

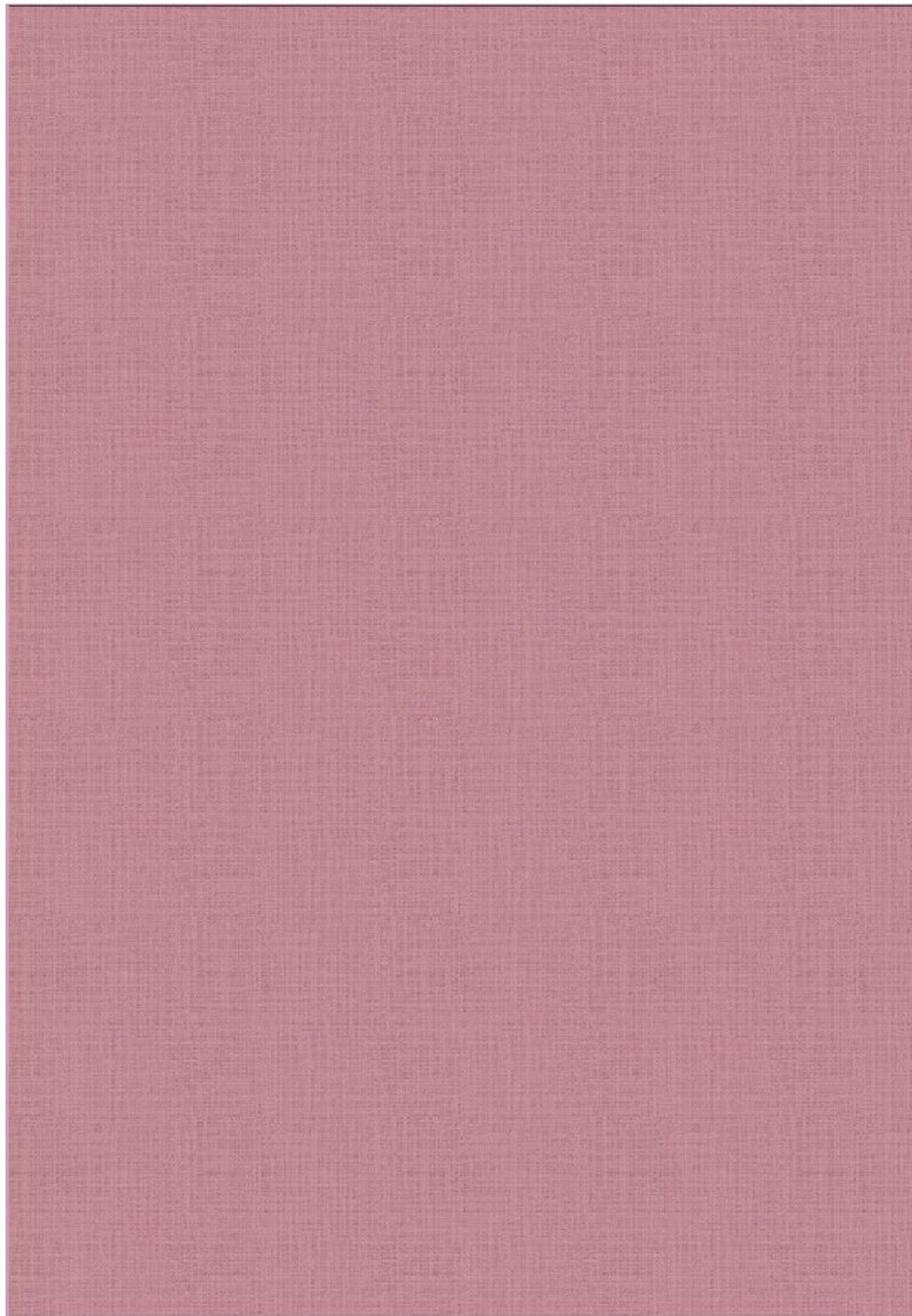
# LA GOUVERNANCE ASSOCIATIVE

## GUIDE POUR LES SENIORS

### L'esprit "Sport Senior Santé"

### Gestion Conviviale et Inclusive





|          |                                                                                                                                                                                                   |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PAGE 2]  | <b>CHAPITRE 1 INTRODUCTION : L'esprit "Sport Senior Santé" au sein des instances</b><br>La convivialité<br>La bienveillance<br>La conclusion                                                      |
| [PAGE 2] | <b>CHAPITRE 2 Le Socle Commun : Les Statuts Types proposés par le CODERS</b><br>La conformité fédérale<br>La protection juridique<br>La simplification au quotidien                               |
| [PAGE 3] | <b>CHAPITRE 3 Le Véritable Cœur du Pouvoir : Le Conseil d'Administration / Comité Directeur</b><br>Le rôle des membres du Comité Directeur                                                        |
| [PAGE 4] | <b>CHAPITRE 4 Le Bureau : Une Équipe Exécutive au service du Collectif</b><br>Un fonctionnement basé sur l'esprit d'équipe et la complémentarité<br>Le président<br>Le secrétaire<br>Le trésorier |
| [PAGE 5] | <b>CHAPITRE 5 Guide Pratique pour une Gestion Conviviale et Inclusive</b><br>Animer des réunions sereines et constructives<br>Partager la charge de travail grâce aux commissions thématiques     |
| [PAGE 6] | <b>Chapitre 6 Réussir la Transmission et le Renouvellement en Douceur : Vers l'Avenir du Club</b><br>Des passerelles simples pour un engagement en toute confiance                                |
| [PAGE 7] | <b>Chapitre 7 Conclusion : L'Engagement Associatif, un Plaisir Partagé</b>                                                                                                                        |



## 1. Introduction : L'esprit "Sport Senior Santé" au sein des instances



Le modèle associatif des clubs affiliés à la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS) repose sur des valeurs fondamentales de partage, de préservation de la santé et de lien social. L'esprit "Sport Senior Santé" trouve naturellement sa place sur les terrains d'activités, mais il gagne également à inspirer le fonctionnement des instances dirigeantes. Après tout, si l'on prend soin de sa santé et de sa convivialité lors des séances sportives, autant préserver cette même sérénité lors des temps d'échanges administratifs. Une ambiance constructive et apaisée autour de la table est le meilleur moyen de valoriser l'engagement de chacun et de maintenir la vitalité du club.

Loin d'être une contrainte ou une remise en cause des habitudes, l'organisation d'une association gagne à être perçue comme un travail d'équipe où chaque rôle est complémentaire et indispensable. Une gestion associative harmonieuse s'articule autour de trois piliers simples et accessibles :

- **La convivialité** : Les réunions et les moments de décision gagnent à être des instants de partage agréables. Un ordre du jour structuré s'accompagne très bien d'un moment de détente pour aborder les sujets de manière sereine.
- **La bienveillance** : L'écoute mutuelle et le respect du point de vue de chacun favorisent un climat de confiance. La gestion d'un club est une aventure collective où chacun apporte sa pierre à l'édifice, à son rythme et selon ses disponibilités, le droit à l'erreur restant la règle de base pour tout bénévole.
- **L'inclusion** : Chaque adhérent, quelles que soient ses compétences ou son ancienneté, doit pouvoir se sentir à l'aise au sein du club. L'expression de chacun enrichit la réflexion commune et permet de prendre des décisions partagées, au bénéfice de l'ensemble de l'association.

L'éthique de la FFRS implique d'accueillir chaque membre avec respect, d'écouter les différentes sensibilités et de faciliter l'implication des bénévoles qui souhaitent donner un peu de leur temps. L'objectif de ce guide n'est pas d'alourdir le quotidien par des règles complexes, mais au contraire de clarifier sereinement le rôle de chaque instance. En comprenant simplement comment s'articulent le Conseil d'Administration et le Bureau, chacun peut appréhender ses missions avec clarté, confort et sérénité, pour que la gestion du club reste avant tout un plaisir partagé.

## 2. Le Socle Commun : Les Statuts Types proposés par le CODERS

Les statuts constituent l'acte fondateur et le cadre de référence de l'association. Ils définissent de manière claire les objectifs du club, les droits et devoirs des membres, ainsi que les règles simples qui régissent le fonctionnement des différentes instances. Loin d'être un ensemble de contraintes rigides ou un jargon réservé à des spécialistes, les statuts doivent être perçus comme une règle du jeu partagée. Tout comme au pickleball ou au swin-golf, disposer de règles claires et connues de tous est le meilleur moyen de jouer ensemble en toute sérénité et d'éviter les malenten-

dus.

L'adoption de ces règles communes se fait de manière très fluide grâce à l'accompagnement des instances départementales. Afin de soutenir les clubs et d'alléger leur charge administrative, le Comité Départemental de la Retraite Sportive propose des statuts types. Ces documents de référence, pensés pour faciliter la vie des dirigeants, offrent plusieurs avantages rassurants pour tous :

- **La conformité fédérale** : Ils garantissent le respect des orientations de la FFRS, ce qui sécurise l'affiliation du club et assure une couverture optimale par les assurances de la fédération. C'est l'assurance de naviguer sur une route parfaitement balisée.
- **La protection juridique** : Validés en amont, ces textes protègent l'association et sécurisent les décisions prises par les dirigeants. Ils offrent un cadre stable et protecteur pour ceux qui donnent de leur temps.
- **La simplification au quotidien** : L'utilisation de ces modèles évite de réinventer la roue à chaque modification. Ils permettent de consacrer moins de temps aux formalités administratives et plus de temps à la vie du club.

Ces statuts types ne viennent pas bouleverser le quotidien des clubs, mais offrent plutôt une structure rassurante qui précise le rôle de chaque instance dans le respect de l'histoire et des habitudes locales. Ils fixent simplement le cadre des assemblées générales et des votes, garantissant une transparence et une égalité de traitement pour chaque adhérent.

Pour toute question ou pour obtenir un exemplaire de ces documents de référence, les statuts types peuvent être demandés en au secrétariat du CODERS par courriel à l'adresse suivante : [secretariat.coders35@gmail.com](mailto:secretariat.coders35@gmail.com). L'équipe du secrétariat est à la disposition des clubs pour les transmettre et accompagner les équipes dirigeantes à leur rythme..

**Des règles claires,  
pour jouer ensemble  
en toute sérénité !**





**LES AVANTAGES DES STATUTS TYPES  
PROPOSÉS PAR LE CODERS**



**LA CONFORMITÉ  
FÉDÉRALE**

Respect des orientations  
fédérales.



**LA PROTECTION  
JURIDIQUE**

Textes validés en amont  
qui protègent l'association  
et sécurisent les décisions.



**LA SIMPLIFICATION  
AU QUOTIDIEN**

Des modèles prêts à  
l'emploi pour gagner  
du temps.

**Des règles partagées,  
un club plus fort  
et plus uni !**



**BESOIN D'UN EXEMPLAIRE  
OU D'UNE INFORMATION ?**  
Pour toute question ou pour obtenir un  
exemplaire des statuts types, contactez  
le secrétariat du CODERS par courriel à :  
[secretariat.coders35@gmail.com](mailto:secretariat.coders35@gmail.com)



L'équipe du secrétariat est à la disposition  
des clubs pour transmettre les documents  
et accompagner les équipes dirigeantes  
à leur rythme.

### 3. Le Véritable Cœur du Pouvoir : Le Conseil d'Administration / Comité Directeur

Au sein d'une association, la répartition des rôles s'organise de manière complémentaire pour assurer à la fois la fluidité des actions quotidiennes et la solidité des choix à long terme. Il arrive parfois que, par habitude ou par souci de simplicité, l'image du Président centralise toutes les attentions. Pourtant, dans le respect des statuts et pour le confort de chacun, le Conseil d'Administration (ou Comité Directeur) constitue le véritable pivot et l'instance décisionnelle centrale du club. Cette organisation collégiale est une chance : elle permet de ne pas faire peser toute la

responsabilité de la structure sur les épaules d'une seule personne.

## Le rôle des membres du Comité Directeur

Les administrateurs, choisis de confiance par les adhérents lors de l'Assemblée Générale, forment une équipe de réflexion et d'orientation. Loin de se limiter à un rôle de figuration, le Comité Directeur est le garant de la direction générale du club. C'est en son sein, de manière partagée et à la suite de discussions constructives, que sont prises toutes les décisions importantes :

- La validation du projet associatif et le choix des nouvelles activités sportives.
- Le vote du budget prévisionnel et le suivi de l'équilibre financier au fil de l'année.
- L'approbation des investissements majeurs (comme l'achat de matériel pour le club).

**Un club,  
une équipe,  
des décisions  
partagées !**



### LE CONSEIL D'ADMINISTRATION, LE VÉRITABLE CŒUR DU POUVOIR

Instance décisionnelle centrale du club.  
Elle prend toutes les décisions importantes.



PROJET ASSOCIATIF  
ET ACTIVITÉS



BUDGET



INVESTISSEMENTS

#### UNE COLLABORATION HARMONIEUSE ET ÉQUILIBRÉE



##### LE PRÉSIDENT

Anime et représente  
le club.



##### LE SECRÉTAIRE

Assure la communication  
et le suivi.



##### LE TRÉSORIER

Gère les finances  
et présente les comptes.

*Chacun à sa place, chacun soutenu par tous !*

#### AU SERVICE DE L'ENSEMBLE DE L'ASSOCIATION, EN TOUTE INDÉPENDANCE



Au service de  
l'ensemble de  
l'association.



Élus par le Conseil  
d'Administration en  
toute indépendance.



Au service de l'intérêt  
collectif des adhérents  
et du club.

*Respect des rôles, valorisation des compétences,  
transparence et esprit d'équipe !*



Dans ce cadre, les fonctions s'articulent de manière très claire pour que chacun travaille dans un climat de confiance réciproque. Le Président joue un rôle essentiel d'animateur, de représentant légal et de facilitateur. Il impulse les projets, mais il agit toujours comme le digne exécuter des décisions validées collectivement par le Comité Directeur. Le pouvoir de décision reste horizontal, ce qui protège l'esprit démocratique du club.

C'est dans cette même optique d'équilibre, de respect des rôles et de valorisation du travail d'équipe qu'il est intéressant de préciser la place de chacun au sein de l'équipe exécutive. Le Secrétaire et le Trésorier effectuent un travail formidable au quotidien, souvent dans l'ombre, et leur engagement est précieux pour la vie du club. Pour que chacun travaille dans un confort total et un climat de confiance réciproque, il est simplement utile de se rappeler que le Secrétaire et le Trésorier œuvrent avant tout au service de l'ensemble de l'association, et non à titre personnel pour le Président. Cette vision partagée permet à chacun de se sentir pleinement soutenu dans ses fonctions par tout le collectif.

Ayant été élus par le Conseil d'Administration lui-même, ils exercent leurs missions en toute indépendance d'esprit, conformément aux fonctions précises décrites dans les statuts du club. Ils agissent au service de l'intérêt collectif des adhérents et du Comité Directeur, et ne sont en aucun cas subordonnés ou à la solde du Président. Cette clarification permet à chacun de travailler à sa juste place, dans un esprit de coopération mutuelle, de respect des compétences et de parfaite transparence.

## 4. Le Bureau : Une Équipe Exécutive au service du Collectif

Pour que les orientations du club se traduisent concrètement sur le terrain, le Conseil d'Administration ou Comité Directeur s'appuie sur une équipe plus restreinte : le Bureau. Élu en son sein par les administrateurs, le Bureau ne doit pas être perçu comme une instance coupée du reste du club, mais plutôt comme un comité d'action et de coor-

dination. Sa mission principale, essentielle au bon fonctionnement quotidien, est d'assurer la gestion courante et de mettre en œuvre les décisions votées par le Comité Directeur. En prenant en charge le suivi des affaires de tous les jours et l'instruction des dossiers, le Bureau allège grandement le travail des administrateurs et permet aux réunions plénières de rester fluides, dynamiques et centrées sur l'essentiel.

### Un fonctionnement basé sur l'esprit d'équipe et la complémentarité

Dans un esprit de parfaite transparence et pour le confort de tous les bénévoles, la répartition des rôles s'organise de manière claire et naturelle, dans le respect des compétences de chacun. Loin de toute idée de hiérarchie rigide, le Bureau fonctionne comme un collectif soudé où chaque fonction trouve sa juste place au service des adhérents :

- **Le Président** : Animateur naturel de l'équipe dirigeante, il veille à la cohésion globale du club et au respect des statuts. Son rôle est avant tout celui d'un facilitateur du débat et d'un coordinateur des bonnes volontés. S'il représente fièrement l'association dans la vie civile, il agit toujours à l'écoute et dans le prolongement direct des choix du Comité Directeur.
- **Le Secrétaire** : Véritable garant de la mémoire institutionnelle du club, il assure le suivi de la correspondance officielle, prend note des échanges lors des réunions et veille à ce que l'information circule bien entre tous. Par son action indispensable, il permet à chaque membre du Comité Directeur de disposer des mêmes éléments pour réfléchir et décider sereinement.
- **Le Trésorier** : Gardien bienveillant des finances du club, il gère les encaissements, assure le règlement des factures courantes et tient les registres comptables avec rigueur. Il présente régulièrement et avec beaucoup de pédagogie la situation financière, permettant au Comité Directeur de piloter les projets du club en toute sécurité et à l'Assemblée Générale de valider la gestion en toute confiance.

Chaque membre du Bureau apporte ainsi sa pierre à l'édifice, non pas de manière isolée, mais dans le cadre d'un mandat partagé. Cette organisation claire et harmonieuse permet à l'équipe exécutive de travailler dans une atmosphère sereine, sécurisante et chaleureuse, en parfaite harmonie avec le Conseil d'Administration.



## 5. Guide Pratique pour une Gestion Conviviale et Inclusive

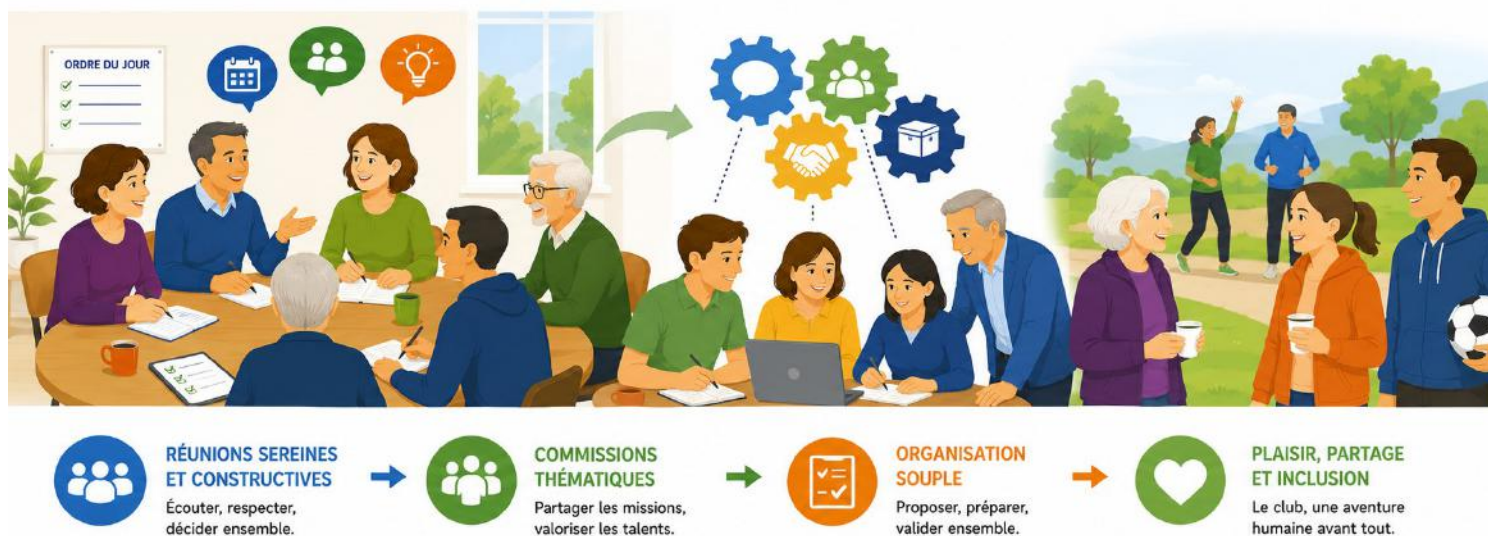
Faire vivre un club de la FFRS est avant tout une aventure humaine où la méthode et le bon sens se conjuguent pour faciliter les relations entre bénévoles. Loin de vouloir bousculer les habitudes ou d'imposer des contraintes nouvelles, l'adoption de quelques pratiques simples et éprouvées permet d'alléger la charge de travail de chacun, tout en renforçant le plaisir de se retrouver. L'objectif est que la gestion administrative reste toujours au service du sport, de

la santé et du partage.

### Animer des réunions sereines et constructives

Pour que chacun trouve son confort lors des réunions du Comité Directeur ou du Bureau, quelques réflexes de bon sens permettent de maintenir un climat serein :

- Un ordre du jour connu à l'avance : Transmettre les sujets à aborder quelques jours avant la rencontre permet à chacun d'arriver l'esprit tranquille, sans effet de surprise. Cela laisse le temps de la réflexion pour des échanges plus posés.
- Un partage équitable de la parole : Veiller à ce que chacun puisse s'exprimer à son rythme, selon sa sensibilité. Les avis de chacun gagnent à être entendus avec le même respect, dans un esprit d'écoute mutuelle.
- La clarté des échanges : Éviter autant que possible les sigles complexes ou le jargon technique. Expliquer les choses simplement est le meilleur moyen de maintenir tout le monde sur la même longueur d'onde et de prendre des décisions éclairées.



### Partager la charge de travail grâce aux commissions thématiques

Pour que l'animation du club ne repose pas uniquement sur les membres du Bureau et pour éviter l'épuisement des bonnes volontés, la création de petites commissions thématiques est une excellente solution. Ces groupes de travail, créés sous la responsabilité du Comité Directeur, permettent d'associer des administrateurs ou des adhérents volontaires autour de projets précis :

- Commission Communication : Pour s'occuper de la rédaction des petits bulletins d'information, des courriels ou des affiches, afin que l'information circule au mieux.
- Commission Convivialité : Une équipe précieuse pour organiser les moments festifs, les pots d'accueil ou les collations de fin d'année qui font le sel de la vie associative.
- Commission Sécurité et Logistique : Pour veiller au bon état du matériel sportif, au suivi des trousse de secours et au bon déroulement des sorties sur le terrain.

Ces commissions étudient les sujets à leur rythme, préparent les propositions et les soumettent ensuite au Comité Directeur pour validation. C'est une organisation très souple qui allège le quotidien des dirigeants tout en valorisant les compétences de chacun.

## 6. Réussir la Transmission et le Renouvellement en Douceur : Vers l'Avenir du Club

Assurer la pérennité du club et préparer le renouvellement des équipes dirigeantes est une belle responsabilité, partagée par l'ensemble des membres. Loin d'être une rupture ou une source d'inquiétude, la transmission des fonctions

est une évolution naturelle qui garantit la continuité de l'histoire associative tout en y apportant un regard neuf. Pour que les futurs bénévoles n'hésitent pas à franchir le pas, et pour que les dirigeants actuels puissent transmettre leur flambeau l'esprit serein, l'accueil et l'accompagnement doivent se faire avec un maximum de bienveillance et de progressivité.

### Des passerelles simples pour un engagement en toute confiance

Pour que l'intégration au sein du Comité Directeur ou du Bureau se fasse de la manière la plus confortable possible, plusieurs outils d'accompagnement simples peuvent être mis en place :

- Le partage des repères essentiels : Remettre à chaque nouvel élu un petit dossier d'accueil regroupant les statuts de l'association, l'annuaire des membres de l'équipe et le compte-rendu des dernières réunions. Disposer de ces quelques documents de référence est le meilleur moyen de prendre ses marques à son rythme, sans aucune pression.
- L'accompagnement par un "parrain" : Proposer à un dirigeant expérimenté d'épauler un nouveau membre durant ses premiers mois. Cet échange d'expérience, basé sur la complicité et l'écoute, permet au nouvel arrivant de poser toutes ses questions en toute décontraction, souvent autour d'un café, et de se sentir pleinement soutenu.
- La passation en binôme (le "tuilage") : Anticiper le renouvellement des postes clés du Bureau (Présidence, Secrétariat, Trésorerie) en permettant au successeur désigné de travailler aux côtés du titulaire pendant quelques mois. Cette période de transition permet de transmettre les habitudes, les contacts et les méthodes de travail en douceur, garantissant une continuité parfaite sans stress pour l'association.



## 7. Conclusion : L'Engagement Associatif, un Plaisir Partagé

Gérer un club affilié à la FFRS, c'est simplement prolonger dans les coulisses l'esprit d'équipe, de solidarité et de vitalité que chacun apprécie tant sur les terrains de sport. En clarifiant avec bienveillance le rôle protecteur des statuts proposés par le CODERS, la souveraineté collégiale du Conseil d'Administration et la mission d'action concrète du Bureau, la gouvernance de l'association perd son caractère parfois impressionnant pour devenir ce qu'elle est réellement : une formidable aventure collective et humaine. Il n'y a aucune barrière à l'entrée, aucune sélection, et chaque parcours de vie est une richesse inestimable pour le groupe. Après tout, les instances dirigeantes fonctionnent exactement comme une randonnée : on part ensemble, on s'attend, on s'entraide dans les montées un peu plus techniques, et on prend le temps d'apprécier le paysage.

Chaque membre de l'association, qu'il soit animateur, adhérent de longue date ou nouvel arrivant, possède des compétences précieuses, une sensibilité propre et un regard utile à offrir au collectif. Prendre des responsabilités au sein

du club ne requiert pas d'expertise juridique ou comptable extraordinaire ; cela demande simplement l'envie de contribuer, à sa juste mesure et selon son temps disponible, au bien-être et au bonheur de tous. Les compétences s'acquièrent au fil de l'eau, toujours épaulées par la solidarité de l'équipe en place. Personne ne se retrouve seul face à une feuille blanche ou un tableau de chiffres.

En cultivant cette gouvernance transparente, inclusive et résolument chaleureuse, le fonctionnement administratif s'allège pour laisser toute sa place à l'humain. Les réunions et les instances dirigeantes ne sont plus perçues comme des contraintes austères, mais deviennent de véritables espaces d'épanouissement, d'échange et de convivialité. C'est en faisant vivre cette démocratie tranquille, respectueuse des rôles et des compétences de chacun, que le club reste fidèle, en tous points, aux valeurs de respect, de santé et de partage portées si fièrement par la FFRS.

Pour finir sur une note légère, rappelons-nous qu'un Comité Directeur où l'on débat dans la bonne humeur et un Bureau où l'on partage équitablement les tâches sont d'excellents exercices pour entretenir les neurones et cultiver les zygomatiques ! Le rire reste d'ailleurs l'une des activités de santé les plus recommandées, et il est totalement gratuit. Alors, messieurs les Présidents, mesdames et messieurs les Secrétaires, Trésoriers et Administrateurs, continuez à prendre soin de vos clubs comme vous le faites si bien... mais n'oubliez jamais de glisser un thermos de café, quelques gâteaux et une bonne dose d'humour à l'ordre du jour. C'est encore le meilleur moyen de s'assurer que les réunions de fin d'année se terminent par un sourire et que l'envie de s'engager reste contagieuse !

## UN CLUB FORT, SOLIDAIRE ET TOURNÉ VERS L'AVENIR

ENSEMBLE, CONSTRUISONS NOTRE FUTUR





# LA GOUVERNANCE SEREINE DU CLUB

Esprit "Sport Senior Santé" : Convivialité, Bienveillance & Inclusion

## 1. Le Socle Commun : Les Statuts Types



La règle du jeu partagée par tous pour rouler sur une route balisée.



**Pourquoi ?** Sécurité juridique, conformité FFRS, démarches simplifiées.



**Où les trouver ?** Disponibles sur simple demande auprès du secrétariat du CODERS 35 :

✉ [secretariat.coders35@gmail.com](mailto:secretariat.coders35@gmail.com)

## 2. Le Conseil d'Administration (Comité Directeur)



**LE VÉRITABLE CŒUR DU POUVOIR**



### Le saviez-vous ?

Ce n'est pas le Président qui décide seul. Le pouvoir est horizontal et appartient au collectif élu par l'Assemblée Générale.

### Ses missions clés :



**Décider :** Vote les budgets et valide les projets.



**Orienter :** Choisit les activités sportives et trace le cap.



**Investir :** Approuve les dépenses majeures (matériel, matériel sportif).

## 3. Le Bureau : Une Équipe Exécutive au service du Collectif

L'organe technique qui met en musique les décisions du Conseil d'Administration.



### LE PRÉSIDENT

Animateur et facilitateur  
(Il n'ordonne pas)



### LE SECRÉTAIRE

Plume et mémoire du club



### LE TRÉSORIER

Gardien rigoureux des comptes



**Mise au point essentielle :** Le Secrétaire et le Trésorier sont les visages de l'association, élus par le Conseil d'Administration, et en aucun cas les secrétaires ou trésoriers personnels du Président.

## 4. Les Clés d'une Gestion Conviviale

Parce que s'engager doit rester un plaisir et une balade de santé !



**Réunions Sereines :** Un ordre du jour envoyé à l'avance, une parole partagée équitablement et zéro jargon technique.



**Partager la charge :** Création de commissions thématiques ouvertes à tous (Communication, Convivialité, Logistique). Ne laissons pas le Bureau porter le club tout seul !



**Transmission en douceur :** Accueil bienveillant des nouveaux élus avec un livret d'accueil, un système de parrainage par un ancien et des périodes de transition en binôme ("tuilage").



### Le petit conseil santé :

Un bon Comité Directeur s'accompagne toujours d'un thermos de café, de quelques biscuits et d'une bonne dose d'humour.

Le rire est excellent pour les neurones et les zygomatiques !

