

# GUIDE : LE DÉCONFINEMENT DE VOTRE ASSOCIATION SPORTIVE

[www.geekie.app](http://www.geekie.app)

 Geekie.app



Relancez votre activité  
avec vos adhérents



# GEEKIE.APP, C'EST QUOI ?

Geekie.app est un logiciel de gestion en ligne conçu spécifiquement pour les associations sportives. Il vous simplifie la vie dans les tâches administratives et chronophages. Geekie.app vous permet de gérer les adhésions, la communication avec vos membres, votre site internet et vos adresses mails spécifiques, directement sur une plateforme unique. Il permet aussi de gérer la comptabilité, les dons, les campagnes d'adhésion et la présence des adhérents.

Geekie.app ré-invente la gestion des associations sportives.

**NEW**



Geekie.app simplifie votre gestion au service de vos sportifs, bénévoles et salariés.  
Optimisez votre gestion et gagnez du temps pour faire ce qui compte,  
la pratique sportive !



[www.geekie.app](http://www.geekie.app)

# Sommaire

---



Préambule.....	04
Penser votre projet associatif après le Covid-19.....	06
Comment s’y prendre.....	07
Prendre en compte les nouveaux besoins.....	08
Innover dans votre gestion associative.....	09
Lancer une démarche éco-responsable.....	10
Que retenir de la démarche éco-responsable.....	11
Accueillir ses adhérents en toute sécurité.....	12
Adapter ses activités en lien avec sa fédération.....	13
Définir un parcours de l’adhérent.....	14
Communiquer et valoriser son projet associatif.....	15
Communiquer de manière efficace.....	16
Votre check-list pour une reprise efficace.....	18
Les cinq guides pratiques.....	20
Les 10 règles d’or.....	21
Geekie vous fait un cadeau.....	23

# Préambule

**Ce guide, proposé par Geekie, a vocation à accompagner les associations sportives dans l'élaboration et l'animation d'un projet associatif ambitieux respectant le cadrage sanitaire lié au COVID-19.**



Depuis le 15 mars 2020, l'ensemble des acteurs du sport ont vécu une période singulière. Le confinement a transformé les pratiques sportives et éducatives, a mis en exergue les technologies numériques et

leurs limites face au besoin de pratiquer ensemble, en club.

Pendant cette période de confinement, le ministère des Sports, avec le concours de l'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité, ont accompagné les français pour maintenir une activité physique régulière à leur domicile avec des recommandations et des conseils simples à mettre en pratique, quel que soit l'âge.

A partir du 02 juin 2020, le secteur du sport peut, de nouveau, proposer des activités physiques et sportives sous plusieurs conditions. Les associations sportives et structures sportives vont réouvrir progressivement pour agir avec les pratiquants, aux côtés des bénévoles et des partenaires. Le ministère des Sports a rédigé cinq protocoles pour informer le mouvement sportif et proposer des pratiques alternatives. Les acteurs du sport disposent de protocoles sanitaires pour

accueillir les sportifs dans les meilleures conditions.

De notre côté, en tant qu'entreprise technologique, nous nous sommes adaptés pour répondre aux besoins de nos clients qui sont pour la plupart des associations sportives. Ce guide a vocation de permettre aux associations de se déconfiner sans oublier l'essentiel, c'est-à-dire le projet associatif.

Nous sommes convaincus que le sport est un moyen d'éducation et nous faisons tout pour que les associations continuent de proposer des activités sportives qui permettent à chacun de partager avec les autres, de se construire et de s'émanciper dans une démarche de santé et de bien-être. Le contenu du guide se veut pratique et opérationnel.

William Roguelon  
Dirigeant de Geekie  
[www.geekie.app](http://www.geekie.app)

# Rappel

---



La situation sanitaire évoluant au jour le jour, il est indispensable pour les associations sportives de se tenir informées très régulièrement des consignes applicables pour la santé et la sécurité des adhérents dans le cadre de la reprise des activités sportives, et de les mettre en œuvre.

Ce guide n'a pas vocation à se substituer aux consignes des autorités sanitaires et doit être pris comme un outil de réflexion pour envisager les conditions de reprise de l'activité dans une démarche pédagogique et collective.

Le présent guide, élaboré par l'équipe Geekie, ne se veut pas exhaustif et doit faire l'objet d'une utilisation adaptée aux particularités de chaque association sportive utilisatrice.

# Penser votre projet associatif

---

## après le Covid-19

### Le Covid, une occasion de questionner votre projet associatif et sportif

Prises par le quotidien, beaucoup d'associations sportives ne se donnent pas le temps de discuter et de formaliser leur projet associatif. Or tout ne va pas sans dire !

Une association sportive n'est pas qu'un club avec des pratiquants qui font du sport dans un cadre de compétition. La rédaction d'un projet associatif doit permettre de formaliser la finalité, les valeurs, les objectifs et les actions de l'association.

Il s'agit non seulement d'un outil de communication, en interne et en externe, mais aussi d'un garde-fou qui évite de *"dériver vers la compétition à tout prix ou de devenir l'instrument de quelqu'un d'autre"* et faire évoluer les actions engagées... donc de progresser !

Compte tenu de l'évolution du contexte des associations, le projet associatif est un outil dit « politique » mais aussi un acte stratégique.

Cette affirmation signifie que :

- le projet associatif est une référence institutionnelle ;
- les administrateurs, les salariés et les bénévoles ont ensemble, chacun à leur place respective, la responsabilité de l'animer, de le faire vivre au quotidien, et de le faire évoluer dans le temps ;
- il est pour tous, pratiquants, familles, acteurs internes et partenaires un moyen de connaissance, de lisibilité et de dynamisation ;

Le projet de l'Association est en fait la colonne vertébrale de celle-ci.

Le contexte de cette pandémie ne doit pas être un motif pour restreindre les pratiques sportives mais l'occasion de questionner son organisation, sa gestion au quotidien et les pratiques proposées.

# Comment s'y prendre ?

La démarche de projet associatif se résume en quatre étapes majeures :



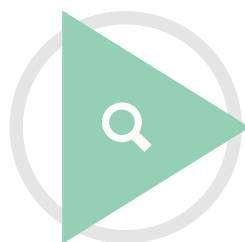
## Le diagnostic

Un programme d'actions défini autour d'objectifs



## La formalisation du projet

- Coeur du projet associatif
- Document politique



## La traduction du projet

- Déclinaison opérationnelle
- Actions
- Moyens



## L'évaluation du projet

- Ajustement
- Évolution

Il convient de prendre en compte les dispositions applicables aux différentes disciplines sportives éditées par le Ministère des Sports. Une attention particulière doit être apportée aux pratiquants, bénévoles et salariés de votre association.

En effet, les pratiquants, notamment les enfants ont été touchés par les conséquences du coronavirus. Du jour au lendemain, leur quotidien a changé avec le confinement. L'arrêt de la pratique sportive a permis de prendre conscience de l'importance des associations sportives sur le territoire. Les effets du confinement ont amené à :

- Une augmentation de l'anxiété et du stress ;
- Une augmentation évidente de la sédentarité ;
- Une difficulté à maintenir une alimentation équilibrée en qualité et en quantité ;
- Une addiction visuelle et auditive aux écrans (informations, divertissements, jeux) ;
- Une élévation de la tension artérielle ;
- Une perception négative de notre environnement et de soi-même.

De plus, l'absence des relations sociales a aussi pesé sur la vie quotidienne des français. Avec le confinement, les pratiquants et les bénévoles n'ont pas pu partager la passion du sport. C'est dans ce cadre que votre association reprend ses activités.

# Prendre en compte les nouveaux besoins

Au regard de ces constats, de nouveaux besoins émergent pour accueillir les adhérents dans votre association :

- Echanger avec vos adhérents sur le confinement et de ce qu'ils attendent de la rentrée sportive pour comprendre leurs besoins et attentes ;
- Donner envie aux pratiquants de participer à la vie de l'association, pour réfléchir sur le devenir de l'association, prendre en compte le déconfinement et les consignes fédérales dans le fonctionnement de celle-ci ;
- Associer chacun, y compris les enfants, à la réflexion de la pratique sportive et l'évaluation sur la mise en place des mesures sanitaires (gestes protecteurs, aménagements des locaux, accès aux toilettes, organisation des compétitions, etc) ;
- Initier des temps de loisirs partagés enfants/parents, c'est-à-dire créer de nouvelles activités sportives où les enfants peuvent jouer avec leurs parents au sein de club ;

Une occasion de limiter la perte d'adhérents...



Retrouver le chemin de l'association sportive, c'est simplement :

- Retrouver le monde extérieur dont le sport a une place importante ;
- Retrouver les amis et la possibilité d'échanger avec eux et vivre la passion du sport ;
- Rencontrer d'autres personnes autre que la famille, ce qui permet de partager et de se socialiser ;
- Vivre sa pratique sportive pour son bien-être et sa santé ;
- Se projeter dans la société et mener un projet.



# Innover dans votre gestion

## associative

La France compte plus de 300 000 associations sportives sur son territoire. Toutes ces associations possèdent des objectifs et des modes de fonctionnement différents. La plupart sont affiliées à des fédérations sportives et bénéficient d'outils digitaux pour gérer les licences.

Mais certains impondérables de gestion sont présents quel que soit leur taille et leurs but. Avec l'arrêt brutal des activités sportives début 2020, les dirigeants pour la plupart bénévoles ont dû revoir leurs fonctionnements et leurs projets. Et si c'était l'opportunité de questionner et de répondre aux nouveaux besoins des adhérents.



Le milieu sportif devrait être une source d'énergie et non de tâches répétitives qui finissent par faire fuir les bénévoles et les dirigeants en leur faisant perdre du temps.

C'est pour cela que nous avons créé Geekie.app :



*100% en ligne*



*Sécurisé par chiffrement*



*Intuitif*

Notre solution innovante intègre les difficultés identifiées liées à la gestion d'une association ou d'une société sportive dans une solution simple d'utilisation vous permettant de gérer en toute autonomie les licenciés, la communication, le calendrier fédéral et la comptabilité de votre club. L'expérience utilisateur est notre priorité.

Améliorez la gestion de votre association en simplifiant vos processus et en concentrant toutes les données de votre organisation au même endroit et en respectant le RGPD. Les solutions Geekie facilitent la gestion de vos activités, des membres, des bénévoles et des subventions. Afin de répondre à vos besoins spécifiques, Geekie.app développe en continu ses solutions pour simplifier votre digitalisation.

# Lancer une démarche éco-responsable

En 1987, le rapport de Mme Gro Harlem Brundtland "Our common future" (Premier ministre de Norvège et présidente de la Commission des Nations Unies sur l'environnement et le développement) définit le développement durable comme **"un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre aux leurs"**.

Cette définition a abouti à la création du concept de « triple résultat » qui va appréhender les impacts et interactions des institutions dans trois domaines :

- **le domaine environnemental** : il s'agit de permettre une gestion responsable des ressources naturelles et des déchets afin d'assurer la pérennité du patrimoine en mettant en place, par exemple, une gestion des ressources lors de vos manifestations sportives, des déchets, de la préservation de l'eau.
- **le domaine social** : il s'agit de favoriser une meilleure qualité de vie pour tous. Les actions de solidarité aux plus défavorisés sont un axe important d'un développement social durable. De même, la représentation de tous les groupes aux processus de prise de décision est un élément de base, garant de créativité pour un avenir meilleur. Par exemple, la valorisation de l'impact positif de votre association sur le tissu social local, des apports civiques avec d'autres associations du territoire, la mise en place d'actions humanitaires où vos adhérents contribuent.
- **le domaine économique** : il s'agit de réduire les modes de production et de consommation coûteux. Il est aussi question dans ce domaine de s'approvisionner localement. La crise sanitaire du Covid a permis de prendre conscience de la nécessité des circuits courts pour préserver l'économie locale. Cela passe par des budgets équilibrés avec une rentabilité des actions de votre association sportive et une capacité à contribuer au développement économique de votre territoire ou commune. Le tout avec un respect de principes éthiques que vous aurez définis avec vos membres.



# Que retenir de la démarche éco-responsable ?

## Les axes

à retenir pour l'organisation de vos activités et événements de votre association

### Environnement

- Transport et mobilité
- Prévention, tri et gestion des déchets
- Gestion de l'eau potable
- Gestion de l'énergie
- Eco-communication
- Restauration responsable
- Préservation de la biodiversité et des ressources naturelles
- Éco-conceptions des aménagements de vos événements

### Social

- Sensibilisation des parties prenantes et bénévoles
- Promotion de la santé et du bien-être
- Lutte contre le dopage
- Gestion des risques
- Accessibilité aux personnes à mobilité réduite
- Egalité Homme / Femme
- Intégration de l'évènement sur le territoire
- Accessibilité à tous les publics
- Solidarité

### Économique

- Achats responsables
- Lutte contre le gaspillage alimentaire
- Equipement et renouvellement rationnel du matériel sportif
- Location et mutualisation du matériel évènementiel
- Sollicitation de la vie économique locale

Penser « développement durable », c'est ainsi prendre en compte simultanément ces trois aspects dans le fonctionnement de votre association et des actions que vous menez.

Le développement durable est devenu l'un des grands enjeux d'aujourd'hui qui, grâce à l'universalité du sport et à l'engagement des sportifs et des sportives de par le monde, a la possibilité de jouer un rôle actif dans l'adoption de mesures encourageant le développement durable.



Le sport éco-responsable

avec Geekie.app

# Accueillir ses adhérents en toute sécurité

Dans le contexte post-confinement, le Ministère des Sports publie cinq guides pratiques liés à la reprise des activités physiques et sportives. Vous pouvez les retrouver à la page 20.

Ces protocoles constituent les fondations d'un accueil sécurisant pour tous, notamment sur le plan sanitaire. Il appartient aux associations de proposer une pratique sportive et physique avec les pratiquants.

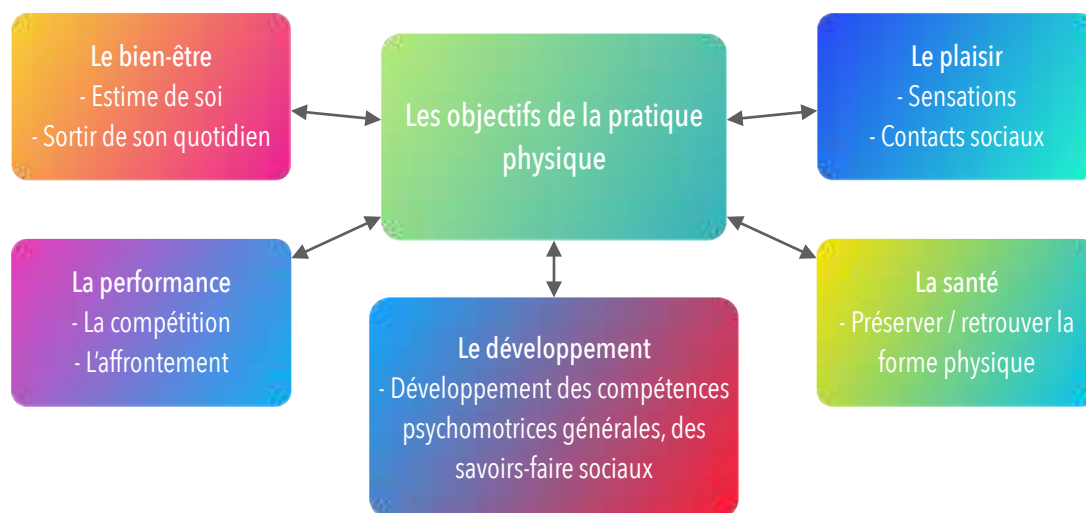
Au delà des guides et des directives du gouvernement et de votre fédération, votre association a un but social. Ce but s'accompagne d'une mission d'accueil. Pour accueillir vos adhérents dans de bonnes conditions, nous vous proposons des éléments à prendre en compte pour votre rentrée sportive :

- Organisez les espaces avec le gestionnaire de l'équipement ;
- Prenez le temps avec vos bénévoles, salariés et pratiquants (les enfants, les parents et les adultes), d'échanger et de trouver de nouvelles pratiques et activités pour adapter les formes d'intervention vis à vis des consignes sanitaires (limiter les contacts physiques par exemple).

La distance physique et les gestes protecteurs nécessitent la mise en place de règles et de protocoles techniques. Certains, très contraignants, sont essentiels pour agir contre l'épidémie. Définir un cadre sécurisant implique de comprendre ce que les pratiquants viennent de vivre et ce qu'ils attendent de l'association sportive.

Les nouvelles règles de fonctionnement et les protocoles sanitaires doivent aussi permettre d'accueillir les pratiquants en situation de handicap dans des conditions satisfaisantes.

Enfin, nous vous rappelons la diversité des objectifs de pratique physique à garder en tête avec vos équipes :



# Adapter ses activités en lien avec sa fédération

Le contexte sanitaire contraint à adapter la reprise usuelle des sports collectifs, des sports de combat et de contact, parce que leurs règles de jeu ou les espaces dans lesquels elles sont pratiquées augmentent les risques de contagion.

Dans tous les cas, aucune des activités proposées ne doit se dérouler dans des espaces clos ni déroger au respect des 4 m<sup>2</sup> minimum par pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique de distanciation physique.



Ainsi, pour l'ensemble des sports, la logique retenue par le ministère de sports est la suivante :

- sans contact ;
- sans adversaire ;
- fondées sur la remise en forme et le travail technique et/ou la réalisation de « jeux » pour les plus jeunes.

En outre, et parce qu'il est essentiel pour les clubs et structures proposant ces disciplines de retrouver une dynamique associative, toute initiative de club proposant des activités

alternatives dans le respect des principes sanitaires de portée générale (activités individuelles, effectif limité à 10 personnes, distanciation physique en fonction de la nature des activités proposées, consignes sanitaires) demeure possible.

Si vous êtes affiliés à une fédération, celle-ci a déjà ou est en train de proposer des pratiques alternatives en vue de la reprise des pratiques dès juin 2020 ou dans le meilleur des cas, une reprise normale en septembre 2020. Dans ce cas, nous vous invitons à vous rapprocher de votre fédération pour avoir les clés d'une rentrée sportive réussite.

# Définir un parcours de l'adhérent

## Accueillir au quotidien

Votre projet associatif va avoir, plus que jamais, un rôle prépondérant pour redonner du goût à la vie associative, au club, et à la pratique sportive et au bien-être de vos pratiquants. Cela avec les contraintes que l'on connaît ou plutôt que l'on va apprendre à connaître et à apprivoiser. Certaines activités ne pourront pas se faire - pour le moment - en raison du protocole sanitaire et des consignes fédérales.

Mais avant tout, proposez dans un projet collectif porté par l'ensemble des membres de votre association. Il est essentiel que ce que vous proposez repose sur l'envie des bénévoles d'animer des activités sportives et physiques ludiques et l'envie des pratiquants d'en être les acteurs avec une dimension de bien-être, de performance, de développement, de santé et de plaisir. Il faut sortir de la dimension entraînement pour aller plus loin et proposer des séances innovantes pour répondre aux nouveaux besoins.

En terme pratique, comment se saluer ? Les réponses sont à inventer sans contact. Pourquoi ne pas mettre en place le namasté qui est communément employé pour dire bonjour et au revoir en Inde ou au Népal.

La place des parents de vos jeunes pratiquants devient lointaine, d'où l'importance de renforcer et de renouveler les modes de communication avec eux. Peut-être l'occasion d'innover et d'utiliser de nouveaux outils digitaux.

## Aménagement et matériel

Faire respecter les gestes barrières et la distanciation et rappeler l'interdiction d'accès aux équipements fermés et aux vestiaires. Toute personne symptomatique sera invitée à quitter les lieux et à consulter.

- Mise à disposition des masques pour ceux qui en seraient démunis (facultative), de gel hydro-alcoolique et/ou de savon.
- Port du masque obligatoire lors des phases d'accueil.
- Dans la mesure du possible, affichage des consignes sanitaires sur les lieux de pratique et rappel systématique à chaque nouvel arrivant.
- L'édition d'un document spécifiant les conditions de reprise à destination des éventuels salariés et bénévoles qui sont en face à face avec les usagers.

# Communiquer et valoriser son projet associatif

En cette période de déconfinement, l'information doit être précise notamment sur les changements de fonctionnement mis en place au sein de votre association et des locaux sportifs:

- nouveaux horaires ;
- nouvelles modalités d'accueil ;
- Référents au sein de l'association etc. ;



Valorisez votre projet associatif et votre projet sportif. Cette information doit être avant tout numérique. Cela va permettre de rénover le site de votre association ou sa page sur les réseaux sociaux. Vous pouvez aussi afficher de l'information de préférence plastifiée dans les locaux. Elle doit s'adresser d'abord aux parents et aux enfants pratiquants car ce sont avant tout ces derniers qui vont être les acteurs de ces changements.

Attention, en cette période de coronavirus et de déconfinement, la masse d'informations reçue par chacun (dans sa vie quotidienne, dans la reprise de son travail, etc) et à s'approprier est très importante. L'information délivrée par l'association doit donc être courte et précise.

Pensez à informer les familles pour les déplacements extérieurs et le co-voiturage. La communication doit faire l'objet de toutes les attentions et être préparée en amont et notamment tout ce qui est relatif aux cas d'infection (suspectée ou avérée) d'un cas de coronavirus. Les processus de communication au sein de l'association (qui va être pour une part cloisonnée) entre les salariés et bénévoles actifs doit faire l'objet d'un travail préalable avec l'ensemble des parties prenantes de l'association.

La communication avec les familles doit aussi être repensée. En effet, comment avoir un échange discret avec des parents masqués situés à un mètre de soi ? Déterminer quelques espaces « rencontre des familles », dédier une salle ou un bureau pour les accueillir, tout ceci doit être défini rapidement.

# FAIRE ÉVOLUER SA COMMUNICATION AVEC GEEKIE.APP

Geekie.app vous permet de gérer la communication de votre association. Simplifiez votre gestion avec un tableau de bord qui automatise votre communication. Informez vos adhérents par sms, mails et newsletters. Invitez les grâce à notre calendrier intégré.

Valorisez votre association et vos résultats sur votre site internet édité par Geekie avec :

- Un site internet attractif ;
- Des outils SEO intégrés ;
- Des outils d'analyse ;
- Et des services Geekie connectés.

**NEW**



Geekie.app simplifie votre communication

Être bénévole n'a jamais été aussi simple !



[www.geekie.app](http://www.geekie.app)



# Communiquer de manière efficace

Votre communication est primordiale, car elle permet de faire passer votre message et de mieux remplir les objectifs de votre association. Nous vous donnons un aperçu global des enjeux de la communication associative et nous vous aidons dans l'élaboration de votre stratégie de communication.

## Communication ? Association ?

Communiquer est un acte social qui forme, maintient et transforme une relation. La communication traduit l'acte d'établir des relations avec quelqu'un.

L'une des vocations d'une association sportive est de créer et de maintenir du lien social entre ses différents publics.

L'enjeu de la communication associative, c'est donc de créer des liens :

- Entre les membres ;
- Avec des sympathisants qui soutiennent votre projet associatif ;
- Avec des personnes qui ne vous connaissent pas encore mais qui pourraient vous apporter un soutien sous forme de temps (bénévole) ou d'argent (donateur) ;
- Avec les pouvoirs publics (Etat, communes, etc.), dans le but d'une reconnaissance morale ou financière ;
- Avec d'autres partenaires financiers (sponsoring, mécénat).

La communication associative repose sur l'interactivité, le dialogue, la convivialité.

Votre public n'est pas seulement consommateur de l'information mais a vocation à devenir acteur d'un projet sportif. C'est pourquoi il est important de différencier la communication associative de la communication d'une entreprise : son rôle est de créer du lien plutôt que de vendre des biens...

## Pourquoi communiquer ?

Parce que la communication peut vous servir à envisager le futur de votre association, en lui donnant de la visibilité. Cette dernière est importante, parce qu'elle vous permet de renforcer la solidarité au sein de l'association, de trouver de nouveaux membres, de nouvelles sources de financement, etc. Elle vous permet aussi de relancer votre activité après le confinement.

# Votre check-list pour une reprise efficace

## 1 Les actions sur votre site web

Si vous gérez une association, votre site internet est la première porte d'entrée de celle-ci.

- Annoncez** dès la page d'accueil si vous êtes en activité ou non. **C'est votre message principal.**
- Lancez votre campagne d'adhésion** avec Geekie.app. Gagnez du temps et de la simplicité. Limitez les risques.
- Ajoutez un bouton d'inscription en ligne pour votre campagne d'adhésion** très visible sur la page d'accueil.
- Mettez à jour** vos horaires et vos modalités de reprise.
- Précisez les options que vous offrez à vos adhérents** : via votre site internet fait par l'équipe Geekie.
- Créez une page dédiée à la crise sanitaire** en expliquant en toute transparence et avec simplicité comment vous mettez en place toutes les mesures de précaution sanitaire. Votre objectif ? Rassurer.

## 2 Etre à jour sur Internet, gagner en visibilité locale

Les étapes essentielles pour que vos membres et futurs membres ne puissent pas vous rater et obtenir des informations à jour.

- Mettez à jour **vos informations sur Google**, pour chaque lieu de pratique ou pour toute l'association : téléphone, horaire, adresse, site internet.
- Utilisez la **fonctionnalité « post » de Google My Business** pour annoncer votre reprise d'activité, avec une jolie photographie de vos activités phares du moment.
- Communiquez sur **les groupes Facebook de votre quartier ou de votre ville**. Inscrivez-vous sur les différentes **plateformes de votre département qui référencent les clubs sportifs**.
- Si vous avez un blog, **publiez un article daté** expliquant avec optimisme, convivialité mais aussi précision la manière dont vous reprenez vos activités sportives : ce que vous proposez, conditions de pratique (gestes barrières), et pourquoi pas des portraits de sportifs et de bénévoles avec des photos de votre équipe.

### 3 Agir sur les lieux de pratique

Vous pouvez enfin reprendre vos activités.

- Mettez **une affiche** promouvant vos activités physiques et sportives, avec des instructions claires sur les gestions barrières.
- Mettez en avant le **QR Code** édité via Geekie.app pour s'inscrire en ligne à partir de la campagne d'adhésion que vous avez créée sur Geekie.app.
- Ajoutez la signalétique** nécessaire au sol, pour respecter les distances de sécurité... et là encore, rassurer. Voir aussi avec le propriétaire de l'équipement sportif.
- Créez une charte de bonnes pratiques** pour évoluer en toute sécurité et envoyez-la via le système de communication de Geekie.app.

### 4 Mettre en avant ses pratiques physiques et sportives

C'est le moment d'ajuster vos offres et de proposer des pratiques alternatives.

- Créez une offre de reprise.** Simplifiez les inscriptions avec la campagne d'adhésion via Geekie.app.
- Proposez des codes promotionnels** exclusifs aux plus rapides que vous pouvez paramétrer facilement via Geekie.app.
- Organisez un jeu ou un concours sur vos réseaux sociaux**, via votre fichier membres et pourquoi pas avec des partenaires, pour faire connaître votre offre de reprise et faire gagner des adhésions, équipements sportifs ou des goodies de votre association.

### 5 Communiquer activement auprès de vos membres

Grâce à Geekie.app, la période implique de communiquer activement pour rétablir le lien avec vos membres et engager la discussion avec de nouveaux membres.

- Créez un programme de fidélité** si ce n'est pas déjà fait via les matchs et événements.
- Envoyez une newsletter** dédiée à la reprise à vos membres via Geekie.app.
- Utilisez les réseaux sociaux** pour annoncer la reprise de vos activités, **partagez le lien de votre campagne d'adhésion en ligne** via Geekie.app.
- Changez les images de couverture** de vos comptes Facebook, LinkedIn, Instagram, Twitter... pour indiquer immédiatement que vous êtes en activité.

# Les 5 guides pratiques

Dans le contexte post-confinement, le Ministère des Sports publie cinq guides pratiques liés à la reprise des activités physiques et sportives, « réalisés avec le concours des fédérations sportives, de l'ANDES, de l'ANDIIS, de l'INSEP, de l'Agence nationale du Sport, du CNOSF et du CPSF », en précisant qu'ils « ont pour objectif de faire des recommandations sanitaires pour accompagner les sportifs amateurs, les sportifs de haut niveau et sportifs professionnels dans leur manière de pratiquer leur sport durant cette nouvelle phase. Ils sont également un outil d'aide précieux à la décision pour les gestionnaires d'installations sportives publiques ou privées. »



Cliquez sur l'image pour télécharger



Guide de recommandations sanitaires à la reprise sportive



Guide d'accompagnement des sportifs de haut niveau et professionnels



Guide de recommandations des équipements sportifs, sites et espaces des pratiques sportives



Guide d'accompagnement de reprise des activités sportives



Guide des sports à reprise différée

# Les 10 règles d'or

dictées par le club des cardiologues du sport :

- Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort.\*
- Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort.\*
- Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.\*
- Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives.
- Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.
- J'évite les activités intenses par des températures extérieures  $< - 5^{\circ}$  ou  $> +30^{\circ}$  et lors des pics de pollution.
- Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précèdent ou suivent ma pratique sportive.
- Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.
- Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures).
- Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.

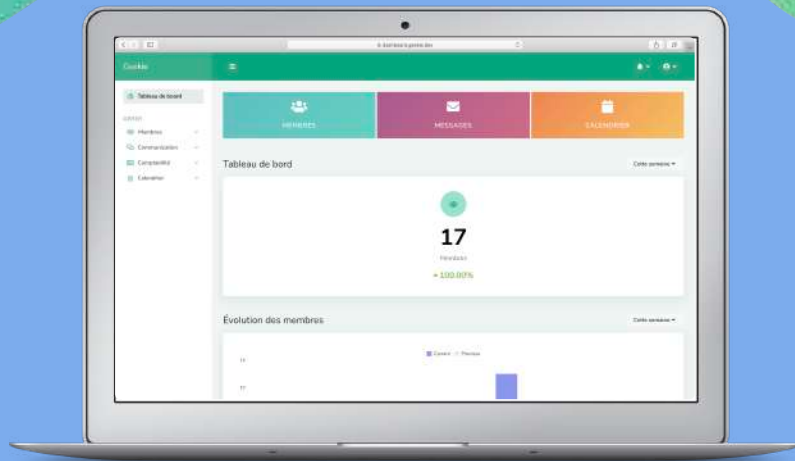
\* Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.

<https://www.clubcardiosport.com/10-regles-or>

# Avec Geekie.app, je gère

Les membres

La communication



Les événements

La comptabilité

Être bénévole n'a jamais été aussi simple !



[www.geekie.app](http://www.geekie.app)

# N'attendez pas pour vous lancer avec geekie.app



Cliquez sur l'image  
pour voir la vidéo

Essayez Geekie.app et recevez 50 € de crédit.

Aucune carte de crédit requise, inscrivez-vous  
seulement en nous envoyant un mail à  
[contact@geekie.app](mailto:contact@geekie.app)

Cet essai vous permettra de découvrir le logiciel et  
nous aider à le rendre encore plus simple !



[www.geekie.app](http://www.geekie.app)



CONTACT INFORMATION:  
contact@geekie.app  
07 56 95 97 00

 Geekie.app

[www.geekie.app](http://www.geekie.app)

# GUIDE : LE DÉCONFINEMENT DE VOTRE ASSOCIATION SPORTIVE

1 juillet 2020