

Checklist – Environnement d’entraînement sûr

Version 1.0 – févr. 2026

(À destination des entraîneurs – applicable à tous les sports au Luxembourg)

Cette checklist est un outil pratique pour aider les entraîneurs à vérifier que l’environnement d’entraînement est sûr, respectueux et conforme aux principes de safeguarding.

Elle peut être utilisée régulièrement (début de saison, avant un stage, lors de déplacements, ou en auto-évaluation).

1. Cadre général et climat

- Les règles de comportement sont claires, connues et expliquées aux athlètes / sportifs.
- Le climat d’entraînement est respectueux, inclusif et non discriminatoire.
- Les remarques, corrections et consignes sont formulées de manière constructive.
- La performance ne prime pas sur la sécurité, la santé ou la dignité des athlètes / sportifs.

2. Rôles, responsabilités et vigilance

- Votre rôle et vos responsabilités en tant qu’entraîneur sont clairement définis.
- Vous êtes conscient de votre position d’autorité et de l’impact de votre comportement.
- Vous restez attentif aux signaux de malaise, de stress ou d’isolement chez les athlètes / sportifs.
- Vous savez à qui vous adresser en cas de situation préoccupante (réfèrent safeguarding, l’ALIS, ou une personne de confiance).

3. Encadrement et supervision

- Les séances sont correctement encadrées et supervisées.
- Les situations isolées (tête-à-tête) sont évitées ou justifiées et transparentes.

- Les règles sont claires concernant l'accès aux vestiaires, douches et espaces privés.
- Un encadrement adapté est prévu pour les mineurs et les personnes vulnérables (personnes en situation de handicap, issues de minorités ethniques, membres de la communauté LGBTQI+ ou autres personnes particulièrement vulnérables).

4. Contacts physiques et limites

- Les contacts physiques sont nécessaires, expliqués et adaptés à la pratique sportive.
- Le consentement des athlètes / sportifs est respecté à tout moment.
- Vous restez attentif au ressenti et au langage corporel des athlètes / sportifs.
- Aucun contact intrusif, ambigu ou inapproprié n'a lieu.

5. Communication et comportement numérique

- La communication est professionnelle, respectueuse et liée à l'activité sportive.
- Les outils numériques (groupes, plateformes, e-mails) sont utilisés de manière appropriée.
- Aucun message privé inapproprié, tardif ou intrusif n'est envoyé.
- Les règles d'utilisation des réseaux sociaux sont claires.

6. Déplacements, stages et compétitions

- Les règles d'encadrement et de supervision sont connues avant le déplacement.
- Les conditions d'hébergement sont sûres et adaptées.
- Les athlètes / sportifs savent à qui s'adresser en cas de problème.
- Un référent safeguarding ou point de contact (POC) est identifié.

7. Images, données et vie privée

- L'utilisation des photos et vidéos respecte la dignité et la vie privée.
- Les autorisations nécessaires ont été obtenues.
- Aucune image gênante ou inappropriée n'est diffusée.

8. Signalement et réaction

- Vous prenez au sérieux toute inquiétude exprimée par un athlète / sportifs.
- Vous savez comment réagir de manière appropriée et proportionnée.
- Les situations préoccupantes peuvent être signalées au référent local de safeguarding, à une personne de confiance, ou à l'ALIS via la page de signalement.
- Vous respectez la confidentialité, dans l'intérêt de la protection des personnes.

9. Auto-évaluation

- Votre comportement est cohérent avec les valeurs de respect, de sécurité et d'intégrité.
- Vous vous sentez à l'aise pour demander conseil ou de l'aide si nécessaire.
- Vous contribuez activement à une culture de safeguarding au sein de votre club.

Un environnement d'entraînement sûr repose sur la vigilance, la cohérence et la responsabilité de chacun.

(Checklist adaptée au contexte luxembourgeois et alignée avec les standards internationaux de safeguarding, notamment les principes du Comité International Olympique.)