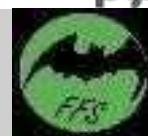


Etude sur

les femmes
et la spéléologie

par Cécile Morlec



Remerciements

Je tiens à remercier tous les spéléos qui ont pris la peine de relire cette étude.

Philippe Colle m'a aidé à la mise en forme du document. Etant mon époux, il a également la tâche difficile et quotidienne de me supporter, et surtout de prendre soin des enfants lorsque je suis sous terre.

Didier Gourmanel, médecin et spéléo de Haute-Garonne, m'a conseillé et corrigé pour le chapitre traitant de la physiologie.

Rémy Limagne, président adjoint de l'EFS (département 39), Delphine Jaconelli, Coordinatrice régionale du CSR Midi-Pyrénées, et Elodie Paulian, co-équipière spéléo de Haute-Garonne, ont bien voulu prendre de leur temps pour relire cette étude et me transmettre leurs remarques.

Sommaire

1	Introduction	4
1.1	Objectif de l'étude	4
1.2	Méthodologie.....	5
2	Vie publique, sport, spéléologie : quelques repères	6
2.1	Les repères historiques.....	6
2.2	Les chiffres actuels de la pratique sportive des femmes.....	10
2.3	Postes à responsabilité	14
2.4	La volonté politique	16
3	Caractéristiques physiques et physiologiques	19
3.1	La morphologie.....	19
3.2	La résistance thermique	20
3.3	La souplesse	20
3.4	La résistance à l'effort.....	20
3.5	L'effort musculaire	21
3.6	Les menstruations	25
3.7	La grossesse.....	27
3.8	L'alimentation	28
3.9	Les problèmes de circulation sanguine et hématomes.....	29
4	Facteur social et comportement	30
4.1	Le temps libre	30
4.2	Le manque de référence	31
4.3	Le comportement	34
4.4	Le niveau de vie.....	36
5	Propositions	39
5.1	Les motivations des femmes	39
5.2	Propositions et axes de réflexion.....	45
6	Conclusion	51
7	Annexes	52
7.1	Annexe 1 : Assurance de la FFS.....	52
7.2	Annexe 2 : Assurance Proposée par le Vieux Campeur	54
7.3	Annexe 3 : Diagramme de Wilmore.....	57
8	Glossaire	58

1 Introduction

1.1 *Objectif de l'étude*

On constate que malgré une évolution importante du nombre de pratiquantes au cours des dernières décennies, les femmes consacrent moins de temps et pratiquent de façon moins intensive le sport que les hommes.

Cette différence est imputable :

- Ø à la moindre disponibilité des femmes (temps libre moins important, et plus fragmenté),
- Ø au moindre attrait pour la compétition (très présente en général dans le sport),
- Ø à la faible représentativité des femmes dans le milieu sportif éducatif et professionnel (manque de modèles auxquels s'identifier),

Ces remarques sont applicables à la spéléologie, avec certaines réserves en ce qui concerne la compétition. On pourrait y ajouter des éléments plus spécifiques à ce sport tels qu'une force physique moindre, un abandon prolongé de la pratique lors de la grossesse (et les difficultés de reprise en découlant)...

L'objectif de cette étude est de synthétiser et analyser les données pouvant expliquer la désaffection des femmes envers la spéléologie.

Cette compréhension est un élément essentiel pour établir un plan d'action visant à motiver les femmes et valoriser leur action au sein de la FFS. Quelques propositions destinées à promouvoir la spéléologie auprès des femmes sont données en fin de document.

1.2 Méthodologie

La méthode la plus simple consiste à collecter des données fiables (statistiques, enquêtes, données médicales...) concernant le sujet, puis d'analyser ces données pour en déduire les causes de la désaffection des femmes pour la spéléologie. A partir de ces causes, il est ensuite possible d'émettre des propositions adaptées.

La difficulté que j'ai rencontrée est que peu d'études (statistique, enquête) ont été réalisées en ce qui concerne spécifiquement la pratique féminine de la spéléologie. Je me suis donc appuyée sur :

- des documents concernant la spéléologie (enquêtes, récits...)
- des données générales sur les femmes (études de société, sociologie, médicale),
- des données générales sur les sports (statistiques concernant les pratiques),
- des données concernant des sports particuliers comme :
 - la danse classique, l'équitation, le yoga et la gymnastique d'entretien, car ce sont des sports pratiqués majoritairement par des femmes, et qui requièrent principalement souplesse, équilibre, adresse et coordination,
 - l'escalade, la randonnée et, dans une moindre mesure, la plongée car ces pratiques se retrouvent dans la pratique de la spéléologie,
 - l'haltérophilie car c'est un sport qui demande essentiellement de la force que l'on retrouve en spéléologie pour le port du matériel essentiellement,
 - et à nouveau la plongée car, au contraire de l'haltérophilie, elle ne demande aucune force, et donne à ce titre des indications intéressantes concernant la résistance à l'effort.
- Et enfin, sur ma propre expérience, et celles de mes coéquipières et coéquipiers spéléologues.

Voici un tableau présentant les qualités développées dans les activités physiques et sportives citées ci-dessus [DOC-1] :

	<i>Aérobic (avec oxygène)</i>	<i>Anaérobic (sans oxygène)</i>	<i>Force</i>	<i>Souplesse, mobilité articulaire</i>	<i>Equilibre</i>	<i>Adresse, coordination</i>
Danse classique	++	++	++	++	+++	+++
Equitation	++	+	+	++	++	+++
Gymnastique d'entretien	+	+	++	++	++	++
Yoga	-	+	+	+++	+++	+
Escalade	+++	++	++	++	+++	++
Marche, randonnée	+++	++	+	+	+	+
Plongée sous-marine	++	+	-	+	++	++
Haltérophilie	-	+++	+++	+++	+	++

+++ action très importante, sollicitation principale,

++ action importante, sollicitation conséquente,

+ action peu importante, peu de sollicitation,

- très peu d'effet ou pas du tout.

2 Vie publique, sport, spéléologie : quelques repères

2.1 Les repères historiques

[INT-8]

2.1.1 Le sport en général

La pratique sportive des femmes est intimement liée au facteur social. C'est pourquoi j'ai choisi de faire un parallèle, dans le tableau qui suit, entre les évolutions de la pratique sportive et l'évolution de la condition féminine.

<i>Repères historiques</i>	<i>Evénement social</i>	<i>Evénement sportif</i>
1922		Les premiers Jeux dits Olympiques féminins ont lieu à Paris
1936		Annulation des Jeux féminins pour laisser la place à un programme olympique féminin de 9 épreuves
1944	Les femmes acquièrent le droit de voter et pourront être éligibles aux élections municipales et départementales.	
1950	les milieux intellectuels amorcent une mise en cause en profondeur des valeurs et de la structure sociale.	
1952		Le CIO remet en question la présence des femmes dans la même manifestation que les hommes. Une proposition est faite par le CIO, pour organiser à nouveau des jeux féminins. La natation synchronisée est reconnue comme discipline olympique par la Fédération Internationale de Natation.
1954 - 1962	1,8 million de femmes quittent le secteur agricole et viennent travailler en ville dans le secteur tertiaire.	

<i>Repères historiques</i>	<i>Événement social</i>	<i>Événement sportif</i>
1965	Si le mari reste le chef de famille, une réforme des régimes matrimoniaux est votée en 1965, « elle autorise l'épouse à avoir un compte en banque personnel, à travailler sans demander l'autorisation de son mari, et reconnaît que le toit familial appartient aux deux conjoints »	
1968		9% : nombre de femmes ayant une activité sportive régulière et significative
1974		Premier congrès national sur les femmes et le sport
années 80	La loi de 1985 condamne le sexisme au même titre que le racisme (causes différentes, mais pratiques similaires)	Engouement sans précédent tout particulièrement chez les femmes pour les nouvelles gymnastiques d'entretien. Elles comptent parmi les activités les plus féminisées. Elles s'appuient sur l'argument : exercice physique au service de l'émancipation féminine : les gymnastiques participeraient au mouvement de libération de la femme.
1994		Première conférence mondiale sur les femmes et le sport à Brighton, Royaume-Uni
1996		Atlanta, XXVI ^{èmes} Jeux Olympiques, 271 épreuves dont 97 ouvertes aux femmes, 11 ouvertes aux hommes et aux femmes. 10629 athlètes dont 3626 femmes
1997		32,5% : nombre de femmes ayant une activité sportive régulière et significative

Entre 1971 et 1994 les licences féminines, toutes fédérations confondues ont été multipliées par 3,28 ; ce qui représente un taux de progression de 228% en 23 années. Pour comparaison, les licences masculines ont été multipliées par 2,3 et présentent un taux de progression de 130,5%.

Dans la majorité des fédérations il y a une baisse du nombre des licences féminines à partir de la catégorie "Junior" alors qu'à l'inverse ce nombre progresse chez les masculins.

Enfin si l'on se réfère à la pratique au plus haut niveau, on note une évolution de la participation des femmes aux Jeux Olympiques. En 1948, elles étaient 9,5% à participer aux Jeux Olympiques, en 1992, elles étaient 29% et en 1996, 35%. [INT-13]

2.1.2 La pratique de la spéléologie

De nombreuses femmes ont pratiqué la spéléologie au 20^{ème} siècle. Mais leur activité est souvent éclipsée par celle du leader, voire la notoriété de leur époux. Cet état de fait pouvait être difficilement autre, puisque les femmes n'avaient pas une liberté suffisante pour pratiquer la spéléologie, que ce soit d'un point de vue juridique ou social (faire du sport et à plus forte raison prendre des risques a longtemps été mal vu pour une femme).

Cependant, des femmes ont su se faire remarquer au cours des décennies passées. En voici un bref aperçu.

2.1.2.1 Elisabeth Casteret [DOC-2]

De 1924 à 1940 (elle décède à la naissance de son 5^{ème} enfant), Elisabeth Casteret accompagnera son époux dans la plupart de ses explorations, et ce, malgré ses importantes charges de mère de famille. Lors de sa rencontre avec Norbert Casteret, en sportive accomplie et passionnée de haute montagne, elle a déjà gravi plusieurs 3000m.

Elle a participé, entre autres, aux explorations suivantes :

- Gouffre Martel et ses cascades d'eau glacée à -303 m (abîme le plus profond de France à cette époque),
- La grotte glacée Casteret,
- La grotte ornée du « lion rugissant » à Labastide,
- La recherche de la source de la Garonne (trou du Toro),
- La Cigalère,
- Chargée de mission au Maroc avec Norbert en 1934 (45 jours) : après quelques explorations à 2, ils prennent chacun la direction d'une équipe constituée de porteurs...

La salle Elisabeth Casteret dans la Pierre St Martin a été ainsi nommée en 1951 à sa mémoire.

2.1.2.2 Annette Bouchacourt [DOC-8]

Pierre Chevalier nous raconte les explorations à la Dent de Crolles menées entre 1936 et 1947. Il fait référence à plusieurs femmes tout au long de son ouvrage. Il rend un hommage particulier à Annette Bouchacourt en ces termes :

« 1943 - Annette Bouchacourt prépare une thèse de géographie...Elle grillait d'envie de nous accompagner, mais n'osait le demander. Depuis qu'elle fait équipe avec nous son énergie et sa résistance font notre admiration. Elle se donne à fond à la spéléo qui la passionne et nous pousse sans cesse à organiser de nouvelles expéditions. Mais son dynamisme trop audacieux nous donne parfois le frisson...En 1944 un stupide accident de ski causera sa mort ... ».

L'une des grottes d'accès au réseau de la Dent de Crolles porte le nom de son inventrice : Annette Bouchacourt.

L'exploration en chiffres, c'est 65 expéditions, vécues par 19 spéléologues ayant participé à au moins 3 expéditions importantes, dont 3 femmes (Annette Bouchacourt, Hélène Guillemin, et Elisabeth Chevalier).

2.1.2.3 Jacqueline Bocquet [INT-19]

En août 1965, Jacqueline Bocquet devient la "femme la plus profonde du monde" après sa descente à -952 m au gouffre Berger (Isère).

Le 2 juillet 1966, Jacqueline Bocquet fait une chute au puits Garby (20 m de chute). Elle a une fracture de la colonne vertébrale. Elle conservera une difficulté à se déplacer.

2.1.2.4 Véronique Le Guen [DOC-6][DOC-7]

Véronique Le Guen est surtout connue pour sa participation active à l'expérience «Hors du temps» en 1988. Cette expérience de chronobiologie dirigée par Michel Siffre, avec le concours du CNES et de nombreux organismes médicaux, est largement couverte par les médias français. Elle séjournera 110 jours au fond du gouffre du Valat Nègre (Aveyron-région de Millau) à -82 m sous terre.

Mais Véronique le Guen a aussi a son actif de nombreuses explorations. Elle était une plongeuse reconnue dans le milieu de la spéléologie.

Elle part notamment en Australie en 1983 avec Francis Le Guen et 3 autres coéquipiers pour battre le record mondial de plongée souterraine dans un siphon géant, profondément enfoui sous le désert du Nullarbor dans la grotte de Cocklebiddy (record établi par Eric Le Guen : 10,2 km parcourus en plongée autonome).

Elle décède en 1990.

2.2 Les chiffres actuels de la pratique sportive des femmes

2.2.1 L'intensité de la pratique sportive

Près d'une personne sur deux (42,4 %) déclare avoir eu une activité sportive au cours des sept derniers jours avec une proportion plus importante parmi les hommes que parmi les femmes (46,9 % contre 38,0 %).

Les hommes pratiquent également plus fréquemment du sport de façon intensive (plus de 8 heures) : 13,2 % contre 6,4 % [INT-7].

24,7 millions de femmes de plus de 15 ans pratiquent un sport, soit 64% des femmes (contre 72,3% des hommes). [INT-8]

Une enquête du CREDOC précise que 45% des hommes sont membres d'au moins une association sportive alors que seules 34% des femmes se trouveraient dans le même cas. [INT-8].

<i>Intensité de la pratique sportive</i>	<i>Hommes</i>	<i>Femmes</i>
Activité sportive au cours de la semaine	46,9%	38,0%
Activité sportive intensive (de plus de 8 heures)	13,2%	6,4%
Pratique au moins un sport	72,3%	64%
Membre d'une association sportive	45%	34%

La pratique fédérale en fonction de l'âge [INT-14] :

<i>Age</i>	<i>Hommes</i>		<i>Femmes</i>	
Moins de 6 ans	3042	46%	3567	54%
7 à 12 ans	26658	50,6%	26050	49,4%
13 à 18 ans	30489	56,7%	23282	43,3%
19 à 25 ans	24843	72,5%	9416	27,5%
26 à 35 ans	45217	76,8%	13653	23,2%
Plus de 35 ans	76612	67,9%	36198	32,1%

On constate des variations très différentes pour les hommes et les femmes selon les classes d'âge.

Le nombre de jeunes filles de 12 à 18 ans affiliées à une fédération subit une diminution non-négligeable qui précède une chute remarquable. Ces catégories d'âges correspondant à l'entrée dans la vie active ainsi qu'à la naissance d'enfants.

2.2.2 Les sports pratiqués

% d'affiliation féminine dans les fédérations sportives françaises et belges :

De 0 à 10%	De 11 à 20%	De 21 à 30%	De 31 à 40%	De 41 à 50%	De 51 à 60%	Plus de 61%
12	11	15	7	4	5	7
fédérations	fédérations	fédérations	fédérations	fédérations	fédérations	fédérations

De nombreuses fédérations comportent un nombre assez réduit de femmes (38 fédérations sur 61 comptent moins de 31 % d'affiliées), certaines sont composées paritairement (telles le volley-ball), alors qu'un nombre relativement faible de fédérations (12) sont composées majoritairement de membres féminins. Parmi celles-ci, on retrouve les sports à connotation traditionnellement féminine tels que **l'équitation, la gymnastique et le patinage**. Une étude réalisée en France en 1998 montre que les sports les plus pratiqués sont ceux produisant des figures gestuelles et de spectacle (la gymnastique, la danse et la natation).

La gymnastique constitue la discipline comprenant le plus grand nombre d'affiliées en communauté française par l'addition des affiliées des différentes fédérations (23491 affiliées), soit 18 % de la pratique sportive féminine globale.

Les fédérations sportives les moins féminisées (moins de 50 membres) sont celles de motocyclisme, de parachutisme et de triathlon-biathlon.

2.2.3 La pratique de la spéléologie

D'après les statistiques 2002 et 2003 de la FFS [DOC-9], on a :

Nombre de fédérés France	2002 : Nbr	2002 %	2003 Nbr	2003 %
Hommes majeurs	5623	80,6 %	5652	80,6 %
Femmes majeures	1351	19,4 %	1362	19,4 %
Total	6974		7014	

Nombre de fédérés France	2002 : Nbr	2002 %	2003 Nbr	2003 %
Hommes mineurs	377	69 %	451	69 %
Femmes mineures	169	31 %	203	31 %
Total	546		654	

Remarque : La majeure partie des femmes mineures fédérées sont âgées de 13 à 18 ans.

Pour les licences initiation on a les chiffres suivants [DOC-9] :

Nombre de licences initiation (1 ou 3 jours)	2003 Nbr	2003 %
Hommes majeurs	5603	72,5 %
Femmes majeures	2122	27,5 %
Total	7725	

Nombre de licences initiation (1 ou 3 jours)	2003 Nbr	2003 %
Hommes mineurs	1942	61 %
Femmes mineures	1244	39 %
Total	3186	

Si on analyse les proportions de pratiquants entre femmes et hommes (voir colonne % des différents tableaux) indiquées dans ces tableaux, on constate que :

- On a une stabilité dans la proportion de femmes fédérées entre les années 2002 et 2003.

$$\% \text{ femmes fédérées en 2002} = \% \text{ femmes fédérées en 2003}$$

- La proportion de femmes souscrivant à des licences d'initiation est supérieure à la proportion de femmes fédérées d'environ 10 %, que ce soit pour les membres mineurs ou majeurs.

$$\% \text{ femmes en initiation} > \% \text{ femmes fédérées}$$

- La proportion de femmes mineures est d'environ 10 % supérieure à la proportion de femmes majeures, que ce soit pour les licences d'initiation ou pour les membres fédérés.

Si on compare ces données concernant les spéléos fédérés, avec les chiffres nationaux donnés au paragraphe précédent, on constate qu'il sont cohérents en ce qui concerne leur **évolution** : pratique des personnes mineures environ 10 % supérieure à la pratique des personnes majeures. On a la même diminution de pratique des femmes après 18 ans.

*% femmes mineures > % femmes majeures
Evolution similaire au niveau national*

- La **proportion de femmes reste plutôt faible** d'un point de vue purement numérique, que ce soit dans l'absolu (50 %) ou en terme de proportions (rappel des chiffres du paragraphe 2.2.1 : 45% des hommes sont membres d'au moins une association sportive contre 34% des femmes)

La proportion de femmes pratiquant la spéléo est inférieure aux moyennes nationales de pratique du sport et loin de la parité hommes/femmes

Voici une petite étude statistique concernant la participation à des stages nationaux EFS : initiateur + découverte + perfectionnement, organisés par Rémy Limagne de 2000 à 2004.

<i>Date</i>	<i>Nombre total de stagiaires</i>	<i>Nombre de femmes</i>	<i>% de femmes</i>
Juillet 2000	28	4	14%
Février 2001	27	3	11%
Juillet 2001	25	6	24%
Février 2002	27	10	37%
Juillet 2002	20	10	50%
Février 2003	33	5	15%
Juillet 2003	20	8	40%
Février 2004	21	6	28%
Juillet 2004 (chiffres provisoires)	18	5	28%

On note une augmentation du nombre de participantes aux stages. La forte augmentation ponctuelle de l'année 2002 correspond probablement à la mise en place d'aides spécifiques pour les femmes proposées par la FFS (voir chapitre 2.4 et l'«opération femmes» menée par la Ministre Marie-Georges Buffet).

A noter, concernant ces chiffres élevés de participation féminine aux stages, que l'organisateur, Rémy Limagne, met beaucoup de bonne volonté pour accueillir dans des conditions favorables les femmes et couples aux stages qu'il organise.

2.3 **Postes à responsabilité**

2.3.1 *Dans la vie publique*

Dans la vie publique, les femmes représentent 51,3% de la population, 52% du corps électoral, mais seulement :

- 10,9% des députés,
- 21,7% des conseillers municipaux
- 7,6% des maires.

2.3.2 *Dans le sport :*

Le rapport «femmes et sport» [DOC-3] donne les chiffres suivants :

- Ø 5% de présidentes de comités départementaux, régionaux, et fédérations,
- Ø 13,7 % des membres de bureaux,
- Ø 3,5% des présidents de fédérations (soit 4 fédérations présidées par des femmes),
- Ø 3% des DTN,
- Ø 6 femmes présidentes d'un CDOS et aucune d'un CROS,
- Ø Dans le secteur de la jeunesse et des sports :
 - α Pas de présidentes au niveau régional,
 - α 13% de directrices départementales,
 - α 10% de directrices de CREPS.
- Ø Dans l'animation :
 - α 11% de conseillères techniques et sportives
- Ø Dans l'entraînement :
 - α 9% d'entraîneurs nationaux,
 - α 15% de brevets d'état du deuxième degré

On constate une sur-représentation des hommes aux présidences de commissions considérées comme les plus importantes, et une forte proportion de femmes aux postes d'adjointes, actions sociales, et commissions féminines.

2.3.3 La spéléologie

A la FFS [INT-15], pour le mandat 2000-2004 (chiffres d'avril 2004), et le mandat 2004-2008 (chiffres de mai 2004) on a :

Au niveau national :

<i>Postes</i>	<i>Hommes</i>	<i>Femmes</i>
DTN (direction technique nationale = directeurs techniques régionaux + directeur technique national)	5	0
Comité directeur FFS mandat 2000-2004	19	2
Bureau de la FFS mandat 2000-2004	8	0
Comité directeur FFS mandat 2004-2008	16	4
Bureau de la FFS mandat 2004-2008	6	2 (vice-présidente chargée du développement et secrétaire générale)

Au niveau régional et départemental [INT-15] (chiffres d'avril 2004):

<i>Région</i>	<i>Présidents CSR hommes</i>	<i>Présidents CSR femmes</i>	<i>Présidents CDS hommes</i>	<i>Présidents CDS femmes</i>
A (Ile de France et DOM-TOM)	1	-	8	-
B (Bourgogne)	1	-	4	-
C (Rhône-Alpes)	1	-	7	1
D (Provence-Alpes-Méditerranée)	1	-	4	-
E (Languedoc-Roussillon)	1	-	3	1
F (Midi-Pyrénées)	1	-	8	-
G (Aquitaine)		1	4	1
H (Pays de Loire-Bretagne)	1	0	4	-
J (Normandie)	2	-	2	-
K (Champagne-Ardenne)	1	-	4	-
L (Lorraine)	1	-	4	-
M (Auvergne)	1	-	1	-
N (Centre)	1	-	4	-
P (Franche-Comté)	1	-	4	-
Q (Côte d'Azur)	1	-	2	-
R (Alsace)	1	-	-	1
S (Poitou Charentes)	1	-	4	-
T (Picardie)	1	-	2	-
V (Corse)	1	-	1	-
W (Ile de la Réunion)	1	0	-	-
Y (Nord-Pas de Calais)	1	-	1	-
TOTAL	20	1	71	4
TOTAL en %	95%	5%	95%	5%

Il faut noter que la FFS réserve des postes dans les comités directeurs pour des femmes, mais ces postes restent parfois vacants, faute de volontaires.

2.4 La volonté politique

Il y a avant tout un constat [DOC-4] [DOC-5]:

«La place des femmes dans le sport se caractérise par une participation qui progresse mais de profondes inégalités et discriminations qui demeurent. L'égalité réelle entre les femmes et les hommes reste, aujourd'hui encore, un objectif à atteindre »

Les enjeux sont sociaux, mais ils font apparaître également des objectifs d'augmentation du niveau de compétences à travers l'augmentation des ressources disponibles, ainsi que de complémentarité des compétences grâce à une approche différente des problèmes par les femmes.

Ainsi, pour le ministre Jean-François Lamour [DOC-5], la féminisation du sport est un enjeu majeur pour une démocratie paritaire soucieuse de la **performance et de la solidarité et d'égalité**. Le sport reflète, mais plus encore, il **participe à la construction des valeurs d'une société**

Et pour Mme B. Deydier [DOC-3], la pratique sportive des femmes et leur investissement dans la vie associative représentent des **ressources indispensables**. Les **compétences** des femmes, le rôle important qu'elles assument en matière **d'éducation**, leur **approche pragmatique et concrète des problèmes** sont autant d'atouts pour les associations qui peinent souvent à renouveler leur encadrement.

B. Deydier, présidente du groupe de travail chargé d'émettre des propositions pour améliorer la place des femmes et renforcer leur rôle dans l'activité sportive, missionnée par M. Jean-François Lamour, Ministre de la jeunesse, des sports, et de la vie associative, et par Mme Nicole Ameline, Ministre de la parité et de l'égalité professionnelle, a remis un rapport intitulé «Femmes et sport» le 21 avril 2004 [DOC-3].

Les propositions émises dans ce rapport visent à la **féminisation des instances dirigeantes** du mouvement fédéral. Ainsi, le Ministre Jean-François Lamour [DOC-5] souhaite :

- instaurer un principe de **proportionnalité** entre le nombre de femmes licenciées dans les fédérations et le nombre de sièges dont elles disposent aux comités directeurs de ces mêmes fédérations,
- que les fédérations définissent et mettent en œuvre des **plans de féminisation** de leurs fonctions dirigeantes. Ces plans devront **intégrer des cursus de formation**, afin de développer les compétences mais plus encore de conforter les femmes dans leur volonté de prendre des responsabilités.

La liste des propositions du rapport «Femmes et sport» est donnée ci-dessous (le rapport complet est consultable sur Internet).

Concernant l'accès des femmes aux fonctions dirigeantes :

Objectif : valoriser l'engagement des femmes

Proposition 1 : promouvoir un trophée femmes et sport

Proposition 2 : valoriser la mixité dans le cadre d'une journée dédiée au sport

Objectif : féminiser les fédérations dans les 4 ans

Proposition 3 : promouvoir la prise de responsabilités dans les clubs

Proposition 4 : mettre en place et suivre un tableau de bord par fédération

Proposition 5 : diffuser un rapport annuel sur la féminisation du sport

Objectif : accompagner la prise de responsabilités

Proposition 6 : créer un réseau officiel de femmes dirigeantes

Proposition 7 : mettre en place un plan de formation

Proposition 8 : parrainer les nouvelles dirigeantes

Proposition 9 : développer une mission «femmes» dans les centres de ressources

Concernant la pratique des jeunes filles et des femmes dans les quartiers sensibles :

Objectif : proposer un encadrement mixte de qualité

Proposition 1 : développer la mixité dans l'encadrement sportif

Proposition 2 : améliorer la formation des éducateurs locaux,

Proposition 3 : soutenir la pratique du sport en milieu scolaire

Objectif : ré-équilibrer les actions vers les femmes

Proposition 4 : orienter les financements vers les femmes

Proposition 5 : soutenir des opérations de promotion vers les femmes

Proposition 6 : diversifier l'offre

Objectif : mieux adapter l'offre aux attentes

Proposition 7 : mieux connaître les attentes

Proposition 8 : mobiliser sur les attentes des femmes

Objectif : partager les expériences

Proposition 9 : expérimenter pour mieux agir

Proposition 10 : créer un centre de ressources

Ces propositions seront une base de travail gouvernemental pour la mise en place d'actions favorisant l'accès des femmes au sport.

J'ai repris ces objectifs et propositions pour faire des propositions spécifiques à la spéléologie en fin de document.

Il convient également de rappeler l'«opération femmes» menée par la Ministre Marie Georges Buffet en 2002. Cette initiative, visant à favoriser concrètement le sport féminin, a permis à la FFS de financer à 50% des stages suivis par des femmes, et de proposer des solutions de gardes pour les enfants .

Cette initiative a été très appréciées par les femmes qui ont pu en bénéficier [DOC-11].

Il faut noter cependant que la mise en place de gardes d'enfants n'est pas simple. Il faut, notamment pour les jeunes enfants, des locaux adaptés, mais aussi prévoir des activités, et donc un encadrement pour les plus âgés.

L'aide de 50% a été proposée sans prendre en compte le réel besoin financier des femmes concernées. Ceci est valable aussi, pour tous les types d'aides de la FFS (2 initiateurs par club, aide aux jeunes...)

Enfin, la volonté de faire davantage participer les femmes à la vie sportive de notre pays est également marquée par le développement de diverses actions régionales.

On peut citer, entre autres, la DRDJS de Midi-Pyrénées qui organise, depuis plusieurs années, un concours qui récompense les projets en faveur d'une meilleure intégration des femmes dans la vie sportive.

3 Caractéristiques physiques et physiologiques

3.1 La morphologie

Le tableau ci dessous donne quelques caractéristiques morphologiques des femmes et des hommes [INT-9] :

<i>Morphologie</i>	<i>Homme</i>	<i>Femme</i>
<i>Taille moyenne</i>	1m73	1m62
<i>Poids moyen</i>	73,7 kg	60,7kg

Les femmes sont plus petites et plus menues que les hommes. Il faut noter que, contrairement à une idée reçue, les proportions de taille des jambes et du buste sont identiques pour les hommes et les femmes.

La petite taille est souvent un handicap pour la remontée des puits, l'accès aux prises lors de certaines escalades ou pour équiper, ainsi que pour la marche (les enjambées sont tout simplement moins grandes !).

Par contre, la carrure plus menue des femmes devient un avantage dans les passages étroits, sinueux...

Les os des femmes sont plus fins et plus fragiles que ceux des hommes. Les femmes sont donc davantage exposées aux fractures.

La compression que peut exercer le baudrier torse sur la poitrine peut être évitée par **l'utilisation de baudriers torse convenant bien aux femmes** du fait de la disposition des sangles. Voici 2 modèles qui peuvent être conseillés :

- Torse Piri de MTDE,
- Serpentine de PETZL.

Sur cheveux longs, le casque glisse sur la nuque, entraînant ainsi un déséquilibre et donc une gêne et une fatigue au niveau du cou. De plus l'éclairage est mal dirigé. **Attacher les cheveux avec un élastique** positionné juste à l'arrière du casque permet de retenir en partie ce dernier.

En ce qui concerne les combinaisons et sous-combinaisons, des tailles femme sont disponibles.

3.2 La résistance thermique

Les femmes ont un ratio surface / masse de corps plus important que les hommes, ce qui fait qu'elles sont plus sensibles au froid [INT-16]. Les doigts des femmes sont plus fins que ceux des hommes, et la sensibilité au froid est donc accrue. A cela s'ajoutent des problèmes veineux fréquents chez les femmes et qui accentuent le froid aux extrémités.

Les solutions consistent simplement à **s'habiller plus chaudement** (sous combinaisons plus chaudes, chaussons néoprènes, gants...), **diminuer les temps de pause mais en augmenter la fréquence**.

Les femmes transpirant généralement moins que les hommes, elles ont moins de problèmes de froid dus aux sous-vêtements mouillés par la sueur.

3.3 La souplesse

Comme me le faisait remarquer une amie, professeur de danse classique: "avec un entraînement intensif, pour réussir à faire un grand écart une femme met 3 mois environ, un homme 3 ans".

Les femmes sont effectivement plus souples que les hommes. Cette différence est due à la structure ligamentaire plus souple des femmes, et à une masse musculaire moins développée.

Dans le cadre de la spéléologie cette souplesse avantage les femmes lorsqu'il s'agit de franchir des passages étroits et sinueux, réaliser certaines escalades...

3.4 La résistance à l'effort

Des études ont été effectuées sur la résistance des femmes à des efforts prolongés (endurance), notamment dans le milieu de la plongée qui est un domaine dans lequel la force physique intervient très peu. Toutes ces études ont conclu qu'il n'y avait pas de différence significative entre homme et femme, voire un certain avantage pour les femmes : "*Enfin, naturellement, la femme est prédisposée à l'entraînement et à la performance en endurance, car elle possède un plus grand nombre relatif de fibres musculaires de type aérobie (fibres de type I) par rapport aux sujets masculins.*" [INT-12]

3.5 L'effort musculaire

3.5.1 Les données

De nombreuses données indiquent que la masse musculaire est moins importante pour les femmes que pour les hommes. Cette différence significative ne concerne pas la contraction musculaire qui est identique chez l'homme et la femme.

Données physiologiques [INT-2]

Le métabolisme de base de la femme apparaît plus faible que celui de l'homme du fait de la plus grande importance en graisse de sa masse corporelle. Par unité de masse maigre, le métabolisme de base est identique.

En fait, il est couramment admis que la masse musculaire d'un individu est directement proportionnelle à sa masse maigre (masse maigre = poids de l'individu moins poids de graisse).

Préconisation de port de charge externe en randonnée selon le sexe et l'âge

Voici ce qu'indique le document [INT-1] :

La recommandation couramment rapportée est de limiter, pour le portage en continu, les charges à 40% du poids du randonneur. Néanmoins, dès que la charge dépasse 20% du poids pour un randonneur non entraîné, des modifications sensibles de la marche sont observées.

Le tableau suivant est une préconisation de port de charge externe en randonnée selon le sexe et l'âge.

	20 ans	40 ans	60 ans
Homme	32 kg	17 kg	5 kg
Femme	19 kg	4 kg	-

Ce tableau montre une baisse plus importante de la charge transportée préconisée pour une femme que pour un homme au fur et à mesure de l'augmentation de son âge.

Je n'ai pas trouvé les conditions de réalisation cette étude.

Si ce sont des données statistiques moyennes sur la population française, alors ces données intègrent probablement le fait que les femmes font globalement moins de sport que les hommes, et que cette tendance augmente nettement avec l'âge. Les résultats sont alors cohérents, mais ne correspondent pas à l'objectif de cette étude : «connaître les différences entre hommes et femmes à pratique sportive comparable». Aucune étude à ma connaissance n'indique de corrélation entre l'augmentation de l'âge et une dégénérescence musculaire plus importante chez les femmes que chez les hommes.

J'ai donc décidé de ne pas prendre en compte la différence de diminution de la charge transportée en fonction du sexe proposée ici.

Par contre, **la différence de charge transportée par un homme et une femme du fait de la différence significative de la masse corporelle est un fait établi.**

Une première approche consiste donc à calculer la charge transportée par chaque individu par un rapport de proportionnalité entre la masse du corps et la charge transportée.

Ce calcul peut être affiné en prenant en compte le taux de graisse corporel.

Calcul du taux de graisse corporel et de l'IMC :

Le pourcentage de graisse peut être mesuré par le diagramme de Wilmore (voir annexe 3).

Les limites admises de la normalité de ce pourcentage sont corrélées avec l'indice de masse corporelle.

L'indice de masse corporelle (IMC): $IMC = \text{Poids} / \text{Taille au carré}$ (note : cet indice est également utilisé pour déterminer les catégories de poids).

Le tableau suivant résume les valeurs données par [DOC-1]. Il indique les limites admises de la normalité (mini/maxi) ainsi que 2 catégories d'activité type (marathonien et sédentaire) :

% de graisse	Marathonien de haut niveau	Limite mini	Sédentaire en bonne santé	Limite maxi
Homme	5%	8%	15%	19%
Femme	10 à 15%	21%	25%	32%
IMC		18.5		25

Calcul comparatif de la masse maigre :

On a : Poids = Masse maigre + Masse grasseuse,

Avec : Masse grasseuse = Poids * % de graisse,

et donc: Poids = masse maigre / (1 - % de graisse).

On peut donc en déduire qu'à poids égal, on a :

Masse maigre femme =

$$\text{Masse maigre homme} * (1 - \% \text{ graisse femme}) / (1 - \% \text{ graisse homme})$$

Ce qui nous donne :

	Limite mini	Limite maxi
Masse maigre femme/homme	0,86	0,84
Soit une diminution de	14%	16%

Soit une masse maigre pour la femme de 15% moindre que chez l'homme.

Cela signifie qu'à poids égal, la masse musculaire d'une femme est moins importante de 15% que la masse musculaire d'un homme.

3.5.2 L'analyse

Les différentes données font apparaître :

- Une relation entre d'une part le **ratio poids de l'individu et charge portée**, d'autre part la fatigue musculaire,
- La **plus faible proportion de la masse musculaire** chez la femme que chez l'homme (à poids égal),
- Et bien entendu, le poids moyen d'une femme est sensiblement moins important que celui d'un homme

3.5.3 Application à la pratique de la spéléologie

3.5.3.1 Port du matériel :

L'effort musculaire intervient essentiellement dans le port du matériel individuel et collectif. Il est réalisé lors de :

- La marche d'approche qui peut être très longue. Les recommandations indiquées pour la randonnée sont alors applicables,
- Le port du matériel sous terre. Ce matériel est transporté parfois sur le dos à la manière d'un sac à dos, mais également de multiples manières : sur une épaule, en bout de longe, poussé devant ou traîné derrière soit.

Afin de répartir au mieux les efforts musculaires entre les équipiers, il faut garder à l'esprit, en plus des critères personnels à chaque individu : forme physique, entraînement..., le principe de répartition des charges en fonction de la masse musculaire. Il faut donc répartir les charges pour conserver constant le ratio suivant :

$$\text{« durée de portage » } \times (\text{« masse musculaire »} / \text{« charge transportée »})$$

Remarque : En pratique, on remplace, dans cette formule, la masse musculaire par le poids de la personne, diminué de 15% pour une femme, la masse musculaire étant directement proportionnelle à la masse maigre (hors graisse).

Conserver le ratio :

Femme : « durée de portage » \times (« poids -15% » / « charge transportée »)

Homme : « durée de portage » \times (« poids » / « charge transportée »)

Quelques chiffres repères, pour un même effort :

Un homme de poids moyen (73,7 kg) porte une charge 1,43 fois plus lourde qu'une femme de poids moyen (60,7 kg) .

Cette répartition peut s'avérer délicate en ce qui concerne le port du matériel individuel lors d'une marche d'approche longue. En effet, le matériel individuel est toujours à peu près de poids égal, que ce soit pour une femme de 50 kg ou pour un homme de 80 kg. Or dans ce cas, la préconisation de charge transportée serait, à peu de choses près, du simple au double, la durée de portage étant la même. Il faut alors soit organiser le portage du matériel collectif en conséquence, soit faire preuve de diplomatie et de raison et proposer de répartir le matériel individuel.

Le non respect de ce type de recommandation entraîne :

- une fatigue musculaire non homogène entre les équipiers, d'où ralentissement global de l'équipe,
- éventuellement une fatigue musculaire trop importante pouvant créer des problèmes musculaires entraînant des pathologies médicales : lombalgies, torticolis, tendinite, déshydratation accrue.

3.5.3.2 Remontée de puits, escalades... (hors portage)

La remontée de puits, l'escalade... nécessitent également des efforts musculaires importants. Cependant, le ratio entre la masse musculaire et le poids transporté ne sera que faiblement défavorable à une femme, puisque la masse musculaire est proportionnelle au poids de la personne diminué de seulement 15 % pour une femme par rapport à un homme.

3.5.4 *Influence du port d'une charge trop importante*

Le port d'une charge trop importante sur le dos dégrade de façon importante les performances physiques de la façon suivante :

- Augmentation rapide de la fatigue générale : l'accroissement du rythme cardiaque et du volume d'oxygène sont directement corrélés avec l'augmentation de la charge portée.
- Fatigue du tronc : les zones pour lesquelles l'inconfort est le plus marqué sont : le bas du dos et les clavicules, mais aussi le cou, la poitrine, et le milieu du dos. L'utilisation d'une ceinture de portage permet de minimiser la fatigue musculaire ressentie au niveau du dos et des épaules.
- Fatigue des jambes : les membres inférieurs, comme le tronc, doivent s'opposer à la contrainte qu'exerce la masse supplémentaire sur le corps.

Lorsqu'une charge trop importante est portée, des symptômes significatifs apparaissent. Par exemple, lors de la marche d'approche, l'augmentation de la charge conduit le randonneur à [INT-1] :

- réaliser des pas plus petits,
- écarter très légèrement les pieds pour améliorer la stabilité latérale et un transfert plus rapide de la charge d'un pied sur l'autre,
- augmenter le fléchissement du genou,
- modifier la pose du pied sur le sol afin d'obtenir un contrôle plus précis de la marche.

L'apparition de ces symptômes doit être prise en compte par le leader du groupe (formateur, organisateur de la sortie,...) qui peut alors réagir en :

- réorganisant les charges portées entre les équipiers,
- augmentant la fréquence et/ou l'importance des temps de repos,
- rééquilibrant la charge portée à l'intérieur du sac en évitant de placer les parties saillantes contre le dos.

3.6 Les menstruations

3.6.1 Les syndromes prémenstruels

Les syndromes prémenstruels apparaissent quelques jours avant les règles.

70 à 90% des femmes reconnaissent ressentir des changements prémenstruels et **20 à 40% en éprouvent une certaine gêne physique et psychologique**. Quant aux troubles sévères altérant le comportement et les relations avec autrui, ils concerneraient 5 à 10% des femmes.

La cause de ces troubles est mal connue (voire inconnue !).

Les symptômes pouvant influencer sur la pratique sportive de la spéléologie :

- troubles veineux : jambes lourdes, varices sensibles, poussées d'hémorroïdes...
- céphalées prémenstruelles débutant plusieurs jours avant les règles et cédant avec celles-ci, à différencier de la véritable migraine qui se déclenche la veille des règles,
- troubles du caractère (asthénie, dépression, tristesse, crises de larmes, nervosité, irritabilité, agressivité, anxiété, sautes d'humeur, insomnie, manque d'énergie, fatigue, difficultés de concentration, etc),
- troubles digestifs,
- douleurs ostéo-articulaires et musculaires,
- éventuellement : dyspnée d'effort, asthme, rhinite, sinusite...

L'apparition des règles fait disparaître assez rapidement ces symptômes qui ne reviennent que le mois suivant.

L'affaire Sandie Smith a défrayé la chronique en Angleterre en 1979. Cette jeune anglaise avait poignardé un collègue de travail dans la banlieue de Londres. Une endocrinologue renommée, le Dr. Katherina Dalton, avait présenté le syndrome prémenstruel comme argument de défense et plaidé les circonstances atténuantes. Ce syndrome aurait été particulièrement marqué chez Sandie qui présentait durant ces moments des bouffées d'agressivité irrépressible. Sandie est traitée et calmée pendant un an par des injections IM de progestérone naturelle..

Les traitements

Une approche thérapeutique non médicamenteuse associant information, éducation, conseils d'hygiène de vie et alimentaires peut permettre une certaine auto-gestion d'un bon nombre de syndromes prémenstruels, en particulier d'intensité modérée :

- limiter le stress : aménager sa vie sociale en fonction du cycle en évitant les contraintes physiques ou psychiques pénibles en période prémenstruelle : éviter les déplacements non obligatoires, les démarches difficiles...
- évacuer la tension nerveuse par la relaxation, le repos, le yoga, un exercice physique régulier...
- mieux s'alimenter : répartir la ration alimentaire au cours de la journée en évitant les sucres à élimination rapide. Limiter le sel et les excitants (café, tabac, alcool) en période prémenstruelle.

Des traitements médicaux existent également.

3.6.2 Les règles

La dysménorrhée désigne les troubles des règles.

Les symptômes sont :

- des douleurs dans le ventre, plus ou moins importantes, et irradiant dans les lombaires,
- des maux de tête.

Les capacités physiques peuvent être diminuées de façon plus ou moins importante.

30% des femmes souffrent de dysménorrhée et 7% doivent rester au lit durant ces périodes.

Des solutions médicamenteuses existent :

- Phloroglucinol (Spasfon*)
- Ibuprofène (Antadys*, Advil*, Nureflex*).

3.6.3 Analyse

La période de règles et la dysménorrhée, sont des événements pouvant conduire une femme à ne pas pratiquer de sport durant quelques jours.

D'une part, il est en effet difficile de concilier les contraintes de sorties spéléologiques (durant plusieurs heures) avec les contraintes hygiéniques imposées par les règles.

D'autre part, le syndrome prémenstruel et la dysménorrhée conduisent parfois à des désagréments incompatibles avec la pratique d'un sport exigeant comme la spéléologie.

Continuité de la pratique régulière

Ces interruptions mensuelles ont des effets sur la continuité de la pratique, et peuvent passer aux yeux du reste du groupe de spéléologues comme un désengagement partiel (l'équipière sur laquelle on ne peut pas compter à coup sûr). Sans compter que cette indisponibilité vient s'ajouter au manque de temps libre déjà plus important pour les femmes (voir chapitre 4.1).

Participation à des stages ou expéditions organisées

Ces problèmes peuvent se révéler très gênants pour la participation à un stage ou une expédition organisée. Les périodes de disponibilité sont en effet plus restreintes (surtout si les organisateurs de stage s'ingénient à espacer les dates proposées d'un mois !).

L'aménagement du stage ou de l'expédition en conséquence par la personne organisatrice est souvent délicate, car il s'agit dans la plupart des cas d'un homme, avec qui le dialogue aura de grandes difficultés à se mettre en place. En général, la femme annulera simplement ses projets de participation.

La prise en continu de certaines pilules peut permettre occasionnellement d'annuler les règles. Mais ce moyen ne peut être appliqué à toutes les femmes et nécessite toujours un avis médical.

Trousse de secours

Il est utile de prévoir des médicaments traitant les douleurs de règles dans la trousse de secours emportée sous terre. En effet, les douleurs survenant au début des règles peuvent être très vives et rendre très difficile la remontée en surface de l'équipière qui en souffrirait.

3.7 La grossesse

L'arrêt

La pratique de la spéléologie est souvent incompatible avec la grossesse, d'autant plus que celle-ci est avancée. Bien que le sport soit vivement conseillé durant cette période, il s'agit de sports ne mettant pas en danger le fœtus.

Le manque de souplesse, la morphologie caractéristique de la femme enceinte (le gros ventre !), les risques de chocs voire de chutes, le port du harnais, la modification du sens de l'équilibre...sont autant d'éléments qui ne permettent pas d'envisager la spéléologie durant plusieurs mois.

La période post-natale est aussi une période délicate. Il n'est pas recommandé de recommencer à faire du sport avant 3 mois. Cette durée est portée à 6 mois pour les sports plus contraignants, dans lesquels on peut placer la spéléologie sans risque de se tromper.

En fait, la grossesse représente un arrêt de la pratique de la spéléologie pouvant aller jusqu'à 15 mois.

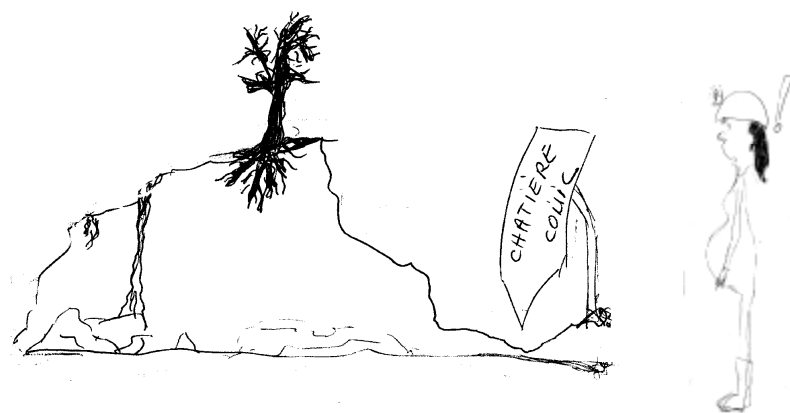
La reprise

La reprise doit se faire progressivement. En effet, la ceinture abdominale est totalement «relâchée» durant la grossesse. De plus, l'entraînement physique manque, et la fatigue due au nouveau-né est souvent importante 6 mois après la naissance, surtout si le travail a été repris. Souvent, après la grossesse, les femmes ont un manque de fer et de vitamines, parfois même une légère anémie, d'autant plus si elles ont allaité.

La reprise de l'activité ne peut se faire que lorsque les capacités physiques sont pleinement retrouvées.

Je pense que cette reprise progressive doit être encouragée et organisée, et, dans tous les cas, volontaire.

Pour cela, il me semble important de garder le contact avec la future maman, et de lui faire part des problèmes de remise en forme auxquels elle doit s'attendre. Cela permettra d'éviter le découragement et la prise de risques inutiles pour la santé.



3.8 L'alimentation

3.8.1 Le fer

Données physiologiques [INT-2]

Chez l'homme, on retrouve environ **14 à 16 g d'hémoglobine par 100 ml de sang**. Les femmes en possèdent légèrement moins, **12 à 14 g d'Hb pour 100 ml de sang**. Les femmes ont un taux d'Hb moindre que celui de l'homme.

Le fer entre dans la composition de l'hémoglobine qui est le transporteur de l'oxygène par les globules rouges.

Or, l'oxygène est un élément indispensable au bon fonctionnement musculaire.

L'apport en fer doit être plus important pour les femmes lors de périodes spécifiques comme les règles ou la grossesse.

3.8.2 L'hydratation

L'hydratation est importante pour de multiples raisons :

- L'eau agit comme un volant thermique qui régule les montées de chaleur produites par l'effort musculaire.
- De plus, l'eau est nécessaire pour faire fonctionner les systèmes d'épuration (reins et foie) du corps humain. Il s'agit notamment de l'épuration des toxines.
- Enfin, l'eau est nécessaire au bon fonctionnement du système musculo-tendineux en évitant crampes et tendinites.

On constate que les femmes boivent généralement moins que les hommes. Ce fait est dû à l'habitude, ainsi qu'à la sudation moins importante des femmes.

Il faut contrer cette (mauvaise) habitude, en buvant avant et au-delà de la sensation de soif. Lors d'une sortie de spéléologie, il ne faut pas hésiter à faire de courtes et fréquentes poses et inciter chaque équipier à boire, d'autant plus que l'envie en est souvent diminuée en raison du froid ressenti. Emporter un réchaud pour proposer une boisson chaude peut être un bon moyen d'encourager l'hydratation.

3.9 Les problèmes de circulation sanguine et hématomes

Les problèmes de circulation sanguine au niveau des membres inférieurs (varices, jambes lourdes...), bien qu'ils affectent femmes et hommes, sont nettement plus fréquents chez les femmes et peuvent apparaître très tôt (avant trente ans).

Quant aux hématomes, ils sont très fréquents chez les femmes qui ont, plus que les hommes, une peau qui « marque facilement ». Cette fragilité capillaire est due :

- à la taille des vaisseaux sanguins qui sont plus fins chez les femmes,
- à une moins bonne protection par le système ostéo-musculaire.

Lors de la pratique de la spéléologie, ces 2 facteurs peuvent être plus ou moins gênants, et dans tous les cas, enlever une bonne partie du plaisir qu'on peut éprouver à faire de la spéléologie.

Les jambes lourdes, varices... sont pénibles à supporter lors de la pratique. Les hématomes sont rapidement douloureux et difficiles à porter à posteriori !

Hématomes :

Les hématomes sont principalement localisés sur les genoux, puis viennent les jambes, et enfin les membres supérieurs : coudes, bras, avant bras. Beaucoup de femmes se plaignent également d'hématomes sur les cuisses. Ceux-ci sont dus aux boucles métalliques du harnais.

Pour les genoux, qui sont les plus touchés, l'utilisation de genouillères (réglables de préférence), bien qu'inconfortables, permet de protéger efficacement. On peut également recommander l'utilisation de certains médicaments :

- En prévention : Arnica Montana 7CH ou 9CH* (homéopathique),
- En curatif, certaines pommades : Hémoclar*.

La consultation du médecin traitant est toujours nécessaire.

Pour la petite histoire : Lors d'une visite médicale, et après un week-end spéléologique, une amie s'est vue offrir discrètement par une infirmière un numéro d'appel pour femmes battues !!!

Varices :

Dans le cas de varices ou varicosités importantes, l'utilisation de chaussettes de contention veineuse est recommandée.

4 Facteur social et comportement

4.1 *Le temps libre*

4.1.1 *Les chiffres et sondages*

Tout d'abord un constat : les femmes sont plus nombreuses à vivre seules et à élever seules leurs enfants.

Dans les domaines de l'éducation, de la vie professionnelle et politique, la parité est incontestablement en marche.

Dans la sphère privée les avancées sont moindres. Ainsi, le temps consacré à l'éducation des enfants revient pour les deux tiers aux femmes, et celui consacré aux tâches ménagères pour les trois quarts. Au sein des couples, plus le temps imparti à ces dernières tâches augmente, notamment avec la naissance des enfants, plus les femmes s'y impliquent et les hommes s'en désengagent. Les femmes sont moins disponibles pour les loisirs. C'est dans la pratique du sport que la répartition entre les sexes est la plus inégale. Les hommes y consacrent deux fois plus de temps que les femmes [INT-3].

Un homme actif à temps complet a un temps personnel (consacré aux sports et loisirs) de 25h05 par semaine, contre 19h25 pour une femme [INT-6].

<i>Le temps libre</i>	<i>Hommes</i>	<i>Femmes</i>
Temps libre (h/semaine)	25h05	19h25
Temps consacré à l'éducation des enfants	33,3%	66,7%
Temps consacré aux tâches ménagères	25%	75%

4.1.2 *Analyse*

La pratique de la spéléologie nécessite beaucoup de temps libre, et ce de façon continue. Ce n'est pas un sport qui se pratique «1 heure le soir», mais qui, au contraire, nécessite une journée bien chargée au minimum.

Ceci est encore plus vrai en ce qui concerne les stages et les expéditions à l'étranger.

4.2 Le manque de référence

4.2.1 Les chiffres

Que ce soit au niveau historique (voir paragraphe 2.1.2), pour la pratique actuelle de la spéléologie au niveau de l'encadrement (voir paragraphe 2.2.3) ou au niveau des postes à responsabilité (voir paragraphe 2.3.3), on s'aperçoit que les femmes ont peu de références féminines auxquelles elles pourraient s'identifier.

4.2.2 La formation de cadres

Voici quelques statistiques relatives aux candidates au brevet d'initiateur :

- Avant 2000 = environ 2900 candidats, dont 161 femmes (6%)
- De 2000 à aujourd'hui = 406 candidats, dont 40 femmes (10%)
- Taux de réussite en 4 ans = hommes 73%, femmes 75%

On note une augmentation du nombre de femmes candidates au brevet d'initiateur, ainsi qu'un taux de réussite sensiblement égal à celui des hommes. Le pourcentage de candidates restant cependant faible.



Equipement du puits d'entrée du Blagnac par Agnès

Ces résultats sont difficiles à exploiter.

Voici une première analyse. Le rapport «Femmes et sport» précise: «*Certains travaux révèlent qu'à résultats scolaires égaux, les garçons ont tendance à se sur-évaluer, et les filles à se sous-évaluer*». On peut donc se demander si les femmes se présentant pour ce diplôme ne sont pas déjà l'objet d'une sélection de par la sous-évaluation qu'elles font d'elles même. Le taux de réussite sensiblement égal confirmerait alors que les tests sont plus sélectifs pour les femmes que pour les hommes.

Une seconde analyse pourrait être que les femmes font en moyenne moins de sport que les hommes, et donc à fortiori moins de spéléologie aussi. Leur niveau de pratique serait donc globalement moins élevé. Cela expliquerait le nombre moins important de femmes candidates au brevet d'initiateur. Le taux de réussite égal, pourrait alors refléter une égalité des chances aux tests, la différence sexuelle (de force physique notamment) étant peut être déjà prise en compte volontairement ou non par l'encadrement.

Je pense que ces 2 analyses détiennent chacune une partie de l'explication quand à la faible participation des femmes candidates au brevet d'initiateur, et à leur pourcentage de réussite égal à celui des hommes.

4.2.3 L'analyse

On constate que de nombreuses adolescentes découvrent la spéléologie, mais ne persévèrent pas. Le **manque de modèle féminin** dans le milieu de la spéléologie, et auquel elles pourraient s'identifier est probablement un frein important. La représentativité des femmes dans le milieu sportif et éducatif spéléologique est en effet moindre.

S'il y a bien eu historiquement des femmes très actives dans le milieu spéléologique, leur action n'est pas suffisamment connue et valorisée.

En ce qui concerne les cadres de la FFS, il faut bien avouer que la **proportion de cadres féminins participant à l'encadrement des stages est faible**. Pour augmenter le nombre de femmes cadres, il est possible de :

- proposer des incitations financières,
- proposer des facilités de garde pour enfants lors de stages de formation,
- d'inciter les femmes à faire ces stages (courriers aux femmes, insistance lors des stages de perfectionnement...),
- diminuer la difficulté des tests sportifs : les capacités physiques de femmes étant généralement moins importantes que celles des hommes, il serait utile de diminuer la difficulté des tests sportifs pour les femmes. Cette solution est déjà adoptée dans de nombreuses compétitions, mais également pour de nombreux tests de recrutement (comme les pompiers).

Remarque : La diminution des exigences pour le recrutement des femmes dans le corps des pompiers de Paris est sujet à de nombreuses controverses. Il faut cependant rappeler que, en ce qui concerne les cadres fédéraux de la FFS :

- les cadres fédéraux sont bénévoles : ils ne remplissent pas une mission de service public,
- la diminution des tests physiques peut être compensée par d'autres qualités (pédagogie, technique, connaissance scientifique...),
- l'encadrement d'un groupe d'adolescents ne nécessite généralement pas une force très importante (il y a rarement des adolescents dépassant les 80 kg !) mais nécessite par contre de nombreuses qualités relationnelles voire une certaine sensibilité émotionnelle,
- un initiateur se trouve rarement seul à encadrer un groupe, et le partage des tâches dévolues à chaque cadre peut être alors réparti judicieusement avec un souci de pédagogie et de sécurité...

On voit bien que la force physique, qui est tellement contraignante pour les femmes, n'est pas forcément l'élément le plus important pour former un cadre efficace.

4.3 Le comportement

4.3.1 Le comportement individuel

Les femmes n'ayant pas besoin de faire la preuve de leur virilité, elles ont un désir de compétition beaucoup moins marqué que les hommes. De plus, leur éducation, héritée des siècles passés, ne leur enseigne pas à se mettre en valeur.

Cela les rend en général plus prudentes, moins compétitives, et moins confiantes en leurs capacités.

Les effets de ce comportement sont multiples.

4.3.1.1 La prise de risques

La prise de risque est moins importante chez les femmes que chez les hommes. Cela se traduit par un nombre d'accidents moins important dans tous les domaines (circulation routière, plongée sous-marine ...). Dans un groupe de spéléologues, les femmes peuvent donc être un **élément modérateur**. Par contre, cette prudence peut aussi être la source d'un **manque de confiance en soi** dans le cas où une prise de risque trop importante est «imposée» par le reste du groupe, et donc devenir un risque supplémentaire pour la personne concernée.

4.3.1.2 La prise de responsabilité

La prise de responsabilité dans les instances fédérales est moindre chez les femmes. Celles-ci ont effectivement des difficultés à se mettre en avant, voire à reconnaître leurs propres compétences. Il faut admettre que la prise de responsabilité par une femme est généralement mal acceptée par les hommes. Les femmes prenant des responsabilités doivent être particulièrement aguerries pour résister aux attaques nombreuses, et souvent sexistes. C'est pourquoi **la prise de responsabilité n'est pas refusée, mais se fait souvent de façon plus discrète**.

Le rapport «Femmes et sport» précise :

*«il est apparu clairement que le frein principal à la prise de responsabilités électives était le manque de confiance en soi, la crainte de ne pas savoir faire... Certains travaux révèlent qu'à résultats scolaires égaux, les garçons ont tendance à se sur-évaluer, et les filles à se sous-évaluer ... Il est plus difficile pour une femme isolée dans un groupe d'hommes de prendre la parole. Elle sera immédiatement **jugée sans indulgence... son expression orale aura donc intérêt à être claire et solidement argumentée afin de convaincre ses interlocuteurs**»*

4.3.1.3 Des intérêts souvent différents

Les femmes étant moins assidues à la compétition que les hommes, le plaisir qu'elles peuvent éprouver dans la pratique de la spéléologie met plus en avant les aspects de **découverte du milieu** (comme le concrétionnement, mais aussi les aspects géologiques et biologiques, l'histoire...) que les exploits sportifs (temps passé sous terre, profondeur atteinte...). Par contre, la curiosité et le goût de l'aventure sont des caractéristiques communes à beaucoup de spéléologues passionnés, hommes et femmes.

4.3.2 *Le groupe*

La spéléologie est avant tout l'aventure d'une équipe plus ou moins homogène, se faisant et se défaisant au cours des ans. Le noyau dur est composé d'une ou plusieurs personnes qui proposent et organisent les sorties, motivent les troupes, et donnent l'ambiance générale. Lorsque le noyau dur est composé en majorité d'hommes (comme c'est presque toujours le cas), alors on retrouve souvent des ambiances que je qualifierai de viriles, des sorties sportives qui occupent souvent tout le week-end.

Actuellement, la plupart des femmes pratiquant assidûment la spéléologie sont capables de s'adapter à ces conditions. Elles ont souvent des capacités sportives supérieures à la moyenne des femmes (il faut montrer qu'on est capable de suivre, sous peine de se faire rapidement mettre à l'écart) et une personnalité forte.

En changeant l'ambiance du groupe (plus féminine !), en définissant des objectifs correspondants aux attentes des femmes (disponibilité, intérêt de la cavité...), et en prenant en compte leur rythme de progression (souvent peu sportives au début), on peut espérer intéresser d'autres femmes à la spéléologie.

4.4 Le niveau de vie

4.4.1 Le constat

Les femmes ont souvent des emplois précaires, beaucoup travaillent à temps partiel, les salaires sont plus bas pour les femmes que pour les hommes, et le taux de chômage est plus important. En résumé, les femmes ont souvent à faire face à des problèmes financiers plus importants que les hommes. Parmi les salariés considérés comme «pauvres», on estime à 80% la proportion de femmes !

Ces difficultés conduisent à pratiquer des activités peu coûteuses. Or, pour faire de la spéléologie, il faut acheter le matériel et l'entretenir, faire des déplacements plus ou moins importants pour accéder au gouffre, payer l'inscription du club (qui donne l'accès au matériel collectif), ainsi que l'assurance et la cotisation fédérale. A cela peuvent s'ajouter éventuellement des frais de garde d'enfant.

4.4.2 La diminution des coûts :

4.4.2.1 Matériel

En ce qui concerne le matériel, il me paraît difficile de faire autrement que de l'acheter. Le prêt n'est viable que pour une durée limitée ou pour dépanner. Il est possible d'aider financièrement les personnes à plus faible revenu.

4.4.2.2 Déplacements

Les déplacements sont souvent incontournables, et on a la possibilité de partager les frais.

4.4.2.3 Garde d'enfants

Les gardes d'enfant ont déjà été abordées dans le chapitre sur la disponibilité.

4.4.2.4 Cotisations

Les seuls tarifs qu'il est possible d'ajuster sont ceux concernant les inscriptions aux clubs, la cotisation fédérale, et l'assurance.

Pour ce qui est de la cotisation fédérale, des avantages financiers existent déjà pour les conjoints et les enfants. Mais aucune différence n'est faite entre les personnes qui ont de faibles revenus (dont une majorité de femmes), et ceux ayant des revenus plus importants.

Ne faudrait-il pas moduler la cotisation (une part fixe minimale, et une part calculée) en fonction du quotient familial = «revenu imposable» / («nombre de parts» ou «nombre de fédérés d'une même famille»). L'accessibilité financière pour tous à la cotisation fédérale est un enjeu important. Une cotisation trop coûteuse est une incitation à ne pas se fédérer.

Les cotisations clubs sont fixées différemment selon les clubs. Certains ont des frais d'inscription réduits pour les conjoints, les enfants... Les actions pour favoriser les personnes à faibles revenus pourraient être engagées de la même façon que pour les cotisations fédérales.

4.4.2.5 Assurance

Il reste les assurances. L'assurance proposée par la fédération, impose de se fédérer. Ce n'est pas un mal, mais cela s'ajoute à la note finale. Elle ne propose pas de forfait pour les couples et les familles, mais un demi-tarif pour les moins de 18 ans.

Voyons un exemple :

Pour assurer une famille composée de 2 adultes et 2 enfants, il en coûtera :

- A la FFS (tarif [INT-20]):

Assurance option 1 :

44 Euros par adulte + 22 Euros par enfant soit 132 Euros

Auquel viennent s'ajouter les licences (obligatoires pour bénéficier de l'assurance fédérale) :

29 Euros pour le premier adulte + 14.5 par adulte et enfant supplémentaire soit 72.5 Euros

Soit un total de : 204,5Euros (licences + assurances option 1)

- Au vieux campeur (tarif [INT-21]) :

Assurance option de base : 61 Euros (forfait famille).

Les différences de prestations concernent essentiellement les différents plafonds (prise en charge des frais de secours largement suffisante dans les 2 cas pour une pratique classique de la spéléologie, individuelle accident beaucoup plus intéressante à la FFS...) et les lieux de pratique (limité à 2500 km de la frontière française pour le vieux campeur).

Il faut également noter que l'assurance proposée par la FFS est beaucoup plus complète. Elle couvre par exemple : les manifestations, l'incapacité temporaire de travail, l'utilisation d'explosifs dans le cas d'exploration ou de secours, les activités d'encadrement, les clubs en responsabilité civile (à condition que les responsables soient eux-mêmes fédérés et assurés FFS)... **L'assurance de la FFS est prévue spécifiquement pour la pratique de la spéléologie.**

Mon but n'est pas de réaliser un comparatif entre l'assurance FFS et d'autres assurances (le Vieux Campeur dans mon exemple), mais de regretter simplement le fait que des tarifs davantage dégressifs ne soient pas proposés par l'assurance FFS comme cela est fait dans le domaine des cotisations : tarif réduit pour les conjoints. Ou encore mieux : des tarifs famille (à partir d'un couple avec ses 2 enfants) comme cela est fait au vieux campeur et permettant d'assurer toute la famille sans soucis budgétaire.

Est-ce que beaucoup de familles ayant 2 enfants à charges vont faire de la spéléo à l'autre bout du monde dans des conditions extrêmes ? Assurément non.

De plus, même les hommes deviennent plus prudents et pratiquent moins la spéléologie lorsqu'ils deviennent papa.

L'assurance de la FFS n'offre t'elle pas trop de garanties pour une simple pratique familiale telle qu'elle est pratiquée par de nombreux parents en compagnie de leurs enfants ?

Il serait certainement utile que la FFS négocie les tarifs des assurances pour les familles, avec des conditions éventuellement allégées pour les enfants. Il faut faire cependant attention au fait qu'un un contrat «allégé» n'inciterait pas à s'exposer au-delà des garanties du contrat !

Pour une famille, s'assurer à la FFS, c'est également être fédéré. Il me paraît donc intéressant d'inciter les parents à s'assurer en famille à la FFS, et de prendre ainsi la première carte fédérale pour leurs enfants. C'est une bonne façon de fidéliser les spéléos de la future génération.

Remarque : Les conditions de ces 2 assurances sont données en annexe 1 pour la FFS et en annexe 2 pour le Vieux Campeur.

5 Propositions

5.1 *Les motivations des femmes*

5.1.1 *Les sources de motivation*



En l'état actuel des choses, les motivations pouvant conduire une femme à pratiquer la spéléologie sont moindres que pour les hommes.

Le «plaisir», la «santé» et «rencontrer des amis» sont les trois premières motivations des sportifs pour faire du sport, avec une différence entre les hommes et les femmes en ce qui concerne le plaisir (74,9 % contre 67,5 % parmi les sportives).

Deux autres motivations se distinguent selon que l'on est un homme ou une femme. Les premiers disent plus volontiers faire un sport pour gagner (10,7 % contre 3,9 %), alors que les secondes répondent plus souvent faire du sport pour maigrir (18,6 % contre 10,8 %).

Des évolutions sont perceptibles en fonction de l'âge. Le sport pour la santé est souvent cité par les plus âgés [INT-7].

Ericka dans les galeries Michel Juhle (Haute-Garonne)

Motivée, n'est ce pas !

<i>Motivations</i>	<i>Hommes</i>	<i>Femmes</i>
1. Plaisir	74,9%	67,5%
2. Santé	<i>Valeur non disponible</i>	<i>Valeur non disponible</i>
3. Rencontrer des amis	<i>Valeur non disponible</i>	<i>Valeur non disponible</i>
Maigrir (cité surtout par les plus âgés)	10,8%	18,6%
Compétition	10,7%	3,9%

Pour une femme, la spéléologie est un sport difficile au niveau de l'effort physique, et de la disponibilité. Ces difficultés peuvent conduire à un stress plutôt déplaisant (courbatures et autres pathologies musculaires d'une part, soucis de garde d'enfants, travail domestique qui s'accumule, incompréhension de l'entourage... d'autre part).

Comme nous l'avons vu au chapitre traitant de la physiologie, le plaisir de faire de la spéléologie peut également être altéré par des problèmes plus spécifiques aux femmes.

En ce qui concerne la santé, les bénéfices sont les mêmes que l'on soit un homme ou une femme. Par contre les pathologies dues à la pratique de la spéléologie sont plus fréquentes chez les femmes que chez les hommes (musculature plus faible et hématomes par exemple).

Sont résumés, dans les paragraphes ci-dessous, des éléments que j'ai identifiés dans cette étude, qui peuvent être source de motivation ou démotivation pour une femme, et sur lesquels il est possible d'agir.

5.1.2 Disponibilité

La mise en place de **garde d'enfants** lors des stages et l'organisation de **stages en famille** ou de **sorties famille** dans les clubs peuvent être un bon moyen de pallier à certains problèmes de disponibilité, sans toutefois être la panacée. Il faut, pour ce type de solution, penser également au souci financier qui est plus présent pour les femmes que pour les hommes.

En ce qui concerne la garde d'enfants, cela répond à un réel besoin, mais n'est pas aisé à mettre en place et a un coût financier souvent important. Il faut des structures adaptées pour les plus jeunes, des activités encadrées pour les plus âgés. Ce besoin se fait sentir durant les stages de formation, mais également durant toutes les activités liées à la spéléologie : manifestations (congrès, journées nationales de la spéléologie...), gardes à domicile pour les réunions le soir... et ce pour les participantes, mais aussi pour les organisatrices.

La mise à disposition d'un espace couvert (et chauffé) et l'organisation d'activités permettraient à l'un des parents de rester avec ses enfants en compagnie d'autres parents et enfants durant la sortie spéléo du conjoint. C'est un moyen peu onéreux et sympathique de motiver les spéléos ayant des enfants à charge. Les activités peuvent aller du simple atelier de coloriage et modelage, à l'organisation d'une visite guidée (ou non) de cavité, aux exercices d'escalade sur une falaise école. Le choix est vaste, et dépend principalement de l'âge des enfants et du lieu, et du type de manifestation (sortie club, congrès, JNS, stage de formation...).



*Sortie en famille dans la grotte de Sabart (Ariège),
le papa est derrière l'objectif*

Il est également utile **d'accompagner le redémarrage de l'activité après une grossesse**, en gardant le contact tout d'abord, puis en favorisant les activités en relation avec la spéléologie, mais non sportives (comme la rédaction d'articles pour un journal par exemple), et enfin par un retour organisé et progressif à l'activité.

Il semble aussi important **d'accepter l'irrégularité** de la pratique. Les remarques du type : «si tu ne fais pas de la spéléo au moins tous les 15 jours, c'est pas la peine, tu ne peux pas suivre» sont particulièrement décourageantes !

5.1.3 Force physique

Les conseils de **répartition des charges** donnés au paragraphe 3.5.3 doivent être appliqués dans la mesure du possible.

La pratique sportive générale des femmes étant moins importante que celle des hommes, il est également important de choisir avec attention les sorties pour les débutantes, et d'accepter une **progression éventuellement plus lente**.

5.1.4 Equipement

Le port de **genouillères** peut grandement améliorer les choses au niveau des genoux qui sont les plus exposés. L'utilisation de **harnais de torse ne comprimant pas la poitrine**, et de **vêtement en taille femme** est conseillée. Afin de lutter contre le froid, proposer des **vêtements plus chauds** aux femmes qu'aux hommes, penser aux **chaussons néoprènes** et aux **gants**.

Encore faudrait-il que ce type de matériel fasse partie de la panoplie prêtée par les clubs au spéléologue débutant.

5.1.5 Choix de la cavité – Progression

Afin de lutter contre le froid, il faut adapter le rythme de la progression : **diminuer les temps de pause mais en augmenter la fréquence**.

Penser également à proposer des cavités dans lesquelles la **progression est plus technique** (passages en opposition, escalades, étroitures...) plutôt que des grands puits favorisant l'esprit de compétition, et mettant ainsi les femmes mal à l'aise vis à vis de leur co-équipiers masculin.

En outre, j'ai pu remarquer que les femmes, plus que les hommes, demandent un objectif précis à la sortie autre que sportif : grande salle, cascade spectaculaire, concrétions, biospéléologie... Elles sont souvent frustrées par une sortie purement sportive. Il faut donc également choisir la cavité et **mettre en avant la découverte du milieu** en plus des aspects purement sportifs. Ce n'est cependant pas le cas de toutes les femmes, il faut donc, comme l'indique la proposition 6, diversifier l'offre pour que la spéléologie attire un plus grand nombre de femmes, et non pas en faire un groupe totalement à part en les cantonnant dans un moule unique.

Cette observation est personnelle. Une étude comparative de la présence des femmes par rapport à la présence des hommes durant les différents types de stages organisés par la FFS, associée à une enquête, pourrait être un point de départ pour identifier plus précisément les attentes des femmes en matière de spéléologie (découverte, stages...).

5.1.6 Rencontrer des amis – le groupe – la convivialité

Les amis rencontrés sont en majorité des hommes. Or les femmes apprécient également de rencontrer d'autres femmes pour la pratique sportive qui est un moment de loisir et donc peut également être un moment de confidences. Il est de plus agréable d'avoir des co-équipiers d'un niveau similaire, ce qui est en général plus facile pour une femme avec d'autres femmes.

Dans la mesure du possible, il est donc intéressant de favoriser des **groupes mixtes équilibrés** (avec autant de femmes que d'hommes), surtout pour les adolescent(e)s qui supportent mal un déséquilibre trop important en leur défaveur. La condition d'une femme isolée dans un groupe d'hommes peut être difficile à vivre.



*Organisation de la dépollution 2004 en Haute-Garonne :
Les volontaires pour l'équipement du Blagnac, une équipe mixte*

D'autre part, pour une femme, se comporter avec des hommes dans un esprit de franche camaraderie n'est pas forcément chose aisée. Cela s'apprend en quelque sorte. J'ai pu remarquer que de nombreuses femmes pratiquant la spéléologie avaient des métiers pour lesquels la présence masculine est très importante, et souvent une personnalité affirmée. Cette remarque ne se fonde que sur mes impressions personnelles et mériterait d'être plus approfondie par une enquête appropriée.

Les femmes sont très souvent un **élément modérateur** et souvent appréciées pour leur sens de l'**organisation**.

Au niveau du comportement, il faut bien entendu éviter les remarques désobligeantes ou qui pourraient être mal interprétées («mais non, il n'est pas lourd ce kit, regarde, je n'ai pas de problème pour le soulever...»), ainsi que les comportements de compétition inégale mettant mal à l'aise... Bref, tous les comportements qu'on appelle sexiste et qui mettent à mal le moral des femmes ainsi traitées.

5.1.7 Compétition

Le moindre attrait des femmes pour la compétition n'est pas réellement un frein, puisqu'il n'y a pas (officiellement) de compétition en spéléologie.

Cependant, il faut bien admettre que dans le groupe, des spéléologues peuvent avoir tendance à transformer une exploration en course sportive, et instaurer, au mépris de l'éthique, une certaine forme de compétition. Qui n'a jamais entendu un spéléo se vanter d'avoir réalisé un – 600 en 8 h ou d'avoir remonté un puits de 80 m en moins de... Il ne faut donc pas être hypocrite, et avouer que la compétition existe ! Les différences de capacités physiques relevées en leur défaveur deviennent facilement source de discrimination envers les femmes qui se sentent alors dévaluées.

5.1.8 Manque de référence

Il serait certainement intéressant de mettre l'accent sur les **pratiques historiques et actuelles** de la spéléologie par les femmes (articles dans Spelunca ou exposition par exemple). Cette mission d'information est importante pour montrer que la pratique de la spéléologie par les femmes existe à tous les niveaux, et n'est pas récente.

Il faut également favoriser **l'encadrement des femmes par des femmes**.

5.2 Propositions et axes de réflexion

Le plan de propositions du rapport «femmes et sport» est repris ici. Pour chaque objectif du rapport, des propositions ou axes de réflexion applicables au sein de la FFS sont données. Ces propositions ne sont pas exhaustives.

Certaines propositions qui m'ont semblées difficilement transposables à la FFS n'ont pas été reprises ici.

Les titres des objectifs ont été repris textuellement. Par contre, j'ai parfois adapté les titres des propositions (en remplaçant par exemple le terme générique de sport, par le terme de spéléologie).

Remarque importante concernant la mise en place d'actions :

Ces propositions concernent bien entendu les femmes, puisque tel est le sujet de cette étude. Cependant, il me semble très important, pour que leur mise en application soit efficace, d'inclure dans les actions, aussi souvent que possible, les hommes.

La mixité passe par une bonne entente entre hommes et femmes.

La formation d'un groupe de personnes qui seraient traitées systématiquement à part (les femmes) ne pourrait qu'engendrer des conflits. Les effets secondaires de chaque action devront être évalués préventivement. Cela permettra de réajuster vers une mixité ou justifier (explication préventive) chaque action entreprise, selon le cas.

5.2.1 l'accès des femmes aux fonctions dirigeantes

Objectif : valoriser l'engagement des femmes

Proposition 1 : promouvoir un trophée femmes et spéléologie

Un concours ou un prix (trophée tournant par exemple) pourraient être proposé par la FFS. Le but serait de **récompenser des actions** entreprises par des responsables associatifs ou par des collectivités locales, et **favorisant la prise de responsabilité de femmes** ou/et **récompenser des femmes particulièrement actives au sein de la FFS.**

Proposition 2 : valoriser la mixité

Le décret du 7 janvier 2004 établit le principe de proportionnalité entre le nombre de sièges dont les femmes doivent disposer et le nombre de licenciées éligibles. Les fédérations ont 4 ans pour se mettre en conformité.

Objectif : Féminiser les fédérations dans les 4 ans

Proposition 3 : Promouvoir la prise de responsabilités dans les clubs de spéléologie,

Les fédérations doivent **communiquer auprès du public féminin** pour les encourager à prendre des responsabilités.

L'information concernant la prise de responsabilité des femmes au sein de la FFS pourrait être faite à travers la réalisation d'un courrier spécifique à destination des femmes, ou par la création d'une rubrique dans Spelunca, ou dans des publications régionales ou départementales. L'objectif étant d'atteindre toutes les femmes spéléologues susceptibles de prendre des responsabilités.

D'autre part, le décret du 9 avril 2002 article 2, relatif à l'agrément des groupes sportifs, prévoit que la composition du conseil d'administration doit refléter la composition de l'assemblée générale.

Proposition 4 : Mettre en place et suivre un tableau de bord de la féminisation,

Présenter des **indicateurs précis de féminisation** pour la fédération est un souhait du ministère. Ces indicateurs doivent être représentatifs de la féminisation au niveau national, régional, DTN... en fonction des tranches d'âges, et zones d'habitation...

Des statistiques existent déjà au sein de la FFS (et de certaines régions !). Elles pourraient être complétées et communiquées au sein même de la FFS (voir proposition 5).

Proposition 5 : Diffuser un rapport annuel sur la féminisation de la FFS,

Un **rapport annuel sur la féminisation de la FFS** permet d'accélérer la prise de conscience et de sensibiliser les différents responsables (présidents de clubs, formateurs...).

Des indicateurs complets et largement diffusés sont donc souhaitables.

Ce type de rapport pourrait comporter, entre autres, les indicateurs de la proposition 4, mais également des chiffres plus généraux concernant le sport et les femmes (afin d'avoir une base de comparaison). Actuellement, les statistiques ne sont disponibles que dans « le descendeur » diffusé de façon restreinte (document remis aux grands électeurs).

Il faudrait étendre la diffusion aux régions, départements, clubs, mais aussi à toutes les personnes susceptibles d'encadrer de futurs spéléos. La publication de tout ou partie de ce rapport sur le site Internet de la fédération ou dans Spelunca (revue de la FFS) pourrait également être un moyen utilisé pour atteindre un plus large public.

Objectif : Accompagner la prise de responsabilités

Proposition 6 : Créer un réseau de femmes dirigeantes,

Mettre les femmes en relation entre elles leur permet de se sentir moins isolées. La mise en place de **rencontres régionales ou nationales de femmes ayant des responsabilités ou souhaitant en prendre** pourraient être utile (présentation des projets respectifs par exemple).

Proposition 8 : Parrainer les nouvelles dirigeantes

La **mise en place d'un parrainage** des nouvelles élues au cours de la première année est souhaitable. Cette mise en place doit être clairement définie afin que les femmes y ayant recours puissent se sentir confortées par cet appui.

Pour que ce type d'entraide fonctionne correctement, il faut éviter de proposer à des femmes les postes ou des risques de conflit important sont à craindre (si le précédent détenteur du poste part en «claquant la porte», il est peu probable qu'il mette de la bonne volonté à prodiguer des conseils).

Proposition 9 : Développer une mission «femmes» dans les centres de ressources

Le rapport préconise la mise en place d'un centre de ressources pour constituer une source fiable et complète de connaissance sur cette problématique.

Au niveau de la FFS, une **commission «femmes»** pourrait jouer, entre autres, ce rôle, avec pour mission :

- Ø **répertorier** les études,
- Ø **communiquer** : faire partager les expériences de terrain pour faciliter la mise en place de nouvelles actions,
- Ø **conseiller** les différents organisateurs pour la mise en place de formations, animations, manifestations...

5.2.2 La pratique de la spéléologie

Remarque : Le rapport «femmes et sport» réduit les propositions aux jeunes filles et femmes dans les quartiers sensibles. Les propositions faites ici ne se limitent pas à ce cadre, la pratique de la spéléologie par les femmes étant faible quels que soient les milieux sociaux.

Objectif : proposer un encadrement mixte de qualité

Proposition 1 : Développer la mixité dans l'encadrement sportif

Les adolescentes et de même que les femmes aborderont plus facilement les problèmes liés au corps et à la santé avec d'autres femmes. De plus, une femme s'identifiera et se comparera plus volontiers à une formatrice qu'à un formateur.

D'où la nécessité de **former un nombre plus important de femmes cadres**, initiateur, mais aussi moniteur et instructeur (voir propositions paragraphe 4.2.3).

Il faut ensuite **augmenter le nombre de femmes cadres pour l'encadrement** de tous types de stages, en imposant, par exemple, un quota ou un nombre minimum de femmes dans l'encadrement des stages et écoles de spéléologie.

Et enfin, il faut **FORMER les cadres** masculins et féminins, ainsi que toute personne susceptible d'encadrer ou organiser des sorties spéléologiques, aux spécificités des femmes (motivations différentes, force physique...). Une mission d'information est donc à envisager, afin de toucher toutes les personnes susceptibles d'encadrer.

Comme le souligne Jean-Luc Guinot dans son article traitant de la pédagogie en spéléologie [DOC-10]: «*Un bon pédagogue doit se documenter, acquérir de nouveaux savoirs en psychologie, sociologie, physiologie et psychopédagogie*». Les données des paragraphes 3 et 4 de cette étude couvrent une partie de ces savoirs à acquérir (je l'espère) pour l'encadrement de femmes en spéléologie.

Proposition 3 : Soutenir la pratique de la spéléologie en milieu scolaire

La découverte de la spéléologie peut se faire dès l'école primaire. Les attitudes sexiste sont déjà (hélas) présentes dans les écoles à cet âge là, mais la complicité entre filles et garçons est cependant suffisante pour que l'action engagée touche tous les enfants sans (trop de) discrimination.

L'organisation de sorties découverte permet de faire découvrir la spéléologie aux filles, dans le milieu sécurisé de l'école. **L'organisation de travaux autour de la spéléologie parallèlement à la découverte de l'activité durant une partie de l'année scolaire** peut être un élément moteur (la préhistoire et travaux sur la pollution sont au programme de CE2 par exemple).

De nombreux projets de ce type existent déjà à travers les différentes régions de France.

Objectif : Re-équilibrer les actions vers les femmes

Proposition 4 : Orienter les financements vers les femmes

Le rapport stipule : «Les critères d'attribution des crédits FNDS devraient intégrer les objectifs de l'augmentation de la pratique féminine» (garderies, sorties famille...).

Il est d'ores et déjà possible d'**orienter la distribution des différentes subventions** de la FFS à destination des clubs et des individuels (financement d'expéditions, aides à la formation, répartition du FNDS aux clubs...) en fonction de l'importance de la pratique féminine (ou plutôt du respect de la mixité).

L'**indexation des cotisations fédérales sur le quotient familial**, est également un moyen de prendre en compte les plus faibles revenus des femmes (sans pénaliser les hommes ayant également de faibles revenus). La même incitation pourrait être faite pour les cotisations club. La **négociation de forfaits famille avec l'assurance** pourrait être également entreprise par la FFS.

Proposition 5 : Soutenir des opérations de promotion vers les femmes,

Il s'agit de mieux faire connaître les possibilités de pratique de chaque discipline pour les femmes : journées portes ouvertes, initiations gratuites ... à destination des femmes. Les **journées nationales de la spéléologie** pourraient être une bonne occasion pour ce type d'actions. Reste que la **FFS doit mobiliser ses pratiquantes, leur suggérer et les aider à organiser des actions** de promotion de la spéléologie envers les femmes.

L'objectif des journées nationales de la spéléologie est de sensibiliser le grand public en donnant une image favorable de notre activité, mais aussi de faire émerger de nouvelles vocations auprès des jeunes notamment. Cet objectif ambitieux ne doit pas être gêné par des actions qui priveraient certains hommes d'une découverte au profit de femmes. Cependant, des actions simples peuvent être entreprises pour mobiliser une proportion plus importante de femmes et les encourager à persévérer.

Voici quelques exemples :

- Réalisation des affiches d'invitation à ces journées en présentant un homme ET une femme spéléos en action ;
- Organisation de sorties d'initiations associant une pratique sportive modérée (pour éviter les hématomes, les attentes trop longues dans les puits...) et une découverte de l'environnement (concrétions, lac, biospéléo...).
- Organisation de sorties famille (avec jeunes enfants), ou facilitant la garde alternée des enfants par chacun des parents (nécessite des sorties pas trop longues, et un local d'accueil pour les enfants et parents les surveillant, avec l'organisation de petites activités les divertissant).
- Penser à mobiliser des femmes pour l'encadrement de l'initiation. Elles sont souvent peu disponibles et participent donc faiblement à ce type d'action. Un système de garderie pour enfants pourrait être mis en place.
- Expositions montrant des hommes ET des femmes faisant de la spéléo.

Proposition 6 : Diversifier l'offre,

Des études ont montré les attentes spécifiques des femmes en matière de sport. Il faudrait mieux connaître les attentes des femmes dans le domaine particulier de la spéléologie qui allie sport et découverte du milieu souterrain (proposition 7). Il serait utile de prendre en compte ces aspirations dans le cadre des formations, mais aussi lors des différentes sorties (initiation ou non) et de **diversifier l'offre de stages** en conséquence.

Objectif : Mieux adapter l'offre aux attentes

Proposition 7 : Mieux connaître les attentes,

Une étude sur les attentes des femmes permet de diversifier l'offre (proposition 6) et de se mobiliser sur ces attentes (proposition 8). Des indications sur ces attentes sont données tout au long de cette étude, et plus particulièrement dans le chapitre concernant les motivations (chapitre 5.1).

Pour résumer, le choix des cavités (beauté, curiosité, difficulté technique...), le confort (l'adaptation des vêtements, les protections, le rythme de la course), la composition du groupe, l'organisation (les horaires, la possibilité de participer à des sorties famille), etc, sont autant de facteurs qui vont faire qu'une sortie va plaire, c'est à dire qui répondra aux attentes de [DOC-10]:

- «convivialité et ambiance souterraine»,
- «beauté du milieu souterrain»,
- «coté physique et technique».

Proposition 8 : Mobiliser sur les attentes des femmes,

Les motivations des femmes pour la pratique d'un sport sont décrites au chapitre 5.1 : plaisir, santé, rencontre d'amis... ainsi que dans la proposition 7 pour ce qui concerne plus particulièrement la spéléologie.

Objectif : Partager les expériences

Proposition 9 : Expérimenter pour mieux agir,

Le rapport préconise la définition d'une dizaine de sites expérimentaux qui pourraient bénéficier de financements spécifiques (ministérielles, FNDS...) et aides à la formation. Le but serait d'intensifier les actions fédérales auprès des filles dans les quartiers sensibles. A suivre !

Le choix par la FFS de **départements pilotes** pourrait permettre de valider certaines actions puis de les ajuster, et de les étendre aux autres départements.

Proposition 10 : Créer un centre de ressources

Voir proposition 9 du chapitre précédent.

6 Conclusion

La question posée est : «*Comment fédérer un nombre plus important de femmes à la FFS ?* » En d'autres termes : «*Comment intéresser les femmes à la spéléologie, et les encourager à persévérer et à prendre des responsabilités ?* ».

La méthode qui doit être appliquée peut se résumer en trois mots :

- Volonté – Action – Evaluation -

Il faut, en premier lieu, **Afficher la volonté de la FFS** de fédérer les femmes, et expliquer cette volonté. Une communication doit être réalisée envers les responsables de la FFS à tous les niveaux (national, régional, départemental, clubs), mais aussi envers les femmes. En effet, les femmes ne pourront être attirées vers la FFS que si cette dernière montre qu'elle comprend leur attentes.

Ensuite il faut **Agir**. L'action passe par différentes étapes. Tout d'abord, il est important de réaliser une étude approfondie des attentes des femmes pour définir les actions à réaliser. Ensuite, il faudra définir des moyens (choix d'une organisation : commission femmes par exemple, recherche de financements, moyens de communication...), permettant de réaliser les actions.

L'efficacité des actions entreprises est mesurée par une **Evaluation régulière des résultats**. Il est ainsi possible de réajuster les actions en conséquence.

Le choix de départements pilotes me paraît souhaitable. Il permet de connaître l'effet réel des actions, tout en limitant l'investissement financier initial. Communiquer, ensuite, les objectifs et les résultats, est un support pour la recherche de nouveaux financements. Ceux-ci sont importants pour développer à travers la France l'action engagée.

Maintenant, à nous, membres de la FFS, hommes et femmes, d'agir.

7 Annexes

7.1 *Annexe 1 : Assurance de la FFS*

Tarifs et conditions présentées sur le site Internet [INT-20] en juin 2004

<i>Licence membre club</i>	<i>Prix</i>
Licence <i>plein tarif</i>	29,00 €
Licence <i>tarif Famille</i>	14,50 €
Licence <i>Jeune (-22 ans)</i>	14,50 €

<i>Assurance Spéléo</i>	<i>Prix</i>
Option 1 de base	44,00 €
Option 1 de base-Tarif Jeune (-18 ans)	22,00 €
Option 2	63,00 €
Option 3	85,00 €

<i>Assurance Archéo</i>	<i>Prix</i>
Assurance <i>tarif unique</i>	13,00 €

<p>A. RESPONSABILITE CIVILE par sinistre et/ou événement : 9.200.000 € maximum, dont : - Dommages corporels, par sinistre : 9.200.000 € - Dommages matériels et/ou immatériels consécutifs : 1.525.000 € - Dommages immatériels non consécutifs : 770.000 € - Dommages vol par préposés de la FFS : 77.000 € - Biens confiés : 15.250 € (franchise : 75 €)</p> <p>B. DEFENSE ET RECOURS - par sinistre : 50.000 €</p>	<p>PERSONNES GARANTIES Les garanties du contrat s'exercent dans le MONDE ENTIER, y compris pour les membres des clubs étrangers adhérant au contrat et titulaires de la licence et de l'assurance de la FFS, en cours de validité. La garantie est acquise en faveur de ressortissants français, licenciés de la FFS, lorsqu'ils résident en permanence à l'étranger (sauf USA/Canada).</p> <p>ACTIVITES GARANTIES 1° Pratique de la spéléologie : - en tous lieux, mines, carrières et cavités naturelles ou artificielles ; - avec utilisation d'explosif, en dehors de travaux sous l'eau ; - sous toutes ses formes, y compris notamment : * nettoyage de canyons ou de cavités, * entraînement et perfectionnement, * entraînement aux opérations de secours, * instruction et formation, * approche des gouffres et cavités, * opérations de démonstrations, * stages organisés par les associations assurées, * travaux d'étude liés à la spéléologie. * l'exploitation d'un musée de la spéléologie</p> <p>2° Activités suivantes : Alpinisme, hydrospeed, canoë-kayak, ski de fond, ski alpin (à l'exclusion du ski alpin hors piste), randonnée à ski ou avec raquettes, descentes de canyons, escalade de rochers ou d'obstacles artificiels, VTT, via ferrata, plongée sous toutes ses formes, rafting (sous réserve que cette activité ne soit pas effectuée en zone interdite et que les moyens de sécurité, casque et gilet de sauvetage, soient impérativement utilisés).</p> <p>3° Déplacements par tous moyens de locomotion, motivés directement ou indirectement par la spéléologie.</p> <p>4° Les opérations de secours et de sauvetage.</p> <p>5° Les meetings, colloques, assemblées générales...</p> <p>6° La pratique de l'archéologie, en surface, ou en sous-sol : dans des cavités de classe 3 au plus.</p>			
<p>C. INDIVIDUELLE ACCIDENT</p> <p>La limitation contractuelle d'indemnité concernant l'ensemble des garanties individuelle accident est fixée à 7.700.000 € par événement, quel que soit le nombre de victimes.</p>				
<p>1. DECES montant par victime</p> <table border="1"> <tr> <td><i>Option 1</i> 7.700 €+ 3.050 €/ enfant</td> <td><i>Option 2</i> 15.250 €+ 4.600 €/ enfant</td> <td><i>Option 3</i> 23.000 €+ 6.100 €/ enfant</td> </tr> </table>	<i>Option 1</i> 7.700 €+ 3.050 €/ enfant	<i>Option 2</i> 15.250 €+ 4.600 €/ enfant	<i>Option 3</i> 23.000 €+ 6.100 €/ enfant	
<i>Option 1</i> 7.700 €+ 3.050 €/ enfant	<i>Option 2</i> 15.250 €+ 4.600 €/ enfant	<i>Option 3</i> 23.000 €+ 6.100 €/ enfant		
<p>2. INFIRMITE PERMANENTE Invalidité totale ... € portée à ... € quand il y a assistance d'une tierce personne</p> <table border="1"> <tr> <td><i>Option 1</i> 30.500 € portée à 46.000 €</td> <td><i>Option 2</i> 61.000 € portée à 92.000 €</td> <td><i>Option 3</i> 92.000 € portée à 138.000 €</td> </tr> </table>	<i>Option 1</i> 30.500 € portée à 46.000 €	<i>Option 2</i> 61.000 € portée à 92.000 €	<i>Option 3</i> 92.000 € portée à 138.000 €	
<i>Option 1</i> 30.500 € portée à 46.000 €	<i>Option 2</i> 61.000 € portée à 92.000 €	<i>Option 3</i> 92.000 € portée à 138.000 €		
<p>3. FRAIS DE TRAITEMENT Les frais de traitement sont indemnisés sur la base d'un maximum d'indemnité par victime de ... € dont lunettes ... €</p> <table border="1"> <tr> <td><i>Option 1</i> 2.300 € dont lunettes 115 €</td> <td><i>Option 2</i> 3.050 € dont lunettes 153 €</td> <td><i>Option 3</i> 4.600 € dont lunettes 230 €</td> </tr> </table>	<i>Option 1</i> 2.300 € dont lunettes 115 €	<i>Option 2</i> 3.050 € dont lunettes 153 €	<i>Option 3</i> 4.600 € dont lunettes 230 €	
<i>Option 1</i> 2.300 € dont lunettes 115 €	<i>Option 2</i> 3.050 € dont lunettes 153 €	<i>Option 3</i> 4.600 € dont lunettes 230 €		
<p>4. FRAIS DE RECHERCHE ET DE SAUVETAGE Les frais de recherche et de sauvetage sont indemnisés à concurrence de 23.000 € par bénéficiaire (quelle que soit l'option)</p>				
<p>5. FRAIS DE RAPATRIEMENT Les frais de rapatriement sont indemnisés à concurrence de ... par bénéficiaire</p> <table border="1"> <tr> <td><i>Option 1</i> 1.525 €</td> <td><i>Option 2</i> 3.050 €</td> <td><i>Option 3</i> 3.050 €</td> </tr> </table>	<i>Option 1</i> 1.525 €	<i>Option 2</i> 3.050 €	<i>Option 3</i> 3.050 €	
<i>Option 1</i> 1.525 €	<i>Option 2</i> 3.050 €	<i>Option 3</i> 3.050 €		
<p>6. INCAPACITE TEMPORAIRE DE TRAVAIL Versement d'une indemnité quotidienne uniquement en cas de perte de salaire, pour les titulaires de la carte nationale de la FFS en cours, à concurrence de ... par jour à compter du 6^{ème} jour après l'accident.</p> <table border="1"> <tr> <td><i>Option 1</i> 16 € (maxi : 12 mois)</td> <td><i>Option 2</i> 23 € (maxi : 18 mois)</td> <td><i>Option 3</i> 31 € (maxi : 18 mois)</td> </tr> </table>	<i>Option 1</i> 16 € (maxi : 12 mois)	<i>Option 2</i> 23 € (maxi : 18 mois)	<i>Option 3</i> 31 € (maxi : 18 mois)	
<i>Option 1</i> 16 € (maxi : 12 mois)	<i>Option 2</i> 23 € (maxi : 18 mois)	<i>Option 3</i> 31 € (maxi : 18 mois)		
	<p>EXTENSIONS DE GARANTIES - Dommages aux locaux à usage temporaire ; - Dommages aux biens confiés ; - Défense et recours en cas d'accident corporel (sauf USA/Canada)</p>			

7.2 Annexe 2 : Assurance Proposée par le Vieux Campeur

Contrat de base : Tarifs et conditions présentées sur le site Internet [INT-21] en juin 2004.

Activités sportives concernées :

Camping, Canoë, Canyoning, Chasse sous-marine, Course à pied, Escalade, Grimpe, Kayak, Luge, Montagne, Natation en mer, Rivière, Piscine, Parapente (voir options), Planche à voile, Plongée sous-marine, Rafting, Randonnée pédestre, Randonnée en eau vive, Raquette à neige, Roller, Running, Ski à roulettes, Ski de piste, nordique, de randonnée, Snowboard, Spéléologie, Squash, Surf d'eau, Télémart, Tennis, V.T.T. et autres vélos, Voile.

Assurance et Assistance : Contrat de base (Attention : Altitude/Distance, consulter l'option concernée)

RESPONSABILITE CIVILE

Sans limitation de somme pour les dommages corporels.

76000 euros (soixante seize mille euros) pour les dommages matériels.

INDIVIDUELLE ACCIDENT

Capital de 4500 euros (quatre mille cinq cent euros) en cas de décès ou d'incapacité (franchise de 15% en cas d'incapacité).

Ce capital peut être porté à 7600 euros (sept mille six cent euros) au moyen d'une option de 8,50 euros (huit euros et cinquante cents). Pour le parapente le capital ne peut être augmenté.

Ce capital peut être porté à 15000 euros (quinze mille euros) au moyen d'une option de 24,50 euros (vingt quatre euros et cinquante cents).

FRAIS MEDICAUX

En France, dans une limite maximum de 150 euros (cent cinquante euros), les frais médicaux sont pris en charge suite à un accident après intervention de la Sécurité Sociale et d'organismes mutuels complémentaires s'il y a lieu.

A l'étranger, les frais médicaux sont pris en couverts à concurrence maximum de 1500 euros (mille cinq cent euros).

ASSISTANCE MEDICALE –RAPATRIEMENT

Les frais éventuels de rapatriement de l'assuré et de sa famille (sans limite de nombre pour la famille) ou d'accompagnant...pour raison médical ou accidentelle sont pris en charge sans limite de somme. Toutefois, le rapatriement ne peut avoir comme destination finale qu'un pays européen (C.E.E).

FRAIS D'INTERRUPTION D'ACTIVITE SPORTIVE PAYANTE

Vos stages, forfaits, réservations de cours, abonnements de remontées mécaniques,etc. qui ne peuvent être honorés pour raison médicale ou accidentelle survenue pendant leur déroulement, sont remboursés pour un montant maximum de 300 euros (trois cent euros) ...sur justificatif.

FRAIS DE SECOURS ET DE RECHERCHES

Quels que soient les moyens utilisés y compris l'hélicoptère, les frais de secours et de recherches sont pris en charge à leur valeur réelle jusqu'à concurrence de 11400 euros (onze mille quatre cent euros) maximum.

ASSURANCE DU MATERIEL

Nous garantissons le matériel acheté Au Vieux Campeur dans le cas de dommages accidentels, c'est-à-dire destruction ou perte consécutive à un accident. Malheureusement, nous ne pouvons à aucun moment garantir le vol.

Le matériel endommagé est remplacé par un matériel identique et en aucun cas remboursé, pour un maximum de 3000 euros (trois mille euros).

La valeur du matériel endommagé est égale à 100 % de sa valeur d'acquisition pendant la première année.

Au cours de la deuxième année, application d'une franchise de vétusté de 10 %.

Bien entendu, la garantie du matériel ne fonctionne la deuxième année que si le propriétaire est toujours membre du Club.

La couverture assurance et assistance de la carte Club Vieux Campeur est réalisée par le groupe Generali France, département voyage, police groupe n° 63.101.536 B. L'assistance médicale et le rapatriement sont effectués par Europ Assistance. Le suivi technique des dossiers est assuré par le Cabinet O.G.A.S.C.O., 1 rue de Maubeuge, 75009 Paris Tél. : (0)1 48 78 22 03. RCS Paris B 672049194, garantie financière et RC professionnel CGPA n°16348. Les compétitions nationales et internationales sont exclues. Tous les sports mécaniques sont exclus. Les professionnels (guides, moniteurs...) ou qui sont rémunérés comme tels sont exclus. Ces pages ne constituent pas un document contractuel, seul l'imprimé édité par la compagnie d'assurance et remis au moment de l'inscription engage les signataires.

Assurance et Assistance : les options**CAPITAL DECES 7600 euros**

Option à prendre si vous souhaitez porter le capital décès ou incapacité de 4500 euros à 7600 euros.

CAPITAL DECES 15000 euros

Option à prendre si vous souhaitez porter le capital décès ou incapacité de 4500 euros à 15000 euros.

ALTITUDE/DISTANCE

Si vous êtes à plus de 2500 km d'une frontière de France et à plus de 4000 mètres d'altitude, les garanties vous seront acquises si vous prenez cette option.

Si vous êtes à plus de 2500 km d'une frontière de France mais à moins de 4000 mètres d'altitude, les garanties vous seront acquises sans le paiement de cette option.

Si vous êtes à plus de 4000 mètres d'altitude mais à moins de 2500 kilomètres d'une frontière de France, les garanties vous sont acquises sans le paiement de cette option.

VIE PRIVEE 24H/24H, 365 JOURS/AN

Cette option est une assurance qui ne peut être acquise qu'en complément de la carte de base. Sa couverture correspond à une "assistance" 24h/24h, 365 jours/an (assistance médicale rapatriement, frais médicaux, frais de secours et de recherche, frais d'interruption d'activité sportive payante). Elle est donc un complément pour votre vie privée à l'exception des risques professionnels.

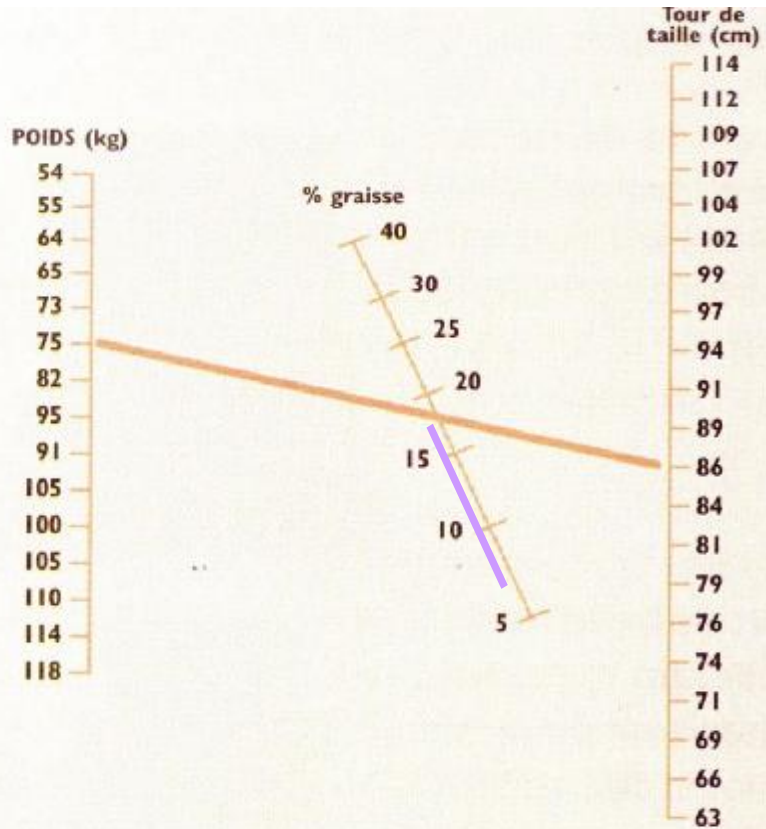
<i>Tarifs annuels</i>	<i>INDIVIDUEL</i>	<i>FAMILIAL</i>
CONTRAT DE BASE (Familial à partir de 4 personnes*)	23 euros	61 euros
OPTIONS		
ALTITUDE/DISTANCE	+ 32 euros	+ 82 euros
VIE PRIVEE	+ 23 euros	+ 67 euros
ACCIDENT : capital 7 000 euros	+ 8,50 euros (par pers.)	
ACCIDENT : capital 15 000 euros	+ 24,50 euros (par pers.)	

Le prix de base comprend les garanties et avantages décrits ci-dessus. Le prix des options est à ajouter au prix de la carte de base.

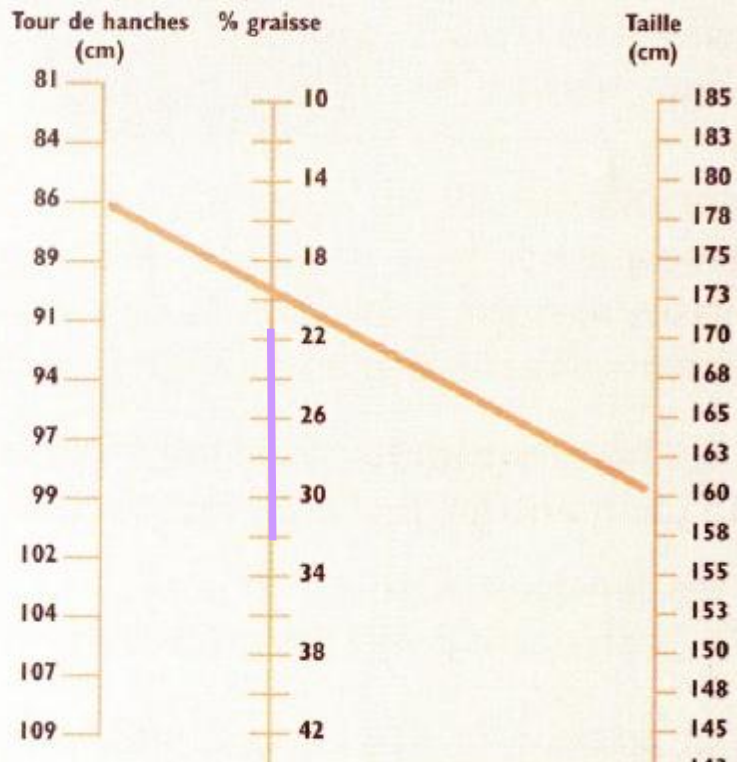
*Familiale minimum 4 personnes de la même famille ou de 4 personnes habitant le même domicile.

7.3 Annexe 3 : Diagramme de Wilmore

Monogramme de Wilmore pour les hommes



Monogramme de Wilmore pour les femmes



8 Glossaire

<i>Abréviation</i>	<i>Terme</i>
CDOS	Comité Départemental Olympique et Sportif
CDS	Comité Départemental de Spéléologie
CNOSF	Comité National Olympique et Sportif Français
CREDOC	Centre de Recherche pour l'Etude et l'Observation des Conditions de vie
CROS	Comité Régional Olympique et Sportif
CSR	Comité Régional de Spéléologie
CTN	Conseiller Technique National
DRDJS	Direction régionale et départementale de la jeunesse et des sports
DTN	Directeur Technique National
EWS	European Women & Sports
FFS	Fédération Française de Spéléologie
INSEE	Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques