION(S)

Dans le monde du sport, les femmes ont longtemps lutté pour obtenir reconnaissance et égalité. Malgré des progrès significatifs, de nombreux obstacles subsistent, surtout pour les jeunes filles aspirant à atteindre le haut niveau. Ce livret, issu du projet **Women Leading the Game**, met en lumière quelques-uns de ces défis et propose des **pistes d'actions** pour les surmonter.

Le sport féminin a parcouru un long chemin depuis les premières compétitions officielles. Alors que la première participation officielle des femmes aux Jeux Olympiques date de 1912, il faudra attendre 2007 pour que la Charte olympique rende obligatoire la présence des femmes dans tout sport. Depuis le début du XX^{ème} siècle, des figures emblématiques ont pavé la voie, brisant les barrières et inspirant les générations futures. Pourtant, la route vers l'égalité est encore semée d'embûches : disparités salariales, manque de visibilité médiatique, préjugés persistants, etc. Ces enjeux sont encore plus prononcés chez les jeunes filles, souvent découragées par un manque de modèles et de soutien institutionnel. Le projet **Women Leading the Game** a permis la rencontre d'athlètes de haut niveau, françaises et

américaines, et de jeunes joueuses de la section féminine du club de foot de Lyon la Duchère (U18 et Senior). Cet événement fut l'occasion de partager les expériences, de mettre en lumière quelques-unes des difficultés rencontrées par les femmes dans le sport et de réfléchir à la manière d'insuffler un changement. Les échanges ont également permis de redonner confiance en soi aux jeunes participantes et de souligner la passion qui les anime malgré les difficultés. Ces récits personnels illustrent la résilience et la détermination nécessaires pour exceller dans le sport féminin.

Le sport, en tant que catalyseur de cohésion sociale, d'émancipation et d'éducation, exerce une influence profonde sur l'état d'esprit, le parcours et la vie de celles et ceux qui le pratiquent. Les clubs sportifs ne se limitent pas à l'apprentissage d'une pratique; ce sont des lieux de vie où l'on forge sa connaissance de soi, son développement personnel, sa capacité à relever des défis, à construire en équipe, à surmonter des épreuves et à partager des moments d'émotions variées. Il est ainsi primordial d'assurer aux jeunes filles, pratiquant un sport en amateur ou professionnel, des moyens et des opportunités équitables à celles des garçons pour leur donner aussi la chance de **mener le jeu.**



ÉTAT DES LIEUX ET AVENIR DU SPORT FÉMININ : CONSTATS ET RECOMMANDATIONS

Les sujets abordés dans le cadre de nos échanges :

Écart salarial significatif

Nous avons examiné le fossé abyssal entre les rémunérations des athlètes masculins et féminins, soulignant des différences pouvant atteindre 100 fois plus pour les footballeurs en Division 1. Alors que beaucoup d'athlètes masculins vivent avec des revenus leur permettant un niveau de vie élevé et confortable, cette disparité contraint souvent les sportives à jongler entre leur passion et un emploi secondaire pour subvenir à leurs besoins.

Détection et recrutement

Le manque flagrant d'opportunités de détection pour les jeunes joueuses par rapport à leurs homologues masculins a été discuté. Alors que les recruteurs

assistent fréquemment aux matchs masculins, les occasions de repérer les talents féminins sont beaucoup plus rares, limitant leur accès à des parcours professionnels.

Ressources des clubs

Nous avons abordé le manque de moyens alloués aux clubs féminins, se manifestant par des différences dans l'arbitrage, les infrastructures, les équipements et le soutien logistique. Ces contraintes exacerbent les défis auxquels font face les sections féminines et reflètent une valorisation moindre de leur contribution sportive.

Communication et image publique

L'insuffisance d'investissement dans la promotion des joueuses et de leurs compétitions a été

mise en lumière, notamment le manque de couverture médiatique professionnelle et la sous-exposition des événements féminins, perpétuant la sous-représentation du sport féminin.

Soutien familial et sociétal

Le rôle crucial du soutien familial a également été scruté et mis en évidence les préjugés qui favorisent souvent l'encouragement des garçons au détriment des filles dans le sport. Cette dynamique influence négativement le nombre de jeunes filles poursuivant le sport à un niveau supérieur.

Manque d'événements majeurs

La rareté des grands événements sportifs féminins et leur faible diffusion médiatique contribuent à la visibilité limitée du sport féminin, ce qui renforce la perception d'une moindre importance accordée aux compétitions féminines.

Approches pédagogiques et management

Les récits des parcours sportifs des athlètes rencontrées ont permis de découvrir et de comprendre les impacts négatifs qu'un management

et une approche pédagogique inadaptée pouvaient avoir sur elles, créant ainsi des traumatismes et des freins au développement des athlètes et équipes féminines.

Santé mentale et accompagnement

Le stress et la pression exercée sur les jeunes filles et les athlètes, notamment lors de compétitions peut affecter leur performance et santé mentale. Un manque d'accompagnement des joueuses s'orientant vers une carrière professionnelle peut avoir un impact sur leurs choix et parcours.

Les comportements sexistes très présents dans le monde du sport

Les manifestations fréquentes de comportements sexistes dans le domaine sportif persistent, même lorsque les femmes réussissent, atteignent des positions importantes au sein des clubs et prouvent leurs compétences. Malheureusement, elles font toujours face à une inégalité de traitement persistante, perpétuant ainsi des attitudes discriminatoires.

Ces discussions ont mis en évidence les défis persistants auxquels font face les femmes dans le sport, tout en proposant des pistes pour un avenir plus équitable et inclusif. L'objectif du projet est de continuer à briser les barrières et à promouvoir l'égalité dans toutes les sphères du sport à travers un dialogue engagé.

NOS PISTES D'AMÉLIORATION

- Promotion de la mixité dès le plus jeune âge**
 Encourager l'intégration des filles dans des équipes mixtes pour favoriser une culture sportive inclusive. Cela permet aux filles de s'élever au niveau de leurs pairs masculins tout en déconstruisant les stéréotypes de genre dès l'enfance, soit au début de leur parcours sportif.
- Intégration et individualisation**
 Préconiser l'inclusion de professionnelles au sein du staff technique, spécialement pour la préparation physique des joueuses. Adapter les entraînements aux particularités physiologiques des femmes, telles que les phases du cycle menstruel, pour optimiser leur performance et leur bien-être.
- Égalité dans le sponsoring et la communication**
 Insister sur l'importance pour les clubs sportifs de rechercher activement des sponsors pour les équipes féminines à égalité avec les équipes masculines. Investir de manière équitable dans la promotion des équipes féminines pour renforcer leur visibilité et leur image.
- Soutien au désir de maternité**
 Aborder le sujet de la maternité chez les athlètes professionnelles, en plaidant pour l'établissement de protocoles et de dispositifs d'accompagnement. Ceci permettra de concilier carrière sportive et désir de maternité sans risquer l'infertilité ou des interruptions de carrière préjudiciables.
- Management et communication adaptés**
 Adapter le management et l'approche pédagogique aux spécificités des équipes féminines et des sportives, en favorisant une communication respectueuse et un encadrement attentif aux besoins spécifiques des joueuses. Proposer des formations spécifiques pour l'encadrement d'équipes féminines, avec le soutien des fédérations sportives et du ministère des Sports.



6 Santé mentale

Souligner l'importance et investir dans l'accompagnement mental des athlètes, en particulier celles s'orientant vers une carrière professionnelle. Reconnaître et traiter les impacts du stress et de la pression pour maintenir une performance physique optimale et un bien-être mental.

7 Sessions d'échange régulières en interne

Organiser régulièrement des sessions d'échange entre le staff, les coaches, les préparateurs physiques et psychologiques et les joueuses pour recentrer les objectifs et discuter des stratégies de progression, mais également des sujets sensibles que les sportives souhaitent aborder.

8 Établissement d'un réseau de mentorat

Instaurer des moments d'échange annuels entre sportives de haut niveau et jeunes joueuses pour partager expériences et conseils. Cela renforcerait le soutien au sport féminin dès le plus jeune âge et contribuerait à la construction d'un réseau de mentorat.

9 Initiatives pour la visibilité

Encourager le développement d'événements et d'initiatives visant à augmenter la visibilité du sport féminin. Cela inclut la création de plateformes de communication et la diffusion médiatique (en particulier audiovisuelle) des compétitions féminines pour inspirer et encourager la pratique sportive chez les jeunes filles et au sein des familles.

10 Création de programmes éducatifs sur l'autonomie et la confiance en soi

Développer des programmes éducatifs intégrant des modules sur l'autonomie, la confiance en soi et la gestion du stress spécifiquement adaptés aux jeunes filles pratiquant le sport. Cela renforcera leur résilience face aux obstacles et favorisera le développement de compétences essentielles au-delà du domaine sportif.

11 Investir dans la lutte contre les violences sexistes et sexuelles dans le sport

Garantir la sécurité et l'intégrité physique des joueuses qui peuvent être dissuadées de s'investir dans le sport par peur ou de quitter cette sphère à la d'expériences négatives, voire d'agressions.

WOMEN LEADING THE GAME : ALLER PLUS LOIN

Le projet Women Leading the Game a permis aux joueuses de la section féminine du Club de Lyon La Duchère d'aborder des sujets forts avec des sportives de haut niveau. Ce dialogue a joué un rôle important dans le renforcement de la confiance en soi des jeunes filles impliquées. Cette initiative appelle à une action collective pour faire tomber les barrières dans le sport féminin. Ensemble, nous pouvons construire un avenir sportif où les jeunes filles seront encouragées à viser le sommet, soutenues par une communauté qui reconnaît et célèbre leur potentiel.

« Créée en 2010, la section féminine a les mêmes objectifs que l'école de football, la découverte du football et l'apprentissage des valeurs citoyennes chères à notre club. Des équipes 100% féminine : depuis 2019, nous avons réussi à composer des équipes 100 % féminines dans toutes les catégories, des U7 aux Seniors, ce qui permet aux filles, des plus petites aux plus grandes, d'évoluer dans un cadre idéal pour pratiquer leur passion avec plaisir. Nous avons donc atteint un premier objectif. Notre objectif de demain sera de permettre à nos filles de découvrir le football à 11 et d'amener les plus jeunes jusqu'à notre équipe Seniors afin de créer un véritable esprit de formation 100 % duchérois au sein de notre section féminine. »

APPEL À L'ACTION

Chacune et chacun peut se joindre à nous dans cet effort : votre engagement peut faire une différence significative dans la vie des athlètes féminines d'aujourd'hui et de demain !



INÈS DAHMANI

Responsable de la section féminine du club de football Lyon La Duchère



« Le sport, c'est une langue universelle, une langue qu'on comprend tous. »

ANAÏA HOARD



Championne d'Europe U16 et Vice-Championne du monde U-17 avec l'équipe de France, Anaïa est une basketballeuse

franco-américaine et une artiste, elle a notamment contribué aux NBA Creator Series.

« Le sport, c'est un projet personnel comme l'école, ça doit être ancré en toi. Pour moi, le foot est une famille au sein de laquelle je m'entoure des bonnes personnes, dans le vestiaire comme sur le terrain. »

HÉLÈNE FERCOQ

Hélène est une footballeuse française évoluant au poste de milieu de terrain au club Dijon FCO



« Ne vous fixez aucune barrière, ne vous limitez pas. Si l'on vous dit de ne pas passer par la porte, revenez par la fenêtre. »

LUCIE BLANCAL



Membre du comité directeur du district des Hauts-de-Seine de football et arbitre féminine régionale de la ligue de Paris Ile-de-France de football, Lucie est aussi avocate.

« Notre objectif en tant que joueuse de haut niveau c'est d'augmenter la visibilité pour changer les mentalités. Il faut garder les valeurs du sport amateur et ne pas aller vers un système déroutant. »



GAËTANE THINEY

Footballeuse internationale française, Gaëtane est capitaine de l'équipe du Paris FC

INSPIRANTS

DES ÉCHANGES

« Trouvez-vous des alliés, n'ayez pas peur de dire oui et de poser les questions difficiles. Je n'ai pas réalisé tous mes rêves, mais j'ai pu faire des choses dont je n'avais même pas rêvé. Il y a encore de nombreux endroits où l'on préfère voir un homme plutôt qu'une femme, mais vas-y, entre dans la pièce car tu y as ta place et amène tes coéquipières avec toi ! »



AMY GRIFFIN

Amy est entraîneuse en chef de l'équipe nationale féminine de football des sourds des États-Unis, Directrice Générale et coach de l'OL Reign Academy à Seattle (désormais Seattle Reign FC) et ancienne joueuse de football américain (équipe nationale féminine de football des États-Unis, vainqueur de la Coupe du Monde Féminine de la FIFA 1991).

Un projet dirigé par Arifé Yildiz, Alumni 2022 « Young European Leaders » du programme IVLP (International Visitor Leadership Program) du Département d'État Américain.



« Dans le sport comme dans la vie, je crois sincèrement au fait que les limites sont celles que l'on s'impose – défier ses limites, s'engager avec passion, être en mouvement et innover, c'est ce qui rend possible l'invisageable ! C'est ce que j'ai essayé de transmettre aux joueuses du club à travers ce projet et j'ai hâte de poursuivre ensemble sur cette trajectoire. »

ARIFÉ YILDIZ



International Visitor
Leadership Program
U.S. Department of State

Le financement de ce projet est assuré par le Bureau des affaires éducatives et culturelles du Département d'État des États-Unis, le Meridian International Center étant le partenaire de mise en œuvre.

FÉVRIER 2024

Arifé Yildiz

[in](#) @arifeyildiz

+33(0)6 70 61 61 46