



## RAPPEL

### La FFAAA fête ses 40 ans !

En 1983 était créée la Fédération Française d'Aïkido, Aïkibudo et Affinitaires.

Nous fêtons donc cette année le 40<sup>ème</sup> anniversaire de sa création.

N'oubliez pas d'utiliser le logo spécifique qui a été conçu pour être utilisé cette année sur toutes vos publications ; il suffit de le télécharger en cliquant sur le lien suivant : (<https://aikido.com.fr/wp-content/uploads/2022/12/ffaaa-LOGO-40-ans-v2.png>)

Envoyez-nous des photos de votre club, de vos pratiquant-e-s de cette fameuse année 1983, afin que nous puissions les publier sur notre site et sur nos réseaux sociaux tout au long de cette année 2023.

### Kagami Biraki !

Le premier Kagami Biraki organisé par la FFAAA depuis sa création aura lieu le 25 février 2023 de 17h à 20h à l'Institut du Judo (Porte de Châtillon, Paris 14<sup>ème</sup>).

Cette cérémonie est publique : n'hésitez pas à venir assister à cette manifestation.

Le comité directeur



## Certificat médical

La législation concernant le certificat médical a considérablement évolué au cours des dernières années. Notre fédération a dû s'adapter et modifier sa réglementation interne, ce qui cause parfois des confusions pour les clubs et les pratiquant-e-s.

Voici quelques éléments de clarification, pour que chacun-e puisse s'y retrouver.

### Pour les adultes :

- en dehors des passages de grade :
  - un certificat médical est demandé lors de la première prise de licence, puis tous les trois ans ;
  - lors des années intermédiaires, le/la pratiquant-e doit remplir un questionnaire de santé standard (Cerfa 15699\*1), pour lequel s'il est répondu OUI à une seule des questions le/la pratiquant-e doit alors consulter son médecin pour obtenir un certificat ;
  - le questionnaire de santé ne doit pas être remis au club, car les réponses sont confidentielles : le pratiquant s'engage à avoir rempli ce questionnaire, et le club fait confiance ;
  - le club n'est pas fondé à demander un certificat annuel, même si cela lui facilite sa gestion, car cela entraîne des frais pour le/la pratiquant-e (ou pour l'assurance maladie).
- Lors des passages de grade ou de diplôme d'enseignement, un certificat mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique en compétition est demandé ; les délais entre le certificat médical et l'épreuve sont précisés dans les textes règlementaires pour chaque épreuve.

### Pour les mineur-e-s :

Il n'y a plus de certificat systématique : que ce soit pour l'obtention de la première licence, son renouvellement, ou pour l'inscription à un passage de grade, le/la mineur-e doit répondre à un questionnaire de santé (avec l'aide de ses parents si besoin). Ce questionnaire est différent de celui des adultes. Comme pour les adultes, en cas de réponse positive, il lui faudra consulter son médecin et fournir un certificat médical.

Toutes ces informations sont reprises dans le document téléchargeable sur le site fédéral [https://aikido.com.fr/wp-content/uploads/2022/07/Note-dinfo\\_certif\\_med-du-25-07-2022.pdf](https://aikido.com.fr/wp-content/uploads/2022/07/Note-dinfo_certif_med-du-25-07-2022.pdf).

La Commission médicale  
Docteur Florence Galtier

## La démarche sport santé dans le cadre de la FFAAA

Lors de la saison 2021-2022, la FFAAA s'est engagée dans une démarche visant à développer la pratique du *sport santé*.

Le terme *sport santé* crée une confusion préjudiciable, et on peut rappeler que :

- L'aïkido n'est pas un sport ;
- La pratique de l'aïkido comporte en elle-même une amélioration de la santé, qu'elle soit mentale ou physique.

### Pourquoi alors parler de *sport santé* ?

Nous n'avons pas le choix : cette expression s'est progressivement imposée au cours de l'évolution de la problématique "Promouvoir la santé et le bien-être par l'activité physique et sportive". L'usage de l'expression *Sport Santé* s'est intensifié dans différents dispositifs : Stratégie Nationale Sport Santé 2019-2024, Maisons *Sport Santé*, Médicosport Santé (CNOSF).

Les fédérations sportives ont leur rôle à jouer dans cette stratégie visant à permettre à des personnes sédentaires de pratiquer une activité physique dans des conditions de sécurité optimales. Cela peut également concerner des personnes qui se verraient dans l'obligation d'arrêter la pratique, et qui peuvent ainsi la poursuivre.

Cette démarche s'adresse donc à un public qui n'est pour l'instant pas dans nos dojos pour des raisons de sédentarité ou de santé.

### Pourquoi une démarche fédérale ? Tout le monde peut faire du sport santé de son côté s'il le souhaite !

Bien évidemment, rien n'empêche un-e enseignant-e de proposer à ses élèves une pratique considérée comme *santé* en dehors de ce cadre, cela est parfaitement possible.

Cependant, pour que la FFAAA puisse identifier les clubs et les enseignant-es qui s'engagent et proposent cette démarche, la Fédération doit s'assurer que cette pratique *sport santé* répond à un cahier des charges minimal, visant à respecter le cadre réglementaire et assurer aux pratiquant-e-s de pouvoir pratiquer en toute sécurité. La Fédération pourra ensuite référencer les clubs proposant une activité *sport santé* sur le site fédéral.

Cela suppose des contraintes pour les clubs, les enseignant-e-s et les pratiquant-e-s, mais permet aussi des avantages.

Contraintes :

- Pour les enseignant-e-s : se former à la pratique *sport santé* (des formations sont proposées par divers organismes) ;
- Pour les clubs : organiser des cours dédiés, sur des créneaux horaires spécifiques, pour ce public plus fragile ;
- Pour les pratiquant-e-s : pas de possibilité d'aller dans un autre cours, donc aucun échange possible (pas d'interclubs, de stage, ni naturellement de passage de grade)



Avantage :

- Pour la santé publique : permettre à un public sédentaire de venir ou de revenir à une activité physique ;
- Pour les clubs et les enseignant-e-s : référencement sur le site fédéral en tant que clubs proposant cette activité ;
- Pour les pratiquant-e-s : sécurisation, et paiement d'une licence à prix réduit puisque accès limité à l'offre fédérale.

### Sport santé, sport bien être, sport sur ordonnance, quelles différences ?

- *Sport santé* est une expression générale qui recouvre deux volets : le sport santé "bien-être" et le sport "sur ordonnance" ;
  - Sport santé bien-être : concerne des personnes n'ayant pas de limite physique importante ; il s'agit avant tout d'un public déconditionné de l'activité physique, ou d'un public ayant une contre-indication médicale à la pratique de la discipline, mais sans limite physique importante ;
  - Sport sur ordonnance : concerne des personnes souffrant d'une maladie chronique, et faisant l'objet d'une prescription spécifique d'une **activité physique adaptée (APA)**, sur mesure, avec un encadrement strict et un retour d'information vers le médecin prescripteur ;
- Dans un premier temps, la démarche fédérale ne concerne que le volet "sport santé bien-être", plus facile à mettre en place et plus adapté aux clubs.

### Au plan technique, que peut contenir le *sport santé* pour notre fédération ?

La pratique *sport santé* peut s'inspirer de toutes les disciplines de notre fédération : aikido, aikibudo, kinomichi, Wanomichi, Takemusu Aïki.

Elle devra respecter certaines règles pour s'adapter aux situations particulières et aux limites physiques. Les exercices pratiqués dans le cadre du *sport santé* doivent s'attacher à développer les capacités d'équilibre, coordination, souplesse, et permettre un renforcement musculaire.

Le *sport santé* n'est pas une discipline en soi, et il n'est pas question de changer nos disciplines. Les pratiquant-e-s du *sport santé* ne feront donc pas de l'aïkido (ou de l'aïkibudo, du kinomichi, du Wanomichi, Takemusu Aïki), mais un ensemble d'exercices inspirés de nos disciplines, et ce grâce au savoir-faire des enseignant-e-s que cette démarche intéresse, de façon à retrouver (ou éviter de perdre) des capacités physiques.

### En pratique, quelle est l'organisation fédérale proposée ?

Une licence *sport santé*, à tarif réduit, permettant de pratiquer uniquement avec l'enseignant-e dédié-e ;

- Un certificat médical adapté ;
- Une charte détaillant le cahier des charges de l'enseignant-e et du club ;
- Un stage de formation :
  - Ce stage ne se substitue pas aux formations proposées par les ARS, les CROS ou d'autres organismes ;
  - Il permet une initiation à la démarche et un recensement sur le site fédéral, mais pas une labellisation par l'ARS ;
- Un circuit de demande : charte complétée et attestation de formation devront être adressées au Président de Ligue, qui les transmettra à la Fédération ;
- Un affichage sur le site internet fédéral.

Notre objectif est que cette organisation soit opérationnelle pour la rentrée 2023-2024.