

GUIDE DU HANDBALL ÉCO-RESPONSABLE



FFHANDBALL



Aujourd'hui, plus que jamais, le développement durable concerne tous les acteurs de notre société. Le monde du sport a un rôle majeur dans la préservation de l'environnement.

Fidèle à son engagement sociétal, la FFHandball porte l'ambition forte de sensibiliser nos 500 000 licenciés et impliquer toute la famille Handball dans la lutte contre le dérèglement climatique. Cette volonté s'inscrit dans le cadre de la politique globale de Responsabilité sociétale de l'entreprise (RSE).

Depuis de nombreuses années déjà, nous multiplions les actions sociales dans les domaines de la jeunesse, du handicap, de la lutte contre toutes les formes de violences, pour que le handball soit le reflet des évolutions de notre société. Dans l'optique de renforcer ces actions, la fondation Hand'Solidaire, créée en avril dernier, est plus que jamais mobilisée. Elle a notamment porté le Hackathon, qui a permis de réunir des licenciés issus de différents clubs qui ont orienté leur réflexion vers des actions écoresponsables concrètes, applicables au quotidien comme vous pourrez en découvrir dans ce guide. Certains penseront sans doute que ces petits gestes n'ont que peu d'impact mais l'essence même de notre sport est le collectif, et ensemble, nous pouvons obtenir un résultat significatif.

Ce présent guide a pour vocation de permettre aux territoires, aux clubs, aux licenciés, aux bénévoles et aux entraîneurs, en résumé à toute la famille du handball, de s'approprier des actions simples permettant d'adapter les comportements aux enjeux liés à l'écoresponsabilité. Du moyen de transport pour se rendre à l'entraînement à la bonne attitude à adopter dans les vestiaires ou dans le gymnase, ce guide couvre toutes les dimensions de la vie des clubs. En tant que lieu de vie et d'éducation, chacun des 2 400 clubs en métropole et dans les territoires ultra-marins doit contribuer à enseigner dès le plus jeune âge les bons gestes qui, par la suite, deviendront des habitudes.

La transmission doit être le maître mot de notre action. Transmettre les bons gestes, transmettre les bonnes habitudes et surtout transmettre cette conscience sociale et écologique.



Philippe Bana,
Président de la Fédération
Française de Handball.



CONTEXTE ET OBJECTIFS



Il y a 10 000 ans, s'est achevée la dernière glaciation. Durant ce laps de temps, les températures se sont plus ou moins stabilisées, permettant à l'homme d'évoluer dans des conditions climatiques favorables, c'est l'ère de l'holocène.

Autour des années 1850, commence la révolution industrielle, une période qui marque le début d'une augmentation anormale de la hausse des températures et nous fait entrer dans l'anthropocène (l'âge de l'homme). Cette hausse soudaine confirme les nombreuses conclusions des études menées par le corps scientifique : nos modes de vie sont bien à l'origine de ce bouleversement.

AUJOURD'HUI, AVEC UNE HAUSSE DE SEULEMENT 1,1°C PAR RAPPORT À 1850, LES IMPACTS SONT DÉJÀ BIEN VISIBLES :

- 1** Chute du vivant et de la biodiversité, dont l'homme fait partie et est interdépendant, avec une disparition de 68% des vertébrés (poissons, oiseaux, mammifères, amphibiens et reptiles) en moins de 50 ans ;
- 2** Acidification des océans, empêchant le plancton de se développer, pouvant entraîner une diminution de la quantité d'oxygène de l'air que nous respirons. Rappelons qu'un tiers du CO2 est absorbé par les océans ;
- 3** Des sécheresses et des épisodes caniculaires plus nombreux et plus longs, entraînant de plus gros risques de feux de forêt, de pénuries d'eau potable ou encore une baisse des rendements agricoles ;
- 4** Des risques d'inondations plus élevés et des tempêtes plus fréquentes et plus violentes ; Etc.



LE RAPPORT DU WWF



Face à cette situation, le monde du sport n'est pas en reste et la pratique d'activités physiques va devoir s'adapter, comme le révèle le rapport du WWF intitulé "L'impact du dérèglement climatique sur le sport" (2021). Au-delà de 32°, exercer du sport peut représenter un véritable risque pour la santé : déshydratation, problèmes cardiovasculaires, augmentation de l'inhalation de particules toxiques...

LE HANDBALL DEVRA AUSSI ADAPTER SES PRATIQUES AUX CONSÉQUENCES DU DÉRÈGLEMENT CLIMATIQUE :

- 1** Coût élevé de la gestion des équipements et de l'énergie (climatisation, chauffage)
- 2** Confort thermique amoindri (sur 60 344 salles de pratiques sportives collectives, 50% ont été construites avant 1987)
- 3** Travaux de rénovation thermique et énergétique conséquents
- 4** Accessibilité des gymnases restreinte (moins de créneaux, restrictions d'eau, etc.)

Convaincue de la nécessité d'agir au plus vite, que le sport et le handball ont un rôle majeur à jouer auprès de ses parties prenantes, et que chacun doit faire sa part pour avancer plus vite vers un monde plus responsable, la Fédération française de handball souhaite accompagner les clubs et ses licenciés dans leur transition écologique, à travers ce guide du handball éco-responsable.

Les clubs sont des lieux privilégiés d'éducation. A cet égard, nous souhaitons que, dès le plus jeune âge, tous les licenciés soient formés et sensibilisés aux bonnes pratiques et bons gestes pour la planète. Ces "éco-gestes" plus ou moins simples à mettre en place ont vocation à devenir instinctifs et à être reproduits à la maison, au quotidien. Leur addition doit nous permettre de remporter ce nouveau grand match, un peu différent de ceux que nous avons l'habitude de jouer, mais qui demande les mêmes ingrédients : une bonne stratégie et un travail d'équipe !

Fédération, ligues, comités, clubs, dirigeants, bénévoles, éducateurs, parents, joueurs : ensemble, nous avons tous un rôle à jouer et un impact sur la planète à minimiser.



COMMENT METTRE EN PLACE UNE POLITIQUE ENVIRONNEMENTALE ?

1

FAIRE UN AUDIT OU UN ÉTAT DES LIEUX

2

CRÉER UN "CONSEIL RSE" OU UN "CONSEIL DÉVELOPPEMENT DURABLE"

3

DÉFINIR UNE FEUILLE DE ROUTE DES ACTIONS À MENER ET LES PLANIFIER

4

IMPLIQUER TOUTES LES PARTIES PRENANTES DE VOTRE CLUB

5

FAIRE UN SUIVI RÉGULIER

POUR VENIR PRATIQUER

Le secteur des transports représente la première source d'émissions de gaz à effet de serre en France en raison de sa forte dépendance aux énergies fossiles. La moitié de ces émissions est due à la voiture individuelle. La mobilité des pratiquant(e)s, bénévoles et supporter(rice)s est donc un enjeu majeur. Pour réduire ces émissions de CO2, d'autres modes de transport peuvent être privilégiés.

1

FAVORISER LES MOBILITÉS DOUCES

Pour les trajets courts et urbains, favorisons la marche, le vélo ou la trottinette. Avec un coût environnemental quasiment neutre, un coût financier largement à la baisse et des bénéfices importants pour la santé, c'est le mode de transport idéal pour se rendre au gymnase !



80 %

DE L'IMPACT CARBONE
DES ÉVÉNEMENTS
SPORTIFS SONT DÛS
AUX TRANSPORTS

2

FAVORISER LE COVOITURAGE

Dans certaines régions, le covoiturage est déjà bien développé pour se déplacer sur les matchs ou les entraînements, d'abord pour des considérations économiques. Le covoiturage a aussi un fort intérêt écologique puisqu'il permet de réduire par deux, trois ou quatre le nombre de voitures en circulation.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Installer des places de stationnement pour les vélos et les trottinettes aux abords des gymnases, en collaboration avec les collectivités

2

Identifier les parcours cyclables et piétons aux gymnases

3

Organiser collectivement ces parcours et la venue de vos pratiquants et bénévoles

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Récompenser les covoitureurs par des réductions, des avantages ou certains privilèges

2

Organiser une rotation équitable entre les parents ou les licenciés

3

Mettre en place une plateforme de covoiturage pour faciliter les mises en relation

INDICATEURS
D'ÉVALUATION



1- RECENSEMENT DES HABITUDES DE MOBILITÉ
2- MESURE DE L'IMPACT CARBONE

3

FAVORISER LES TRANSPORTS EN COMMUN

Dans les villes où ils sont suffisamment développés et où les équipements sportifs sont bien desservis, les transports en commun peuvent être de solides alternatives pour les licenciés du club.

Métro, tramway, bus, navettes : l'alliance du bas coût et du bas carbone !

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 Discuter avec les collectivités pour trouver des solutions dédiées ou adaptées au club : arrêts, horaires, etc.
- 2 Négocier un tarif préférentiel pour les licenciés du club
- 3 Distribuer aux licenciés les plans et horaires du réseau local de transports en commun

EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

“Sur une idée de la Commission Jeunesse, nous valorisons le covoiturage avec des récompenses à la clé sur l'ensemble de la saison, et nous incitons à l'utilisation des bus de la ville pour les entraînements.”

Initiative du Léhon Dinan'Com Handball (Ligue Bretagne)



4

ÉQUIPER LE CLUB DE VÉHICULES PLUS PROPRES

En se dotant de minibus électriques, les clubs peuvent poursuivre le travail de décarbonation de leurs déplacements. Du véhicule mutualisé pour les plus petits budgets, au véhicule dédié pour les plus gros, chaque club peut tenter d'agir pour réduire la facture énergétique et environnementale.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 Démarrer avec un minibus ou un bus mutualisé avec d'autres clubs
- 2 Collaborer avec les collectivités pour la location ou l'achat d'un véhicule dédié
- 3 Équiper vos locaux de bornes de recharge pour véhicules électriques

ORDRE DE GRANDEUR DE L'IMPACT CARBONE DE CHAQUE MOYEN DE TRANSPORT

Intercités

0,6 kg CO2 e

Autocar

3 kg CO2 e

Voiture (moteur électrique) avec 2 covoituteurs

3,5 kg CO2 e

Voiture (moteur thermique) avec 2 covoituteurs

7 kg CO2 e

Voiture (moteur électrique)

10 kg CO2 e

Moto

19 kg CO2 e

Voiture (moteur thermique)

22 kg CO2 e

LA QUANTITÉ DE CO2 ÉMIS PAR UNE PERSONNE POUR 100 KM

● construction

● usage

DANS LE GYMNASSE



1

PRENDRE SOIN DU MATÉRIEL

Très souvent, les considérations écologiques rejoignent pleinement les considérations économiques. Prendre soin du matériel, c'est éviter d'en racheter et c'est un budget sauvegardé de dépenses superflues. C'est aussi faire un geste pour la planète !

Un matériel entretenu permet de consommer moins et donc de produire moins. Les équipements viennent souvent de l'autre bout de la planète et contiennent des produits pas toujours bons pour l'environnement.

VOTRE MATÉRIEL EST TRÈS USÉ ET NE PEUT PLUS VOUS SERVIR ?

Jeter est souvent l'action la plus facile mais n'est pas toujours la seule solution. De plus en plus de recycleries spécialisées dans le sport peuvent récupérer ces objets et équipements pour les transformer et leur donner une seconde vie.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1 Entretien votre matériel : bien l'organiser, bien le ranger, bien le nettoyer...

2 Sensibiliser les bénévoles et les pratiquants

3 Centraliser les équipements usagés et nouer un partenariat avec une recyclerie

INDICATEURS D'ÉVALUATION

INVENTAIRE EN DÉBUT ET EN FIN DE SAISON



2

ACHETER SEULEMENT LE NÉCESSAIRE, ENCOURAGER LES PRÊTS, LA SECONDE MAIN ET LE TROC

Chaque club peut mettre en place une stratégie responsable d'achats sur les équipements, les ballons, la nourriture ou autres fournitures.

L'achat de ce qui est strictement nécessaire est important, mais d'autres actes le sont encore plus. C'est le cas de la seconde main, des prêts ou du troc qu'il faut aussi encourager pour réduire la consommation.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1 Identifier les réels besoins d'achat

2 Réfléchir à la fin de vie des produits achetés : réutilisation, transformation, recyclage...

3 Organiser des collectes ou des événements de réemploi ou de troc entre associations et clubs

EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

“Avec **Troc ton sport**, nous avons donné la possibilité de déposer du matériel sportif dans une écobox à l'entrée de notre Palais des sports sur certains week-end. Des bons avec le tampon du club étaient attribués - une ou deux étoiles selon la valeur de l'article déposé. Il était ensuite possible de venir échanger le matériel sur une date prévue.”

Initiative de Côté Basque Handball
(Ligue Nouvelle-Aquitaine)

PENDANT L'ENTRAÎNEMENT



3

UTILISATION GÉNÉRALISÉE DES GOURDES

L'excellente qualité de l'eau potable en France facilite le déploiement des gourdes pour les sportifs. En généralisant leur utilisation, chaque club pourra supprimer les plusieurs milliers de bouteilles en plastique utilisées et ainsi réduire drastiquement le nombre de déchets en lien direct avec la pratique du handball.

L'installation de fontaines à eau dans les gymnases peut aussi permettre de convertir les derniers utilisateurs de bouteilles de transitionner vers la gourde, qu'elle soit en verre, en inox, en aluminium ou en plastique.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Equiper tous les licenciés d'une gourde aux couleurs du club (s'ils n'en ont pas)

2

Ne plus mettre à disposition de packs de bouteilles d'eau

3

Installer des fontaines à eau dans les gymnases

EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

"Le club a pris la décision d'arrêter les bouteilles d'eau en plastique et de privilégier les gourdes en aluminium réutilisables, données par l'un de nos sponsors."

Etoile des Sports
Montluçon Handball
(Ligue Auvergne-Rhône-Alpes)

4

RÉDUIRE LE CHAUFFAGE

Le chauffage représente près de la moitié (43%) de la consommation énergétique du secteur sportif.

L'enjeu est donc fort pour les clubs et leurs équipements souvent gourmands en énergie. Les clubs ou les collectivités ont la main sur la température du chauffage et il peut être assez facilement réglable, selon les tensions électriques.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Réduire de 2°C le chauffage comme prévu dans le Plan de sobriété énergétique du sport, ou le mettre en hors-gel en cas de tension sur le réseau

2

Utiliser le chauffage uniquement quand le gymnase est occupé

3

Sensibiliser les parties prenantes du club



LE CHIFFRE

LE CHAUFFAGE REPRÉSENTE 43% DE LA CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE DU SPORT, SELON L'ADEME.

La température maximale de chauffage des bâtiments préconisée est fixée à 19°C par le code de l'énergie et le plan de sobriété énergétique du ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques.

L'USAGE DE LA RÉSINE



1

ADOPTER LES BONS GESTES DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

L'apprentissage des bons gestes dès le plus jeune âge permet d'ancrer une utilisation raisonnée et maîtrisée de la résine. En accompagnant les jeunes joueuses et joueurs, on évite l'usage déraisonné, on préserve les équipements et on valorise une image positive du hand-ball dans les espaces partagés.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Responsabiliser les joueurs dès les U15 à utiliser la résine avec discernement, selon leur niveau et leur poste.

2

Limiter l'accès à la résine (pot de résine fixe, zone délimitée, dosage contrôlé).

3

Former les entraîneurs à transmettre de bons réflexes et à encadrer les pratiques au quotidien.

2

TESTER DES ALTERNATIVES À LA RÉSINE



Sans remplacer totalement la résine, des solutions alternatives comme les ballons "wax free" ou le spray peuvent offrir une réponse adaptée à certains contextes : pratiques loisirs, catégories jeunes, entraînements... Tester ces options permet de gagner en souplesse tout en restant maître de ses conditions de jeu.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Identifier les contextes adaptés à un usage sans résine (publics débutants ou loisirs).

2

Intégrer progressivement des ballons "wax free" dans ces moments, pour habituer les joueurs à varier leur pratique.

3

Échanger avec d'autres clubs ou encadrants sur les retours d'expérience pour guider les choix de matériel.

MATÉRIEL RECOMMANDÉ PAR LA FFHANDBALL



1

SALLE SUR

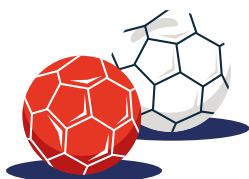
3

est soumise à des restrictions d'utilisation de la résine

LE
SAVIEZ-VOUS

3

PRÉSERVER LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS



Un usage maîtrisé de la résine permet de préserver la qualité des terrains et des espaces communs (vestiaires, bancs, murs, tribunes...). Il permet aussi de prolonger la durée de vie des équipements et facilite l'entretien quotidien. C'est aussi un signe de respect envers les autres usagers de la salle et les agents qui entretiennent.

4

IMPLIQUER LES JOUEURS ET JOUEUSES DANS L'ENTRETIEN DES ESPACES



Le soin apporté à la salle et au matériel après une séance fait pleinement partie de la pratique responsable du handball. En impliquant les joueurs dans l'entretien courant, on valorise leur engagement, on renforce le respect des lieux, et on contribue à de meilleures relations avec les collectivités. Ce sont des gestes simples, mais porteurs de sens, qui montrent que chaque licencié est acteur de la qualité de son environnement de jeu.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Mettre à disposition des produits nettoyants certifiés et adaptés, facilement accessibles à la sortie du terrain.

2

Veiller à ne pas laisser de traces de résine en dehors du terrain, notamment sur les murs, poignées de porte, bancs, vestiaires ou couloirs, en évitant de circuler avec de la colle sur les mains ou les chaussures.

3

Nettoyer rapidement les zones concernées après chaque séance.



QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Intégrer un "rituel d'entretien" après chaque entraînement, avec des responsabilités tournantes (1 binôme de joueurs par semaine).

2

Créer une "charte du joueur responsable" affichée dans le vestiaire, signée par les licenciés en début de saison.

3

Impliquer les équipes jeunes dès l'apprentissage, pour normaliser les bons comportements dès l'école de hand.

EXEMPLE D'UN CLUB QUI IMPLIQUE SES JOUEUR(SE)S ET ENTRAÎNEUR(E)S ET DIRIGEANT(E)S DANS LE NETTOYAGE DE LA RÉSINE



**À AFFICHER
DANS MON GYMNASSE**

DANS LES VESTIAIRES

1

PENSER À ÉCONOMISER L'EAU

En moyenne, un Français consomme 140 litres d'eau potable par jour ! L'eau est essentielle à la vie puisqu'elle recouvre 72% de la surface de la terre et constitue 65% de notre corps. 1% de la totalité de l'eau sur terre est douce et liquide, et donc susceptible d'être consommée. Il est donc impératif de la préserver.

Dans notre quotidien, il existe beaucoup de petites astuces pour réduire son empreinte hydrique.



2

FAIRE DES ÉCONOMIES D'ÉNERGIE

Quand écologie et économie font bon ménage ! Baisser le chauffage, penser à ne pas laisser d'appareils en veille, s'assurer que toutes les lumières et radiateurs sont éteints la nuit...

Tous ces petits gestes vous aideront à faire des économies financières. Le récent plan de sobriété énergétique lancé par le ministère des Sports s'inscrit dans la durée : il est ainsi nécessaire de s'adapter.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Sensibiliser les pratiquants à ne pas prendre des douches de plus de 3 minutes

2

Récupérer l'eau de pluie pour l'arrosage des petits espaces verts et le ménage

3

Installer des économiseurs d'eau pour les robinets et les douches

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Sensibiliser les parties prenantes internes (salariés, bénévoles, licenciés)

2

Installer des détecteurs de mouvements dans les lieux de passage et remplacer les ampoules par des formats LED économes en énergie

3

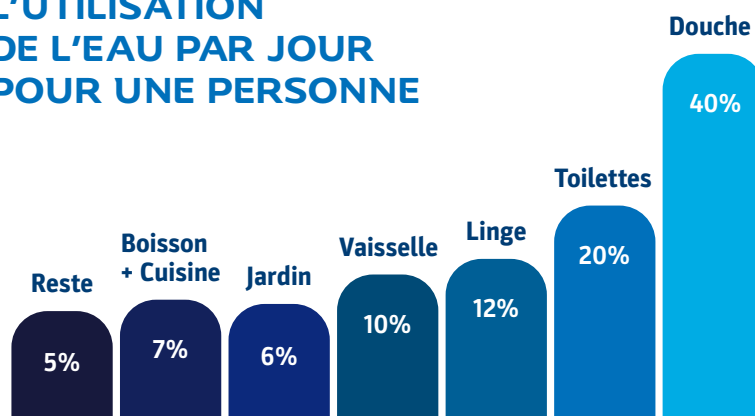
Suivre ses factures d'électricité



INDICATEURS D'ÉVALUATION

FACTURES D'EAU, D'ÉLECTRICITÉ OU DE GAZ

RÉPARTITION DE L'UTILISATION DE L'EAU PAR JOUR POUR UNE PERSONNE



3



GESTION DES DÉCHETS ET TRI SÉLECTIF

580 kg, c'est en moyenne le poids de déchets d'un Français chaque année.

Aujourd'hui, de plus en plus de solutions de recyclage existent, permettant ainsi de transformer ou réutiliser les produits destinés à être jetés.

C'est l'économie circulaire, un modèle économique inspiré par le cycle de vie naturelle. À la maison comme dans la pratique sportive, adoptons le bon comportement en triant nos déchets.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 Penser à mettre les déchets dans les bonnes poubelles
- 2 Avant de se débarrasser de son matériel usagé, se renseigner sur les possibilités de don ou de collecte pour être réutilisé ou transformé (upcyclé)
- 3 Passer au compost pour les déchets alimentaires

POUR MIEUX FAIRE SON TRI



Nouveau
L'INFO-TRI
vous simplifie la vie



quefairedemesdechets.gouv.fr

4

ÉVITER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

En France, chaque année, près de 20% de la nourriture produite termine à la poubelle entre l'étape de production et le moment où elle est consommée.

Ramené à l'échelle individuelle, cela fait une moyenne de 150kg par habitant soit 10 millions de tonnes ! Un véritable gâchis, d'autant plus quand on sait que 3% de la population française souffre de sous-alimentation.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 Acheter en juste quantité et en vrac si possible
- 2 Ne pas jeter les restes : organiser des repas anti-gaspi, appeler des associations...
- 3 Prendre en compte les régimes particuliers (végétarien, sans gluten...) lors des repas



EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

"Pour nos goûters d'après-tournoi, nous consommons des produits locaux autant que possible. Nous avons une politique anti-gaspillage et de tri des déchets, et nous utilisons des écocup."

Comité de la Nièvre de Handball
(Ligue Bourgogne-Franche-Comté)

LORS DES COMPÉTITIONS ET ÉVÉNEMENTS



1



ARRÊTER LE PLASTIQUE À USAGE UNIQUE

La pollution plastique est telle qu'un 7ème continent, situé en plein milieu de l'océan Pacifique, s'est développé. Ce monstre, composé de 1.800 milliards de déchets représente une surface de 2,5 fois la superficie de la France. Pour lutter contre cette pollution, la loi AGECL a pour objectif de sortir du plastique jetable et d'imposer certaines règles impactant les enceintes sportives. C'est par exemple le cas de l'interdiction de distribuer gratuitement des bouteilles d'eau en plastique.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Supprimer les bouteilles d'eau et les ustensiles en plastique (touillettes, pailles, couverts...)

2

Utiliser de la vaisselle réutilisable

3

Réduire au maximum l'achat d'emballages, surtout en plastique

2

SENSIBILISER LES SUPPORTERS AUX ÉCO-GESTES

Pour bien réussir sa transition écologique, il faut savoir embarquer tout le monde. Sensibiliser les supporters sera un facteur-clé de succès. Via les réseaux sociaux, de l'affichage ou encore des autocollants rappelant la bonne attitude à adopter, il est nécessaire de communiquer sur les comportements vertueux. Une signalétique adaptée permettra aussi d'informer au mieux le public.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Créer et diffuser une charte des engagements du club

2

Demander à certains joueurs emblématiques du club de devenir des ambassadeurs des éco-gestes

3

Lors d'événements ou de matchs, collaborer avec des associations pour tenir des stands de sensibilisation

EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

"Nous adoptons des comportements éco-citoyens : sensibilisation à l'environnement, action sur la propreté des locaux, participation à l'entretien des installations et du matériel, lutte contre les gaspillages en eau et en énergie..."



40 MESURES POUR EN FINIR AVEC LE PLASTIQUE À USAGE UNIQUE DANS MON CLUB, DE SPORT ZERO PLASTIQUE

Initiative du CJF Fleury Loiret Handball
(Ligue Centre-Val de Loire)

3

PROPOSER UNE ALIMENTATION RESPONSABLE

L'alimentation est un enjeu majeur pour les sportifs. Un esprit sain dans un corps sain, avoir une alimentation équilibrée, c'est être bienveillant envers son corps et aussi envers la biodiversité et la planète.

Avec les transports, l'alimentation est un des domaines les plus émetteurs d'émissions carbone. La production agricole est responsable d'environ 24% des émissions mondiales de gaz à effet de serre et de 80% de la déforestation dans le monde - notamment en Amazonie. Fabriquer 1kg de viande de bœuf en élevage intensif nécessite par exemple 15 000 litres d'eau ! La pêche intensive est également très néfaste pour la reproduction des espèces et les fonds marins.

Trop sucrée, trop salée, trop transformée, la cuisine « industrielle » tout comme la « junk food », en plus d'avoir un impact environnemental trop important, posent de vrais problèmes de santé publique.

En France, pays de la gastronomie, nous pouvons nous appuyer sur bon nombre de producteurs et artisans locaux, respectueux de l'environnement et responsables dans leur approche.



QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

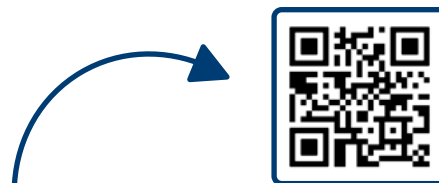
Privilégier les produits de saison, locaux et/ou issus de l'agriculture biologique

2

Réduire sa consommation de protéines animales (viande et poisson)

3

Proposer des alternatives végétariennes ou vegan lors des repas ou des réceptions



LES LABELS À PRIVILÉGIER

ORDRE DE GRANDEUR DE L'IMPACT CARBONE DES REPAS

Repas végétalien

0,4 kg CO₂ e

Repas végétarien

0,5 kg CO₂ e

Repas avec du poisson gras

1,1 kg CO₂ e

Repas avec du poulet

1,6 kg CO₂ e

Repas avec du poisson blanc

2 kg CO₂ e

Repas avec du boeuf

7 kg CO₂ e

Valeurs exprimées en kg CO₂e émis par repas comprenant la fabrication, la distribution et la consommation



INDICATEURS D'ÉVALUATION

COMPARAISON DE FACTURES ET DE PRESTATAIRES

VIE DU CLUB

1

FORMER LES BÉNÉVOLES ET LICENCIÉS SUR LES ENJEUX DU DÉVELOPPEMENT DURABLE

Une politique environnementale efficace demande à ce que toutes les parties prenantes, et notamment en interne, soient impliquées. Sensibiliser, informer, former et consulter vous permettront de créer une véritable culture club autour des thématiques de développement durable. De quoi nouer des liens forts autour d'un projet enthousiasmant.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Organiser une Fresque du climat ou une Fresque du sport engagé

2

Proposer régulièrement des réunions de travail et d'information

3

Mettre à disposition une boîte à idées pour que tous les licenciés se sentent mobilisés et impliqués

INDICATEURS D'ÉVALUATION

NOMBRE DE FORMATIONS OU DE SENSIBILISATIONS EFFECTUÉES



2

DÉSIGNER UN RÉFÉRENT DÉVELOPPEMENT DURABLE DANS LE CLUB

Pour donner du sens à cette démarche, il faut une continuité dans le temps. Pour ce faire, déterminer un "Réfèrent Développement Durable" est indispensable. Salarié, licencié, bénévole, assurez-vous que cette personne soit sensible et bien informée aux enjeux du développement durable. Le soutien de la direction du club dans cette démarche sera également un gage de réussite.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

1

Désigner un membre de la direction pour épauler le référent Développement Durable

2

Accorder un budget pour la démarche Développement Durable

3

Offrir la possibilité au Réfèrent Développement Durable de se former régulièrement

LES OUTILS DISPONIBLES POUR AIDER LES CLUBS (LISTE NON-EXHAUSTIVE)

SENSIBILISATION ET FORMATION

- Fresque du Climat
- Fresque du Sport Engagé (CDOS 78)
- Match For Green...

ACCOMPAGNEMENT

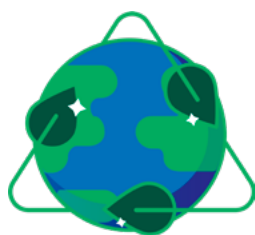
- Agence Ecolosport
- Oxygène
- IPAMA...

CHARTES & LABELS

- Charte des 15 engagements éco-responsables du Ministère des Sports
- Labels : Label Développement durable, le sport s'engage du CNOSF, la label Relais Vert, Fair Play For Planet...

3

FAVORISER LA BIODIVERSITÉ



La biodiversité est partout ! D'ailleurs, l'homme fait partie intégrante de cette biodiversité. Même le handball, qui se joue pourtant en intérieur, peut avoir un impact positif et préserver la biodiversité. Elle peut nous rendre de grands services, par exemple lors des fortes chaleurs : les arbres font alors office de véritables îlots de fraîcheur.

QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 **Végétaliser les murs et/ou le toit des bâtiments pour rafraîchir l'intérieur**
- 2 **Planter des fleurs et végétaux mellifères pour les pollinisateurs, autour des bâtiments**
- 3 **Avoir recours à des espèces végétales locales**



EXEMPLE DE BONNES PRATIQUES EN CLUB

"Nous avons créé un jardin bio : plantation de légumes, distribution aux femmes demandeuses d'asile en priorité, puis aux licenciées. Pas d'utilisation d'engrais ou de produits chimiques."

Initiative du Pays Haut Handball
- P2H (Ligue Grand-Est)

4

RÉDUIRE L'EMPREINTE NUMÉRIQUE

Même s'il permet de faire certaines économies de papier, le numérique n'est pas la solution miracle à la crise environnementale. D'ailleurs, 10% de la consommation annuelle d'électricité vient des services du numérique. Sans surprise, c'est avant tout sa production qui est la plus impactante puisqu'elle représente 78% de son empreinte carbone.



QUE FAIRE DANS MON CLUB ?

- 1 **Nettoyer régulièrement sa boîte e-mail et limiter l'envoi de pièces-jointes (surtout les lourdes)**
- 2 **Éco-concevoir son site Internet permet de réduire parfois drastiquement l'énergie consommée et donc le gaz à effet de serre émis**
- 3 **Privilégier une connexion internet via un câble ethernet plutôt que par wifi ou par 4G/5G**

INFOGRAPHIE ET CHIFFRES SUR L'IMPACT DE L'USAGE DU NUMÉRIQUE

1 an d'emails (2600 emails)

0,3 kg CO2 e

1 an de visioconférence (156 heures)

1,3 kg CO2 e

1 an de streaming (364 heures)

12 kg CO2 e

Construction d'un smartphone

31 kg CO2 e

Construction d'un ordinateur portable

135 kg CO2 e

Construction d'une télévision

350 kg CO2 e

En général, la majorité de votre empreinte numérique provient de la construction de vos appareils et pas de l'usage de ces derniers.



FFH_aNDBaLL

DIRECTION DE LA COMMUNICATION
communication@ffhandball.net