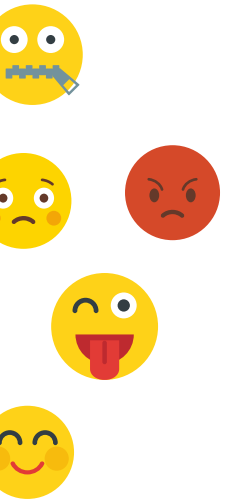
## Mesurer votre ressenti sur une situation

**Le Réglo'Sport** permet à chacun de prendre conscience de ses besoins et des situations de malaise ou de danger.



Créé par le Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF)

| | | |
|---|---|---|
| Amuse-toi ! | Je me sens encouragé·e dans mes efforts | 1 |
| | Les règles sportives, les personnes et l'environnement sont respectés | 2 |
| | Je me sens libre de demander des explications sur une parole, un geste, une consigne | 3 |
| | Je me sens libre de demander les adaptations dont j'ai besoin pour ma pratique | 4 |
| | Mon corps m'appartient, mon accord est demandé lors d'un geste technique ou un contact répété sur mon corps. | 5 |
| | Je me sens à l'aise quand je me change, ou qu'on m'aide. Mon intimité est respectée. | 6 |
| | Je peux vivre sans crainte mon identité ou mon orientation sexuelle | 7 |
| Je ressens du bien-être, de la confiance et du respect quand... | | |
| Non tu n'es pas seul·e, tu peux en parler | Je ressens des attitudes (paroles, gestes, regards) dévalorisantes ou trop flatteuses, sur mon corps, ou mes vêtements | 8 |
| | Je dois me mettre en sous-vêtements à la vue des autres (vestiaire, massage, pesée, transport, douche en plein air...) | 9 |
| | L'encadrement entre dans les vestiaires sans attendre mon autorisation | 10 |
| | On m'aide dans des gestes de la vie quotidienne (habillement, toilettes ...) sans que j'en aie exprimé le besoin ou l'envie | 11 |
| | Je ressens une pression de plus en plus lourde par les réseaux sociaux (entraîneurs, coéquipiers, followers, sponsors, chantage à la sélection...) | 12 |
| | On me demande de rester à la fin de l'entraînement alors qu'il n'y a plus personne. Cette situation m'angoisse | 13 |
| Je ressens gêne et malaise quand... | | |
| Non, tu n'es pas responsable mais tu es en danger, des professionnel·le·s peuvent t'aider | Je me sens seul·e, isolé·e et harcelé·e ; j'ai peur, alors que j'aime mon sport | 14 |
| | Je subis des violences sur les réseaux sociaux (messages haineux ou sexuels...) | 15 |
| | On diffuse des photos de parties de mon corps, en sous-vêtements ou nues | 16 |
| | On me prive d'un matériel adapté, d'un traitement médical autorisé, ou de boire ou de manger | 17 |
| | Mes parties intimes sont touchées, caressées, embrassées (bouche, cuisse, fesses, poitrine, sexe) | 18 |
| | On me demande de toucher, caresser ou embrasser les parties intimes d'une autre personne ; je subis un rapport sexuel | 19 |
| | On me fait du chantage pour que je garde le secret | 20 |
| Je me sens très mal et j'ai peur quand... | | |

## Vous avez des doutes ou êtes concernés par des violences dans le sport ?

Cela peut être des violences physiques, sexuelles, psychologiques, du harcèlement, des propos ou gestes déplacés, ou des situations de Réglo'Sport.

**Ce guide vous informe sur les principales aides possibles.**

**Votre parole est importante.**

Parler permet de ne pas rester seul, d'être soutenu et de trouver des solutions adaptées à votre situation.



**Signalez une situation de violence dans le sport à** signal-sports@sports.gouv.fr ou à votre SDJES*.

**Des questions ?**
Trouvez les réponses sur notre centre de ressources www.association-cvm.org

CVM - JUILLET 2026

Contre les Violences sur Mineurs

Soutenu par MINISTÈRE DES SPORTS, DE LA JEUNESSE ET DE LA VIE ASSOCIATIVE
Liberté
Égalité
Fraternité



# Violences dans le sport

## DES PROFESSIONNELS PEUVENT VOUS AIDER

1



## Contacter des professionnels pour vous aider

**Les numéros utiles**

Le **119** (allo119.gouv.fr) en cas de doutes sur une situation de danger ou en risque de danger.

Le **3018** (3018.fr et 3018 APP) en cas de cyberviolences et harcèlement en ligne.

Le **114** par SMS pour les personnes atteintes de surdité, aphasie, dysphasie.

**Les policiers ou les gendarmes**

Ils recueillent les plaintes des victimes et les signalements judiciaires des témoins. Une enquête pénale peut être ouverte pour recueillir les éléments permettant d'établir les faits, d'identifier les auteurs et d'aider la justice à prendre une décision.

**La cellule Signal-sports et le SDJES***

Ils reçoivent les alertes concernant le milieu sportif. Une enquête administrative peut être ouverte pour protéger rapidement les pratiquants, en complément de l'enquête pénale.

**Les associations d'aide aux victimes**

Elles accompagnent les victimes dans leurs démarches, les informent sur leurs droits et peuvent les orienter vers les bons interlocuteurs.

**Les professionnels de la santé et les travailleurs sociaux**

Médecin, psychologue, infirmière, assistante sociale, éducateur ou autre professionnel de confiance : ils peuvent écouter, accompagner, soigner et orienter.

**En cas de violences, vous avez le droit d'être aidé, accompagné et protégé.**

2



## Saisir la cellule Signal-sports et le SDJES*

La cellule Signal-sports est la plateforme nationale pour signaler des violences dans le sport.
Elle confie l'enquête administrative au SDJES* du territoire concerné.

Les agents du SDJES* mènent une enquête administrative indépendante et s'assurent du comportement adapté des encadrants sportifs en contact avec les pratiquants sportifs mineurs ou majeurs.

**Quelles actions ?**

Les agents du SDJES* peuvent :

- vous écouter et recueillir votre alerte ;
- se rendre dans le club pour en connaître l'ambiance et les pratiques ;
- contacter les personnes concernées et rechercher d'autres victimes potentielles.

**Quelles décisions ?**

Les agents du SDJES* peuvent prendre des mesures pour protéger les pratiquants et écarter le mis en cause des structures sportives :

- en urgence, sans attendre l'issue de l'enquête administrative et de l'enquête pénale,
- en fin d'enquête administrative.

*Service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (SDJES)

3



## Être entendu par le SDJES*

**Enfants, adolescents, adultes : chacun a le droit de s'exprimer dans une procédure qui le concerne.**

Pour être entendu par les agents du SDJES* durant l'enquête administrative, vous pouvez :

- demander à être reçu dans leurs locaux ;
- exprimer vos besoins personnels pour que l'audition se déroule dans de bonnes conditions ;
- être assisté par une personne de votre choix ;
- apporter tout document écrit, enregistrement audio, capture d'écran (téléphone, jeux vidéos...) que vous souhaitez ;
- parler à votre rythme, demander des pauses ;
- demander des informations sur les dispositifs d'aide aux victimes.

**Pour contacter la cellule Signal-sports :**
signal-sports@sports.gouv.fr

Pour contacter votre SDJES* :