

Emmaüs Solidarité

EN ACTIONS



Tous les mois : des infos sur la solidarité. En actions.

SUR LE TERRAIN

Dans la Grande Course du Grand Paris



Véronique Petit et Virginie Lang, de l'équipe d'Emmaüs Solidarité à la Grande Course du Grand Paris, dimanche 30 mars 2025

La Grande Course du Grand Paris célèbre chaque année le dynamisme de la métropole parisienne. Cette fois encore, coureuses et coureurs d'Emmaüs Solidarité ont pris le départ pour rappeler que la ville appartient à toutes et tous.

L'équipe d'Emmaüs Solidarité a réuni cette année une cinquantaine de personnes, mêlant salarié·es et personnes accompagnée·es pour parcourir ensemble les 5 ou 10 kilomètres de l'épreuve. Une course où se croisent des parcours de vie et des engagements communs.

Toute l'année des activités sportives sont régulièrement proposées dans les structures de l'association. Mais cette course a été l'occasion pour certains de relever un défi personnel. *« Ce que je trouve remarquable dans cet événement, c'est de voir comment le sport permet à chacun et à chacune de se réappropriier la ville et de créer du lien social. Quand on court ensemble, les barrières sociales s'effacent, et c'est ça, la vraie inclusion »*, souligne Romain, coordinateur de la mission Sport d'Emmaüs Solidarité.

Ce moment de partage et de visibilité rappelle que la solidarité se joue aussi dans l'espace public, au cœur de la ville. Un pied devant l'autre, pour avancer ensemble vers un avenir plus inclusif.

AVEC LES ÉQUIPES

Une formation pour l'accueil des personnes exilées dans les fédérations sportives



© Florian Uguen pour Terrain d'Avenir

Les clubs sportifs sont bien plus que de simples lieux d'entraînement : ils structurent la vie collective et favorisent l'intégration. Pourtant, pour de nombreuses personnes exilées, y accéder reste un défi. Barrières administratives, manque d'information, sentiment de illégitimité : autant d'obstacles qui maintiennent ces personnes en marge d'un espace pourtant essentiel à la reconstruction sociale et personnelle.

Face à ce constat, Emmaüs Solidarité s'est engagée aux côtés d'acteurs du monde sportif tels que Futbol Mas, Kabubu, la Fondation pour le Sport Inclusif PLAY International, dans le programme Terrains d'Avenir, qui depuis trois ans œuvre pour faire du sport un levier concret d'inclusion.

La pratique sportive est un vecteur puissant d'émancipation et de stabilité, notamment pour les personnes exilées, confrontées à la précarité et à l'isolement. Intégrer un club, retrouver des repères et être reconnu dans un collectif permet de recréer et de se réapproprier l'espace social. Mais les dispositifs sont insuffisants, parfois inadaptés, rendant l'accès au sport inégalitaire.

Pour répondre à ces enjeux, Terrains d'Avenir a développé une formation destinée aux éducateurs, bénévoles et responsables de clubs. Son objectif : donner aux structures sportives les moyens de devenir de véritables espaces d'inclusion.

Elle s'articule autour de plusieurs modules, visant à comprendre les parcours migratoires pour mieux appréhender les réalités vécues. Il s'agit d'identifier les freins et les leviers d'inclusion, d'adapter l'encadrement et les pratiques et de construire un projet d'accueil concret, adapté aux besoins de chaque club.

Engagée dans la lutte contre toutes les exclusions, Emmaüs Solidarité élargi son champ d'action avec Terrains d'Avenir rendant possible l'accès à des espaces de sociabilité et d'épanouissement, par le sport.

Les clubs sportifs ont un rôle clé : ils peuvent être des lieux ressources ou, au contraire, des espaces d'émancipation et de justice sociale. L'enjeu est donc de taille : faire du sport un droit pour toutes et tous, et non un privilège.

Vous êtes éducateur, responsable de club ou bénévole et souhaitez contribuer à un sport plus accessible et solidaire ? Rejoignez la formation Terrains d'Avenir et participez activement à cette transformation.

PORTRAIT

Faila, le sport comme reconquête de soi



Faila, au centre d'hébergement d'urgence de Saint-Maur-des-Fossés © Romain Champalaune

En 2021, Faila arrive en France, enceinte, avec l'espoir de reconstruire une vie auprès de celui qu'elle a aimé des années plus tôt au Cameroun. Mais ce qu'elle découvre à son arrivée la plonge dans une solitude brutale : il est absent, déjà marié. Isolée, sans solution, elle s'en remet d'abord à quelques proches, mais avec la naissance du bébé, l'accueillir devient impossible. Elle sollicite alors une assistante sociale et intègre un centre d'hébergement d'Emmaüs Solidarité à Saint-Maur-des-Fossés, avec son enfant alors âgé de huit mois.

Durant cette période d'incertitude, entre démarches administratives complexes et nuits hachées, la mission Sport de l'association lui propose de participer à un cycle de natation, dans le cadre d'un programme d'inclusion sportive en partenariat avec la Ville de Paris. Faila hésite. Apprendre à nager, elle en rêve depuis longtemps mais un souvenir d'enfance l'en empêche : à 10 ans, elle a failli se noyer dans une rivière.

« Je voulais dépasser cette peur. Pour moi, mais aussi pour mon fils. Je voulais pouvoir l'accompagner à la piscine, qu'il n'hérite pas de cette angoisse. » La première séance est un choc. L'eau arrive à peine aux genoux, mais déjà, son corps se fige. Le maître-nageur l'écoute, l'encourage, l'accompagne... Et Romain, coordinateur de la mission Sport l'invite à suivre plus de séances. Une attention sur-mesure qui fera toute la différence.

Progressivement, Faila entre dans l'eau. Plonge. Mais l'essentiel est ailleurs : dans la reconquête de ses sensations, de son souffle, de sa capacité à agir. L'eau, longtemps vécue comme un lieu de dissolution de soi, devient espace de reprise de pouvoir.

Dans un parcours d'exil et de précarité, marqué par des humiliations, la dépendance et l'attente, le sport agit comme un levier de transformation. Il offre un cadre, un rythme, des objectifs. Il redonne une place au corps, souvent nié, usé, ou réduit à sa fonction sociale. Pour les femmes en particulier, il ouvre un espace rare : celui de l'expérimentation, du dépassement, du soin de soi.

« Pendant longtemps, j'étais dans la survie. Ce cycle m'a permis de penser à autre chose. De me sentir capable. »

Aujourd'hui, Faila vit en logement social, a validé une formation pour devenir instructrice. Elle travaille loin de chez elle, dans des conditions exigeantes, mais garde le cap. Et parfois, elle retourne nager.

UN CHIFFRE À RETENIR

3 043

C'est le nombre de participations aux programmes sportifs proposés par Emmaüs Solidarité en 2023.

Source : Rapport activités 2023

RENDEZ-VOUS

PROGRAMME DE L'ÉVÉNEMENT

CRÉER LE LIEN, PARTAGER NOS ÉMOTIONS
le 19^{ème} en action !

10h - 11h
Accueil et présentation de la journée

10h30 - 12h
Atelier Qi Gong en plein air
Groupes de parole : « Comment prenez-vous soin de vous ? » animé par Psy Normandes

10h30 - 12h30
Ateliers forces de caractère chez les enfants et les adolescents, animés par le CRIPS

10h30 - 11h30 & 11h30 - 12h
2 créneaux de cours de yoga dédiés aux femmes

10h - 13h
Atelier d'art thérapie animé par l'EPOC

PAUSE DÉJEUNER

13h - 14h
Atelier Qi Gong en plein air
2 ateliers (enfants / adultes) sur la gestion du stress et des émotions, animés par Psy Normandes

14h - 17h
Ciné débat intergénérationnel autour du film Flow sur la gestion des émotions et de la résilience, animé par Espace Résilience

Présence de stands tenus par des professionnels de la santé mentale, l'UNAFAM, le Conseil Local de Santé Mentale.

La Maison des réfugiés **23.04.25**
10bis rue Henri Ribière - 75019 Paris **10h-17h**

PARIS

En avril 2025, la santé mentale devient grande cause parisienne

En écho à la Grande cause nationale, la Ville de Paris fait de la santé mentale une priorité. Objectif : lever les tabous, déconstruire les idées reçues et rappeler que les troubles psychiques concernent un Parisien sur cinq, sans distinction d'âge ni de milieu social. Une mobilisation collective pour repenser notre regard sur ces troubles encore trop souvent invisibilisés.

Rendez-vous le 23.04.25 à La Maison des réfugié·es au 10bis rue Henri Ribière - 75019.

AVEC NOUS

Nous rejoindre

Chef.fe de service

Travailleur.se social.e

Psychologue

[VOIR PLUS DE MISSIONS](#)

Adhérer à l'association

Être adhérent.e, c'est être au cœur de notre projet associatif.

[EN SAVOIR PLUS](#)

