

LIVRABLE

SPORT-SANTE

24 PROPOSITIONS



Timothée BRUN

Président de l'ANESTAPS



La sédentarité tue ; selon l'OMS, elle causerait 3,2 à 5 millions de décès par an dans le monde. Ce temps que nous passons assis est un facteur de l'apparition de nombreuses maladies chroniques, telles que le diabète, la cardiopathie, ou encore les cancers. Et la France n'échappe pas à ce fléau ; l'inactivité physique et la sédentarité sont présentes chez 95% de la population adulte française selon l'ANSES.

Pourtant, les bienfaits de l'activité physique pour la santé sont reconnus et favorisent les trois types de bien-être : physique, mental et social. Alors pourquoi n'est-elle pas plus plébiscitée ? L'approche des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris en 2024 a propulsé le sport comme grande cause nationale de l'année 2024. Pour le mettre à l'honneur et le promouvoir, les politiques publiques en sa faveur n'ont cessé de se développer : 30 minutes d'activité physique quotidienne en milieu scolaire, soutien de projets pour l'activité physique dans le milieu professionnel, Semaine Olympique et Paralympique, etc.

Nombre d'entre elles sont d'ailleurs à destination de la jeunesse qui est considérée, à juste titre, comme la population la plus à même d'ancrer des habitudes de vie actives et sportives de manière durable.

L'ANESTAPS, en tant que seule organisation représentative des jeunes dans le champ du sport et de l'animation, œuvre chaque jour pour rendre l'activité physique et sportive attractive et accessible à toutes et tous, notamment dans un but de santé. Mais pour porter la voix des jeunes, il faut d'abord l'écouter.

Ainsi, l'ANESTAPS a organisé, lors de son 45ème Congrès National, un Educathon Sport-Santé, rassemblant 100 jeunes autour de diverses thématiques (mobilités actives, milieu professionnel, public en situation de handicap etc.), afin de recueillir leurs idées pour faire davantage bouger les français-es au quotidien.

Ce livrable expose 24 propositions pour rendre la population plus active et améliorer la santé de demain.

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'T' and 'B'.

SPORT & SANTE

Dans un rapport de 2021, Régis JUANICO et Marie TAMARELLE-VERHAEGHE alertent sur les dangers de la sédentarité qu'ils qualifient de "bombe à retardement sanitaire". Elle représente, avec l'inactivité physique, un facteur de risque comportemental qu'il est possible de modifier pour éviter l'apparition ou ralentir les effets de maladies chroniques qui créent une dépendance médicamenteuse.

En effet, l'activité physique concourt à la prévention, tant primaire que secondaire ou tertiaire. Elle doit faire partie intégrante des programmes de prévention santé.

L'OMS recommande une moyenne de 30 minutes par jour d'activité physique modérée pour les adultes, et le double pour les enfants. Celle-ci peut être mise en place de différentes manières : jardiner, marcher, faire du sport ou prendre les escaliers sont autant d'actions qui nous mettent en mouvement et nous font dépenser de l'énergie.

L'Association Nationale des Etudiants en STAPS (ANESTAPS) s'engage au quotidien pour promouvoir et développer l'activité physique sous toutes ses formes, et notamment au profit des jeunes dans l'enseignement supérieur. Elle a récemment publié une enquête faisant état du manque d'activité physique et d'un trop grand nombre d'heures de sédentarité à l'université.

À l'aube des Jeux Olympiques et Paralympiques et pour répondre aux enjeux de la Stratégie Nationale Sport-Santé, il est nécessaire de réellement ancrer des habitudes de vie actives pour la santé de toutes et tous, en faisant évoluer les dispositifs déjà existants et en développant de nouveaux.

Ce livrable propose 24 manières de le faire, sur divers aspects du Sport-Santé : la formation, les jeunes, le monde professionnel, l'espace public et le monde de la santé.

L'ANESTAPS souhaite remercier les acteurs et actrices qui ont participé à la création et la tenue de l'Educathon Sport-Santé. En tant qu'expert-es de leurs thématiques, iels ont été d'une aide précieuse pour guider les participant-es vers la formulation de solutions ambitieuses et réalistes.



Martine DUCLOS

*Présidente
ONAPS*

Aurélien PICHON

*Président
C3D STAPS*



Jean-Paul SOUSA

*Directeur et fondateur
Goove*

Jean-Benoit BURNICHON

*Directeur des sports et de la logistique
Ville de Clermont-Ferrand*



Thomas WEIBEL

*Conseiller municipal et métropolitain
Clermont-Ferrand*

Véronique MOREIRA

*Présidente
USEP*



François PARROT

*Président
SUAPS de Clermont-Ferrand*

Hervé LAHEURTE

*Ex-Président
GNDS*





Pauline GENIN

*Chargée d'études
ONAPS*



Serge FABBRO

*Président
Vélo Cité 63*



Alain NERI

*Ex-Maire et Ex-Sénateur
Ville de Bauregard*



Christine VERNERET

*Députée départementale
FFEPGV*



Quentin HUMBLLOT

*Business Developer
Sportizz*



Roland KRZENTOWKI

*Président et médecin du sport
Mon stade*



Véronique DELGADO

*Cheffe de projet renouvellement urbain
Clermont Auvergne Métropole*



Christophe ROBERT

*Député départemental
MGEN 63*



Stéphanie ROGER

*Administratrice déléguée
MGEN*



Marie-Amélie LE FUR

*Présidente
CPSF*

Isabelle CHAMBIGE

*Ex-Directrice d'école
Beauregard*



Line BONJEAN

*Stagiaire
Laboratoire AME2P*

Aurore CHARIÈRE

*Enseignante en APA
Charrière E APA-S Couze Sport Santé*



Justin LABATTU

*Enseignant
Université Clermont Auvergne*

Florian FELTER

*Membre
Office Municipal de Sports*



Emilie FEVRE

*Secrétaire administrative
CROMS AURA*

Cyril MORE

*Handisportif
Escrime*



Cédric TERRET

*Président
FFSU*

LES JEUNES S'ENGAGENT PAR LES EDUCATHONS

OBJECTIF:

Un Educathon a pour objectif d'apporter des éléments de réponse à une problématique précise, ici le Sport-Santé. C'est un évènement de sensibilisation, de réflexion et de co-construction de propositions entre jeunes et expert-es des thématiques traitées, basé sur un fonctionnement d'éducation populaire.

1

Pour
construire
des échanges !

10 THÉMATIQUES



2

Pour
accompagner
les réflexions !

26 EXPERTS

3

24 PROPOSITIONS

Éditées dans un livrable

Mettre les formations au service du développement de l'activité physique

1. Former les enseignant·es du primaire et du secondaire
2. Faire découvrir de nouvelles pratiques en cours d'EPS
3. Développer le programme "Savoir Rouler à Vélo"
4. Rendre le milieu scolaire et universitaire plus actif
5. Développer les relations entre les acteur·ices du Sport et de la Santé au cours de la formation initiale
6. Adapter les maquettes de formation STAPS aux PSH

PAGES 9-12

PAGES 12-15

Favoriser la santé étudiante par le biais de l'activité physique et sportive

7. Améliorer l'accès et l'utilisation du Pass'Sport
8. Mettre en place une dynamique "d'Université Active" au sein des établissements
9. Créer et développer les Réseaux Sport-Santé Étudiants sur tout le territoire
10. Contribuer à la santé mentale des étudiant·es via le lien social que procure la pratique d'APS
11. Rendre la sensibilisation pair à pair efficiente et efficace
12. Initier un tutorat sportif par les STAPS à l'université
13. Garantir une santé physique et mentale pérenne pour nos SHN

PAGES 18-20**Rendre le monde professionnel plus actif**

- 14. Développer des politiques en faveur d'une dynamique d'entreprise sportive et active
- 15. Instaurer les pauses actives en milieu professionnel
- 16. Engager les entreprises dans le développement de l'activité physique de leurs employés
- 17. Favoriser les mobilités actives et durables pour les professionnels

PAGES 15-17**PAGES 20-21****Promouvoir l'activité physique et sportive comme un outil de santé**

- 22. Donner plus d'importance à l'activité physique et la sédentarité dans l'examen médical
- 23. Rendre plus accessible la prescription d'activité physique adaptée
- 24. Se servir de l'essor de l'esport chez le jeune public pour faire la promotion de l'activité physique à des fins de santé

Utiliser l'espace public comme levier de promotion des comportements actifs

- 18. Aménager l'espace public pour favoriser un mode de vie plus actif et moins sédentaire
- 19. Diversifier les pratiques sportives en milieu rural
- 20. Engager une démarche "d'aller vers" pour rapprocher les habitant·es des QPV de la pratique d'activités physiques et sportives
- 21. Investir les infrastructures de pratique libre pour les publics à besoins spécifiques

Mettre les formations au service du développement de l'activité physique

“En 40 ans, nos collégiens ont perdu environ 25 % de leur capacité physique”, alerte le Professeur François Carré, cardiologue au CHRU de Rennes et membre de la Fédération Française de Cardiologie. Ce chiffre en plus d'être alarmant se doit d'initier une réaction dans le but de remettre l'activité physique au sein des habitudes de vie. Pour cela il est primordial d'inclure plus d'activité physique dans les formations, tant pour les futur-es professionnel·les du sport et de la santé que pour les futur-es citoyen·nes.

1. Former les enseignant·es du primaire et du secondaire

Contexte : Au sein des formations initiales proposées aux étudiant·es pour préparer les concours d'enseignement, il n'existe pas de module apportant des connaissances et compétences sur les bienfaits de l'activité physique pour la santé et l'importance de promouvoir une vie active. Ainsi, en dehors des récréations et séances d'EPS, les enfants sont généralement assis sur leur chaise et, de ce fait, ont un comportement sédentaire. Il semble plus que nécessaire de remédier à cela.

Description :

- Mettre en place des formations continues et assurer un suivi des professeur·es des écoles et d'EPS sur l'enseignement de l'EPS et l'importance de l'éducation pour la littératie physique des jeunes
- Proposer des nouvelles formations sport-santé pour tous les enseignant·es de 2nd degré avec 2 types de formations obligatoires :
 - Initiale : présente sur les maquettes de formations des nouveaux·elles enseignant·es
 - Continue : présentée par les étudiant·es et les enseignant·es en APA-S et EM expert·es pour les enseignant·es déjà formé·es
- Organiser des séminaires afin de faire découvrir les bienfaits de l'activité physique pour la santé et l'importance de promouvoir une vie active autour d'ateliers ou de débats.
- Mettre à disposition du corps enseignant des outils et ressources leur permettant de mieux mobiliser leurs élèves physiquement

2. Faire découvrir de nouvelles pratiques en cours d'EPS

Contexte : Actuellement, les cours d'EPS tournent souvent autour des mêmes activités physiques et sportives. Ceci peut susciter le désengagement dans la pratique sportive chez des enfants qui n'auraient pas d'intérêt pour les sports pratiqués. Leur faire découvrir de nouvelles pratiques présentes dans leur commune permettrait de dynamiser les cours d'EPS et d'ouvrir les jeunes à de nouvelles activités.

Description :

- Faire découvrir, chaque 1er jour d'EPS du mois, une nouvelle activité, incluant des activités physiques adaptées
- Intégrer les clubs locaux dans la découverte de nouvelles pratiques en collaboration avec les professeur·es d'EPS
- Faire un retour aux tuteur·ices légaux·ales sur l'intérêt que les enfants ont porté à chaque activité
- Transmettre une liste de contacts des clubs intervenant dans l'école pour la découverte de nouvelles activités

3. Développer le programme "Savoir Rouler à Vélo"

Contexte : En 2021, ce sont 3% des français-es qui se déplacent à vélo (B&L évolution, 2023). À l'approche des JOP 2024, il devient primordial de réduire considérablement les déplacements en véhicules motorisés et thermiques au profit de mobilités actives et durables. Au-delà, du côté environnemental, le Plan Savoir Rouler à Vélo (Présentation du dispositif, s. d.) a été initié par le Ministère des Sports et des JOP afin de contribuer au développement de la pratique du vélo en toute sécurité mais aussi de généraliser l'apprentissage en autonomie. Ceci représente, au même titre, un enjeu majeur pour la santé d'une population qui se veut de plus en plus sédentaire. Le développement de ce plan a été initié dans le Plan Vélo du Gouvernement. 600 territoires ont bénéficié de ce plan et depuis 2017 on a observé une augmentation de 40% du nombre de pistes cyclables. 2022 est une année de réelle augmentation de l'utilisation du vélo (+11% de présence sur les pistes cyclables). Un soutien financier au profit des particuliers et des entreprises a également été initié pour favoriser la pratique du grand public et notamment les trajets domicile-travail dans une optique environnementale mais surtout de santé via la mobilité active.

Description :

- Intégrer au bloc 2 "Savoir Circuler" la notion de savoir rouler dans les situations à risques telles que la nuit, les temps pluvieux ou encore les milieux urbains
- Ajouter au Programme Savoir Rouler à Vélo un 4ème bloc de compétences comprenant de la sensibilisation aux enjeux environnementaux et de santé de la pratique du vélo et ainsi augmenter le nombre d'heures minimales à 12h pour réaliser ces 4 blocs
- Déployer le Plan Vélo au sein des campus universitaires et élargir le forfait mobilité au monde étudiant
- Collecter des vélos dans les communes pour permettre à tous les jeunes d'en bénéficier
- Permettre aux personnes de plus de 11 ans qui en font la demande de participer au dispositif "Savoir Rouler à Vélo"

4. Rendre le milieu scolaire et universitaire plus actif

Contexte : Un constat alarmant émerge depuis plusieurs années : selon l'Anses (2022), 2/3(66%) des 11-17 ans présentent « un risque sanitaire préoccupant » car ils passent plus de 2 heures par jour devant un écran pendant leur temps libre et font moins de 60 minutes d'activité physique par jour. Cela augmente les risques de contracter des maladies notamment cardiovasculaires. Régis Juanico et Marie Tamarelle-Verhaeghe évoquent même "une bombe à retardement sanitaire" dans un rapport sorti en 2021. En effet, si la jeunesse continue à se sédentariser, elle sera plus sujette aux risques de développer des maladies en avançant dans l'âge. De plus, la pratique physique et sportive contribue au développement de soi et à l'amélioration de la santé. Une étude américaine (CUIMC Celebrates 2019-20, Issue 4, 2020), indique que remplacer 30 minutes de sédentarité quotidienne par 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée réduit de 17 % la mortalité prématurée. L'enjeu est bel et bien réel, il faut habituer les jeunes à adopter un comportement actif au cours de leur quotidien pour garder leurs habitudes en grandissant et maintenir une bonne santé.

Description :

- Intégrer la pratique d'activité physique durant les enseignements
- Développer et mettre en pratique des Enseignements de Pratiques Interdisciplinaires (EPI) mêlant sport et santé (jeux éducatifs sur des thématiques spécifiques, échanges, débats...)
- Intégrer des innovations pédagogiques dans les enseignements favorisant la lutte contre la sédentarité

- Instaurer des pauses actives régulières toutes les 1h-1h30, à la fin ou au milieu d'un cours, afin de lutter contre la sédentarité
- Proposer des réductions ou un temps d'utilisation gratuit pour les jeunes et étudiant·es sur les mobilités actives en libre service au sein des villes
- Construire une collaboration entre les services de gestion des mobilités actives en libre service et les CROUS pour mettre en place un système de cashback ou de points de fidélité sur Izly en fonction de l'utilisation des mobilités actives des étudiant·es

5. Développer les relations entre les acteur·ices du Sport et de la Santé au cours de la formation initiale

Contexte : La thématique du Sport-santé est aujourd'hui de plus en plus développée, cependant on peut observer plusieurs freins à son développement. L'un de ces principaux freins est l'articulation des différent·es acteur·ices du Sport, de la Santé, et du Sport-Santé. En effet ce sujet reste récent, comme nous le montre la mise en place du décret Sport sur Ordonnance en 2016, de ce fait les différentes professions ont du mal à s'articuler et collaborer autour de cette thématique. Pour pallier cela, il est primordial d'initier le dialogue et la collaboration dès l'apprentissage et donc au sein des différentes formations.

Description :

- Mettre en place des enseignements spécifiques au sein de chaque filière concernée par la thématique du Sport-Santé, en particulier par l'activité physique sur prescription, afin que chacun connaisse ses prérogatives et potentiel·les collaborateur·ices
- Organiser des temps d'enseignement commun entre les filières (STAPS, médecine, kinésithérapie, ergothérapie, psychomotricité, etc...), afin de mieux connaître les compétences des autres professionnel·les et de favoriser la pluriprofessionnalité dans le monde du travail
- Valoriser les opportunités des stages en pluridisciplinarité, afin d'améliorer la mise en relation entre les différent·es acteur·ices du Sport-Santé

6. Adapter les maquettes de formation STAPS aux PSH

Contexte : Entre la rentrée 2020 et celle de 2021, il y a 25% d'étudiant·es en situation de handicap en plus qui ont rejoint l'Enseignement Supérieur(1) signe d'un meilleur accompagnement des universités pour l'accueil des ESH. Cela représente 2% de la population totale des étudiant·es, d'où l'enjeu d'améliorer l'accueil et les projets à destination des ESH.

Cependant, les ESH sont sous-représenté·es dans la filière STAPS. Cette sous-représentation est traduite par l'inaccessibilité de la filière tant sur les différentes structures universitaires que dans les différents aspects de la formation. Il est vrai que les Activités Physiques Sportives et Artistiques occupent une place importante dans l'emploi du temps d'un·e étudiant·e en STAPS. De plus, presque aucune de ces APSA et aucune des structures sportives, ne sont en mesure d'inclure des PSH car elles ne sont pas adaptées pour elleux. La filière STAPS qui forme en partie les futur·es professionnel·les du sport adapté et sport-santé n'échappe pas à la règle

Pourtant dans le milieu sportif, il existe de nombreuses alternatives pour que ces personnes puissent pratiquer que ce soit par le biais du sport adapté, du handisport ou du sport inclusif. Le handicap ne doit pas être un frein pour accéder à l'enseignement supérieur et notamment aux formations STAPS, les étudiant·es en situation de handicap y ont leur place au même titre que n'importe quel·le étudiant·e.

(1) Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes Handicapées, Troisième Comité national de suivi de l'Université inclusive : de nouvelles mesures pour la lisibilité des droits des étudiants en situation de handicap, 2022

Description :

- Améliorer les conditions d'études des étudiant·es en situation de handicap (temporaire ou physique) en proposant des réflexions consultatives du public concerné
- Co-construire des adaptations de modalité d'évaluation et de pratique avec le service handicap, la faculté et la personne concernée afin que cette dernière puisse participer aux enseignements en fonction de ses capacités et besoins
- Réformer les maquettes des formations STAPS avec des organismes experts des pratiques parasportives et des sports inclusifs, afin qu'elles soient adaptables facilement en fonction des besoins des ESH
- Intégrer les EAPA ou personnel·les qualifié·es à encadrer la pratique sportive adaptée au sein des formations
- Adapter les infrastructures et/ou les pratiques pour faciliter l'adaptation des étudiant·es en situation de handicap

Favoriser la santé étudiante par le biais de l'activité physique et sportive

58% des étudiant·es ne pratiquent pas d'activité physique en raison de contraintes d'emploi du temps. Ajouté à cela, c'est un public précaire qui ne place pas l'activité physique et sportive au cœur de ses dépenses. Malgré un service universitaire dédié, encore beaucoup ne sont pas assez actifs et iels adoptent un comportement sédentaire en moyenne 8h par jour d'université. Il est aujourd'hui nécessaire de les informer, les orienter et les accompagner vers une pratique régulière adaptée à leurs besoins et impératifs.

7. Améliorer l'accès et l'utilisation du Pass'Sport

Contexte : Le Pass'Sport permet d'allouer, sur demande, une aide financière à hauteur de 50 euros pour financer tout ou une partie de l'inscription à une activité physique et sportive. Le dispositif, mis en place par le gouvernement en 2021(2), vise à rendre plus actif·ves les jeunes. Cependant, force est de constater qu'il est, à ce jour, encore trop restrictif concernant les conditions d'éligibilité et d'utilisation.

En effet, toutes les personnes, étudiant·es inclus·es, ne sont actuellement pas englobé·es dans le dispositif. Hors, l'activité physique et sportive ne fait pas partie des postes de dépenses des plus précaires, car considérée comme non indispensable. Pourtant, ses effets sur la santé, tant physique que mentale ou sociale, ne sont plus à prouver.

De plus, l'utilisation du Pass'Sport est restreinte à l'éligibilité des structures, qui n'est pas assez étendue. Pourtant, la diversité des modes de pratique est grande : pratique autonome hors structure, pratique autonome ou encadrée dans les structures de loisirs marchands, en clubs sportifs, mobilités actives etc... Un élargissement de son cadre doit être pensé.

Description :

- Pérenniser le dispositif Pass'Sport et son financement par l'Etat
- Diversifier l'utilisation du Pass'Sport, notamment vers l'achat, la location ou l'entretien de matériel sportif
- Élargir l'accès au Pass'Sport pour les 6-25 ans sans conditions d'éligibilité
- Permettre l'utilisation du Pass'Sport au sein des SUAPS pour les étudiant·es

(2) Décret n° 2021-1171 du 10 septembre 2021 relatif au « Pass'Sport » - Légifrance

8. Mettre en place une dynamique “d’Université Active” au sein des établissements

Contexte : Lors de l’entrée à l’université on observe une rupture de la pratique d’activités physiques et sportives. De plus, le comportement sédentaire des étudiant·es est d’en moyenne 8h par jour (ANESTAPS & ONAPS, 2022). L’association de cette inactivité physique et ces comportements sédentaires fragilise la santé physique, mentale et sociale des étudiant·es. Étant donné le temps passé par les étudiant·es au sein des universités, il est pertinent d’utiliser la structure de celles-ci pour sensibiliser et induire un comportement actif chez ce public.

Description :

- Mettre en place des designs actifs au sein des infrastructures de l’université
- Mettre en place une labellisation “Université Active”
- Sensibiliser les étudiant·es et personnels via des infographies au sein de l’université
- Aménager les campus universitaires en favorisant les mobilités actives et durables
- Mettre à disposition des formations sur la pédagogie active

9. Créer et développer les Réseaux Sport-Santé Étudiants sur tout le territoire

Contexte : En 2018, le MSJOP avec le Ministère des Solidarités et de la Santé ont lancé la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024 pour développer la pratique physique et sportive au profit de la santé publique. Dans un contexte où les étudiant·es sont de plus en plus sédentaires, il est primordial d’adopter une réelle politique de sport-santé au sein des établissements d’Enseignement Supérieur et de Recherche. En effet, iels ont en moyenne 8h de comportements sédentaires par jour à l’université (ANESTAPS et ONAPS, 2022). Il est nécessaire de développer les Réseaux Sport-Santé Étudiants comme service pour améliorer les comportements.

Description :

- Mettre en lien les services sportifs et les services de santé des établissements d’ESR
- Mettre en place de la pratique encadrée par des professionnel·les du monde du sport (professeur·es d’EPS, EAPA, éducateur·ices sportif·ves etc...) pour le public étudiant et notamment les étudiant·es qui sont éloigné·es de la pratique sportive pour des raisons qui leur sont propres comme les étudiant·es atteint·es d’une maladie chronique ou encore ceux qui sont en situation de handicap
- Adapter l’activité physique proposée au sein des services sportifs pour ces étudiant·es, les rediriger vers des professionnel·les qualifié·es, les conseiller sur les pratiques les plus favorables pour leur santé et surtout effectuer un suivi de ces étudiant·es durant leur passage dans l’enseignement supérieur et la recherche
- Prescrire de l’activité physique adaptée aux étudiant·es bénéficiaires selon les conditions prévues par décret
- Constituer un véritable terrain de stage pour les futur·es étudiant·es professionnel·les de la santé et du sport-santé, permettant une première collaboration durant leur formation

10. Contribuer à la santé mentale des étudiant·es via le lien social que procure la pratique d'APS

Contexte : Le lien social constitue un déterminant important d'une bonne santé mentale. L'activité physique peut être vectrice de celui-ci ; il permet la rencontre de nouvelles personnes, ainsi que le développement et le maintien de la cohésion. Pourtant, aujourd'hui, pour 32% des étudiant·es, s'engager dans une pratique universitaire sans connaître personne est un frein (ANESTAPS et ONAPS, 2022). Il est plus que nécessaire de remédier à cela afin d'améliorer la santé mentale de la population, qui a d'ailleurs été fortement impactée par la crise sanitaire et l'isolement social qu'elle a provoqué.

Description :

- Développer les applications/plateformes à destination des étudiant·es pour faciliter leurs liens pendant la pratique d'activité physique universitaire (chat pour échanger sur les pratiques et trouver des partenaires, plateforme de conversation...)
- Organiser des événements sportifs (avec et/ou sans compétition) en collaboration avec les SUAPS, les LSU et les associations étudiantes en début et tout au long de l'année pour favoriser la rencontre des étudiant·es
- Animer les espaces de pratique libre pour garantir la sécurité et le lien social dans les espaces de pratique libre

11. Rendre la sensibilisation pair à pair efficiente et efficace

Contexte : Le dispositif "Etudiants Relais Santé" a été lancé en 2005 dans le but de favoriser la prévention et la promotion de la santé par les pairs. Il s'articule autour de diverses thématiques comme les addictions, les violences sexistes et sexuelles, la santé mentale, ou encore l'activité physique(3).

Ce système semble bien accueilli par les étudiant·es, toutefois, il n'est actuellement pas encore présent dans tous les territoires et peut être optimisé dans sa mise en place, c'est pourquoi il faut désormais le développer pour le rendre plus efficient et efficace.

Description :

- Généraliser le dispositif à toutes les Universités
- Garantir une formation initiale et continue des ERS par des expert·es sur les thématiques de prévention et de promotion de la santé (ex : SUAPS et STAPS pour la thématique activité physique)
- S'appuyer sur une démarche d'éducation populaire pour apprendre les principes de gestion de projet et la communication aux ERS
- Permettre une rencontre entre les associations étudiantes et les ERS pour favoriser leur coopération
- Favoriser une mixité des profils pour garantir la polyvalence du groupe d'ERS

12. Initier un tutorat sportif par les STAPS à l'université

Contexte : L'Enquête Pratique d'Activité Physique et Sportive à l'Université réalisée en collaboration avec l'ONAPS, a permis d'établir un constat : les étudiant·es sont de moins en moins sensibilisé·es à la pratique physique et sportive et ont en moyenne huit heures de comportements sédentaires par jour à l'université (2022).

Les contraintes universitaires semblent ne pas arranger ce constat puisque plus de la moitié des étudiant·es affirment que les horaires proposés par les instances universitaires sont un frein à la pratique d'activité physique.

(3) Décret n° 2023-178 : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000047304956>

Les étudiant·es en STAPS sont les plus sensibilisé·es et les plus actif·ves. Iels sont également, dès la validation de leur deuxième année de Licence, éducateur·rices sportif·ves et, à ce titre, peuvent encadrer la pratique d'APS. Iels représentent un axe essentiel du développement de la pratique pour les autres étudiant·es.

Description :

- Créer un pool de tuteur·rices sportif·ves, composé d'étudiant·es en STAPS disposant d'un diplôme leur permettant d'encadrer la pratique sportive
- Mettre en place un tutorat sportif accessible à tous·tes les étudiant·es, géré par le SUAPS et encadré par les tuteur·rices sportif·ives
- Former des groupes encadrés par les tuteur·rices sportif·ives pour proposer des créneaux de pratique sur les campus ou dans les villes favorisant la découverte de lieux emblématiques et le développement culturel pour les étudiant·es (course à pied, yoga, danse, renforcement musculaire...)

13. Garantir une santé physique et mentale pérenne pour nos SHN

Contexte : Chaque année, la commission médicale et scientifique du CIO adopte une déclaration de consensus sur un problème prédominant ayant une incidence sur le bien-être des athlètes. En 2018, la commission a tenu une réunion de consensus sur la maladie mentale dans le sport de haut niveau. En effet, une étude a démontré que 25,5% des sportif·ves, contre 15% de la population générale, présentaient des troubles alimentaires (Greenleaf, Petrie, Carter et Reel, 2009). Une autre enquête menée en 2020 vient appuyer cette décision puisque 89% des sportif·ves ont déjà ressenti un manque d'énergie, un sentiment de tristesse, de l'anxiété et un manque de confiance (Comité Ethique et Sport, 2020). Les sportif·ves de haut niveau sont particulièrement touché·es par ces problématiques. Ceux qui sont étudiant·es doivent dans le même temps assumer leur carrière sportive et un emploi du temps universitaire ; ceci peut générer du stress et accroître le sentiment de mal-être physique et/ou mental.

Description :

- Donner aux SHN des temps dédiés au maintien de leur intégrité corporelle et psychologique, notamment via des séances de relaxation ou de psychologie
- Créer des capsules vidéos des enseignements théoriques à faible degré cognitif pour leur permettre d'y accéder en asynchrone et d'aménager leur cursus scolaire
- Sensibiliser les SHN aux dangers des conduites et produits dopants, à court et long terme.
- Informer les SHN et les entraîneur·es sur les dangers du surentraînement et l'importance de la récupération physique et mentale
- Assurer un suivi nutritionnel auprès des SHN, particulièrement ceux qui pratiquent un sport avec des catégories de poids
- Garantir un accès facilité aux infrastructures sportives de proximité pour l'entraînement des SHN, dans la limite de leur disponibilité

Rendre le monde professionnel plus actif

Un employé en France travaille en moyenne 36,9 heures au cours d'une semaine habituelle, ce temps de travail impacte considérablement les opportunités de pratique d'activité physique et de lutte contre la sédentarité. Dans la continuité de la promotion d'un comportement actif dès le début de la scolarité, le milieu professionnel doit investir ces thématiques.

14. Développer des politiques en faveur d'une dynamique d'entreprise sportive et active

Contexte : La sédentarité est très présente dans le monde du travail. Ce rythme, néfaste pour la santé physique, l'est aussi pour la santé mentale. Pour pallier cette problématique, l'activité physique et sportive en entreprise est un levier pour diminuer la sédentarité des professionnel·les. De plus, l'activité physique en entreprise diminue de 5 à 7% les dépenses de santé annuelles du·de la salarié·e. Pourtant 87% des chef·fes d'entreprise en sont convaincu·es, et seulement 18% des entreprises ont mis au point des solutions concrètes pour favoriser l'activité physique au travail (Etude sur le sport en entreprise, s. d.).

Description :

- Création d'un label interministériel (MSJOP - Ministère des sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, MSP - Ministère de la Santé et de la Prévention, MTPEI - Ministère du Travail, du Plein Emploi et de l'Insertion)
- Faire appel à des professionnel·les du monde du Sport-Santé et du monde du travail pour initier un dialogue entre les différentes professions (EAPA, ergonomes etc...) au sein de l'entreprise.
- Reconnaître officiellement la sédentarité comme risque professionnel dans le DUERP
- Faire intervenir des professionnel·les qualifié·es (EAPA, ergonomes issus d'IEAP, éducateur·ices sportif·ves etc...) pour initier des comportements actifs

15. Instaurer les pauses actives en milieu professionnel

Contexte : En moyenne, les travailleur·euses passent deux fois plus de temps assis au travail qu'en temps de loisirs (Saidj, M. et al., 2015). En effet, lors d'une journée de travail, un·e employé·e reste en moyenne 12h assis (les chiffres clés, 2022). Il est prouvé que dépasser les 10h assis chaque heure supplémentaire augmente le taux de mortalité de 34% (F. Dutheil et al., 2017). En effet, le corps humain n'est pas fait pour rester inactif aussi longtemps dans une journée. Afin d'améliorer la santé physique et mentale, il est essentiel de pouvoir mettre en place des dispositifs au cours de la journée permettant de faire des pauses et de bouger.

Description :

- Inscrire l'obligation de 5 minutes de pause active par heure de travail sédentaire
- Afficher des fiches ressources avec des idées de pauses actives au sein des entreprises afin de pouvoir varier les mobilisations corporelles
- Participer à des défis tels que le défi 14 jours d'Actiz(4) et les partager au sein des entreprises

16. Engager les entreprises dans le développement de l'activité physique de leurs employés

Contexte : Aujourd'hui, les entreprises mettent peu d'actions en place concernant la promotion de l'activité physique et sportive. En effet, 59% des employé·es estiment que leur employeur·euse "ne s'intéresse ni au sport, ni aux pratiques sportives de ses collaborateurs" et se déclarent ainsi "insatisfaits de l'offre d'activité sportive" proposée par leur entreprise(5). Face à ce constat, il est nécessaire de développer l'offre de pratique sur le lieu de travail.

Description :

- Aménager un espace de bien-être ou d'activité physique au sein ou à proximité immédiate de l'entreprise
- Intégrer des espaces d'hygiène et de rangement afin de permettre aux employé·es de séparer leur temps de pratique et de travail.
- Mettre en place des temps de travail actifs (réunion active, déplacements actifs au sein de l'entreprise...)

17. Favoriser les mobilités actives et durables pour les professionnels

Contexte : Le bien-être au travail est, aujourd'hui, primordial et au cœur des préoccupations actuelles du monde professionnel et des acteur·ices du sport et de la santé. Le 4ème Plan Santé au Travail sorti le 20 décembre 2021 rappelle notamment l'importance de promouvoir les activités physiques et sportives en milieu professionnel. C'est d'ailleurs en ce sens que la Direction des Sports et la Direction Générale de l'Administration et de la Fonction Publique ont lancé un appel à projet pour des projets de développement d'activités physiques et sportives au sein des administrations de l'Etat. Les mobilités actives constituent également un axe important des comportements actifs. Elles doivent être développées dans le cadre des déplacements entre le lieu de vie et le lieu de travail.

Description :

- Mettre à disposition des employé·es des moyens de mobilités actives dans un rayon proche de l'entreprise et y associer une sensibilisation sur leurs bienfaits
- Développer le nombre de garages à vélos et les casiers pour le rangement des autres moyens de mobilités actives
- Rembourser, totalement ou partiellement, les frais de transports (achat ou de matériel, entretien, etc...) des employé·es adoptant des mobilités actives et durables

Utiliser l'espace public comme levier de promotion des comportements actifs

La pratique d'activité physique et sportive ne se résume pas à celle que l'on retrouve dans les clubs ou dans les milieux spécifiques (scolaire, universitaire, professionnel etc.). Elle peut prendre diverses formes et être menée de façon plus ou moins autonome. L'espace public représente un potentiel pour rendre la population plus active, à la condition d'être exploité de manière optimale.

18. Aménager l'espace public pour favoriser un mode de vie plus actif et moins sédentaire

Contexte : En France, 1 adulte sur 3 combine un manque d'activité physique et une durée des comportements sédentaires trop importante (ANSES, 2016). Le milieu de vie favorise ces comportements : éloignement des structures de pratique, ascenseurs, escalators, déplacements en transports etc... Ce qui, à la base, a été créé pour solutionner des contraintes, s'est peu à peu imposé comme un mode de vie et induit des conséquences négatives sur notre santé. Il est nécessaire de rendre notre environnement propice à un mode de vie plus actif et moins sédentaire.

Description :

- Réhabiliter les espaces dédiés aux enfants pour leur insuffler une pratique autonome
- Développer des parcours ludo-sportifs accessibles à toutes et tous
- Se saisir du guide de design actif de Paris 2024 et l'Agence Nationale de la cohésion des territoires pour modifier l'espace public
- Proposer des animations à l'inauguration des nouveaux espaces
- Faire des temps de consultation en collaboration avec les citoyen·nes sur les besoins spécifiques à l'aménagement du territoire
- Mettre tous les établissements de première nécessité dans un rayon de 15 minutes à pied
- Définir des espaces séparés entre piéton·nes et cyclistes
- Favoriser des espaces d'attente avec pédaliers pour charger ses appareils électroniques

19. Diversifier les pratiques sportives en milieu rural

Contexte : Selon l'étude de l'ANDES (2013), seulement 63.6% des communes rurales seraient dotées d'équipements sportifs. Les plus présents sont dédiés aux sports traditionnels (football, tennis etc...) et les infrastructures couvertes se doivent d'être multisports et partagées par différents clubs. D'ailleurs, selon l'enquête menée en 2002 par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative et l'INSEP (2002), si les personnes vivant en milieu rural pratiquent autant que les citadin·es, elles le font de manière différente. En effet, elles auront tendance à plus se tourner vers des sports ne nécessitant pas d'infrastructures (cyclisme, pétanque, marche...). Au sein du milieu rural, l'une des plus grandes difficultés reste la présence de professionnel·les du sport, c'est pourquoi il faut trouver de nouvelles solutions pour proposer des activités sportives encadrées par de réel·les professionnel·les, tel·les que les étudiant·es en STAPS, diplômé·es au minimum du DEUG.

Description :

- Développer les structures déjà existantes pour y inclure une plus grande diversité d'activités
- Intégrer un espace sportif aux nouvelles constructions d'infrastructures
- Créer des animations autour des nouvelles activités pour les faire découvrir au grand public
- Informer sur l'offre de pratique d'activités physiques en milieu rural
- Développer de nouvelles infrastructures pour diversifier l'offre de pratiques sportives en milieu rural
- Développer, parallèlement, les pratiques sportives ne nécessitant pas d'infrastructures
- Mettre en place de nouveaux plans équipements dans la continuité du Plan "5 000 terrains de sport" pour développer les équipements multisportifs, portés par les collectivités territoriales afin qu'ils soient placés à des emplacements stratégiques

20. Engager une démarche "d'aller vers" pour rapprocher les habitant·es des QPV de la pratique d'activités physiques et sportives

Contexte : Lorsque 8% de la population française de 2018 vit en Quartiers prioritaires des Politiques de la Ville (QPV), on constate que ce public, plus précaire, exerce souvent des métiers demandant une activité physique intense (ONAPS, 2018), avec des mouvements parfois répétitifs, et que les habitant·es de QPV ayant une licence sportive ne représentent que 4% du nombre de licencié·es total en 2019 (ONPV, 2021). Les politiques publiques spécifiquement élaborées pour ceux-ci visent à compenser les écarts de niveau de vie entre les populations des QPV et celles du reste du territoire.

La promotion d'une activité physique et sportive régulière et la prévention des risques liées à leur activité professionnelle doivent faire l'objet d'actions au sein des QPV.

Description :

- Organiser des "QPV Tour" via des bus qui vont directement à la rencontre des habitant·es pour dispenser des bilans de condition physique et s'entretenir sur les motivations et besoins des personnes en terme d'activité physique afin de les orienter vers une pratique adaptée
- Collaborer avec les acteur·ices du monde sportif et parasportif de haut niveau pour faire rencontrer des athlètes aux jeunes des QPV afin de les sensibiliser à l'importance d'une activité physique régulière
- Former et informer les travailleur·euses à la prévention des risques en termes de gestes et de postures
- Organiser des évènements sportifs gratuits et accessibles à toutes et tous au sein des QPV

21. Investir les infrastructures de pratique libre pour les publics à besoins spécifiques

Contexte : Les équipements de pratique libre font partie intégrante des infrastructures sportives utilisées par les pratiquant·es. L'Union Sport & Cycle indique que "les taux d'utilisation des terrains multisports et des espaces fitness sont [...] élevés : près d'un·e pratiquant·e sur deux (43%) les utilise lorsque sa commune en est dotée." (Le sport dans la ville, s. d.). Et le public est en forte demande de leur développement. Malheureusement, les infrastructures ne sont pas toujours adaptées aux publics à besoins spécifiques, notamment en termes d'accessibilité pour les personnes à mobilité réduite. Il devient urgent de trouver des solutions pour leur permettre un accès à la pratique libre ou l'utilisation de ces infrastructures pendant les séances d'APA.

Description :

- Faire un état des lieux des besoins et de la pertinence de mise en place d'infrastructures en libre accès au niveau des territoires, notamment auprès des Public à Besoin Spécifique et de leurs encadrant.es d'APS et d'APA
- Adapter les infrastructures en libre accès pour les publics à besoins spécifiques (simplification des consignes sur les équipements sportifs de fitness, adaptation matérielle pour les personnes à mobilité réduite etc...)
- Utiliser les infrastructures de pratique libre adaptées dans le parcours de soin et de santé des PBS, notamment sur la fin du cycle d'APA pour qu'ils sachent comment utiliser ces infrastructures en toute sécurité et puissent les réinvestir derrière en autonomie, si cela est possible pour eux

Promouvoir l'activité physique et sportive comme un outil de santé

Nos comportements et habitudes de vie sont des déterminants de santé sur lesquels il est possible d'influer. C'est un grand continuum dont l'activité physique fait partie. L'OCDE et l'OMS estiment que des milliards d'euros pourraient être économisés dans l'Union Européenne s'il y avait un accroissement de l'activité physique. Il devient urgent d'investir pour, à terme, réduire les dépenses de santé liées à l'inactivité physique et la sédentarité.

22. Donner plus d'importance à l'activité physique et la sédentarité dans l'examen médical

Contexte : En France, l'examen de préparticipation à une activité sportive est obligatoire depuis 1999, pour l'obtention d'une licence sportive en compétition ou bien même parfois même sans compétition. C'est l'une des rares occasions où la thématique de la pratique sportive est évoquée avec un.e médecin généraliste. Au même titre que les questions sur le tabagisme ou les antécédents médicaux, le·la médecin doit toujours prendre en compte et dialoguer sur l'activité physique et la sédentarité de ses patient.es à chaque visite médicale. L'activité physique peut très souvent agir en prévention de l'apparition de maladies et, ainsi, éviter des dépenses de santé supplémentaires.

Description :

- Intégrer à l'examen médical des questions sur les habitudes de pratique d'activité physique (mobilité pour aller au travail, type d'emploi, pratique sportive etc...).
- Orienter, dès que possible, le·la patient.e vers une activité physique adaptée plutôt qu'une prise en charge médicamenteuse, ou coupler les deux.
- Sensibiliser les patient.es aux moyens de lutte contre la sédentarité lorsqu'ils occupent un emploi assis ou allongé (pauses actives, aménagement de l'environnement)

23. Rendre plus accessible la prescription d'activité physique adaptée

Contexte : L'intérêt de l'activité physique comme moyen de prévention mais aussi comme méthode thérapeutique non-médicamenteuse n'est plus à prouver. Les effets bénéfiques de cette activité couplée à un traitement sont eux aussi très reconnus. Toutefois, le remboursement de ces séances d'activité physique adaptée est quasi inexistant. De plus, les dernières expérimentations sur ce genre de dispositif sont très encourageantes, le programme "AS du coeur" montre qu'en plus de bénéfices directs sur leur santé les patient·es bénéficiant de ce remboursement ont vu leurs dépenses de santé chuter de 30%. Actuellement, seules certaines mutuelles et collectivités proposent des aides ou aident à la prise en charge, la sécurité sociale, elle, n'a pas de budget fléché pour l'APA.

Description :

- Rembourser les séances d'APA prescrites aux patient·es atteint·es d'ALD et de maladies chroniques au même titre que les méthodes thérapeutiques médicamenteuses
- Systématiser l'intégration d'un programme d'APA dans le parcours de soin des patient·es pour qui la pratique d'activité physique peut diminuer les symptômes, voire aider à la guérison
- Rediriger les personnes lors d'examens médicaux vers de la pratique (adaptée)

24. Se servir de l'essor de l'esport chez le jeune public pour faire la promotion de l'activité physique à des fins de santé

Contexte : La pratique d'esport ne cesse d'augmenter d'année en année, le baromètre France Esports montre une nette progression sociale avec 10 800 000 consommateur·ices ou pratiquant·es d'Esport en France, chiffre record depuis la création du baromètre en 2018. Par surcroît, la sédentarité n'a jamais été aussi élevée en France, en effet les adultes français passent en moyenne 12h par jour travaillé assis. Or l'essor de cette pratique peut s'avérer être promoteur d'activités physiques et sociales pour la santé. Cette association permettrait de toucher un public souvent réticent à la pratique sportive ainsi qu'à la pratique d'activités physiques pour la santé. Aujourd'hui, on retrouve quelques modèles d'une telle promotion, le but étant de se saisir de ce levier le plus rapidement possible pour pouvoir induire des habitudes de pratique dans la population qui ont plus de chances de perdurer.

Description :

- Mettre en place des créneaux d'esport associé à de la pratique physique et sportive au seins des clubs omnisport
- Mettre à disposition des vidéos d'échauffement avant, pendant et après une séance d'esport
- Promouvoir l'activité physique pour la santé au travers des athlètes professionnel·les sportif·ves
- Utiliser la pratique d'esport pour amener vers une pratique d'activités physiques à des fins de santé

ALD : Affection Longue Durée

ANESTAPS : Association Nationale des Étudiants en STAPS

APA : Activité Physique Adaptée

APA-S : Activité Physique Adaptée et Santé

APS : Activité Physique et Sportive

ANDES : Association National Des Élus aux Sports

CIO : Comité International d'Organisation

CROUS : Comité Régional des Œuvres Universités et Scolaires

DEUG : Diplôme d'Étude Universitaire Générale

DUERP : Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels

EAPA : Enseignant en Activité Physique Adaptée

EM : Éducation et Motricité

EPS : Éducation Physique et Sportive

ERS : Étudiant Relais Santé

ESH : Étudiant en Situation de Handicap

IEAP : Ingénierie Ergonomie de l'Activité Physique

INSEP : Institut National du Sport et de l'Expertise et de la Performance

JOP : Jeux Olympiques et Paralympiques

LSU : Ligue Sport Universitaire

MSJOP : Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques

ONAPS : Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité

ONPV : Observatoire National des Politiques de la Ville

PBS : Public à Besoins Spécifiques

SDES : Service des données et études statistiques

SHN : Sportif de Haut Niveau

STAPS : Science et Technique des Activités Physiques et Sportives

SUAPS : Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives

A. (2021a, novembre 9). *Sportifs et santé mentale : inquiétudes pour les plus jeunes*. lindependant.fr. <https://www.lindependant.fr/2021/11/09/sportifs-et-sante-mentale-inquietudes-pour-les-plus-jeunes-9918394.php>

Assemblée Nationale. (s. d.). *Rapport de la mission d'évaluation des politiques de prévention en santé publique - Assemblée nationale*. <https://www2.assemblee-nationale.fr/15/les-delegations-comite-et-office-parlementaire/comite-d-evaluation-et-de-contrôle/secretariat/a-la-une/rapport-de-la-mission-d-evaluation-des-politiques-de-prevention-en-sante-publique>

Anses. Actualisation Des Repères Du PNNS: Révisions Des Repères Du PNNS: Révisions Des Repères de Consommations Alimentaires – Avis de l'Anses -, 2016:192 p.

B&L évolution. (2023, 6 février). [Etude] *La France à 20 minutes à vélo - BL évolution*. BL évolution. <https://www.bl-evolution.com/publication/la-france-a-20-minutes-a-velo/>

CUIMC Celebrates 2019-20, Issue 4. (2020, 28 février). Columbia University Irving Medical Center. <https://www.cuimc.columbia.edu/news/cuimc-celebrates-2019-20-issue-4>

Dutheil, F., Duclos, M., Naughton, G., Dewavrin, S., Cornet, T., Huguet, P., Chatard, J., & Pereira, B. (2017). WittyFit—Live Your Work Differently : Study Protocol for a Workplace-Delivered Health Promotion. *JMIR Research Protocols*, 6(4), e58. <https://doi.org/10.2196/resprot.6267>

Esports, F. (2022, 1 novembre). *Baromètre France Esports – Résultats de l'édition 2022*. France Esports. <https://www.france-esports.org/barometre-france-esports-resultats-edition-2022/>

Etude sur le sport en entreprise. (s. d.). FranceOlympique.com. <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/6625-etude-sur-le-sport-en-entreprise.html>

Inactivité physique et sédentarité chez les jeunes : l'Anses alerte. (2022, 23 septembre). Anses - Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail. <https://www.anses.fr/fr/content/inactivit%C3%A9-physique-et-s%C3%A9dentarit%C3%A9-chez-les-jeunes-l%E2%80%99anses-alerte-les-pouvoirs-publics>

Le sport dans la ville. (s. d.). <https://www.unionsportcycle.com/amenagements-ludiques-sportifs/le-sport-dans-la-ville>

Les chiffres clés - Onaps.fr. (2022, 18 mai). Onaps.fr. <https://onaps.fr/les-chiffres-cles/>

Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative, Institut national du sport et de l'éducation physique, Mignon, P., & Truchot, G. (Eds.) 2002. *Les pratiques sportives en France : Enquête 2000*. Paris : INSEP-Éditions. doi :10.4000/books.insep.826

Ministère de la transition écologique, Commissariat général au développement durable. (s. d.). *Les émissions de gaz à effet de serre du secteur des transports*. notre-environnement. <https://www.notre-environnement.gouv.fr/themes/climat/les-emissions-de-gaz-a-effet-de-serre-et-l-empreinte-carbone-ressources/article/les-emissions-de-gaz-a-effet-de-serre-du-secteur-des-transport>

Petrie, T. A., Greenleaf, C., Reel, J., & Carter, J. (2008). Prevalence of eating disorders and disordered eating behaviors among male collegiate athletes. *Psychology of Men & ; Masculinity*, 9(4), 267-277. <https://doi.org/10.1037/a0013178>

Présentation du dispositif. (s. d.). sports.gouv.fr. <https://www.sports.gouv.fr/presentation-du-dispositif-611>

Résultats détaillés de l'enquête mobilité des personnes 2019. (s. d.). Données et études statistiques pour le changement climatique, l'énergie, l'environnement, le logement, et les transports. <https://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/resultats-detailles-de-lenquete-mobilite-des-personnes-de-2019?rubrique=60&dossier=1345>

Saidj, M., Menai, M., Charreire, H., Weber, C., Enaud, C., Aadahl, M., Kesse-Guyot, E., Hercberg, S., Simon, C., & Oppert, J. (2015). Descriptive study of sedentary behaviours in 35,444 French working adults : cross-sectional findings from the ACTI-Cités study. *BMC Public Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1711-8>

Troisième Comité national de suivi de l'Université inclusive : de nouvelles mesures pour la lisibilité des droits des étudiants en situation de handicap | handicap.gouv.fr. (s. d.). <https://handicap.gouv.fr/troisieme-comite-national-de-suivi-de-luniversite-inclusive-de-nouvelles-mesures-pour-la-lisibilite?-source=dfbfb851-6382-4969-9eb7-4b22afd6458d>

web@swpl.fr. (2022, 13 octobre). *L'APA bientôt remboursée par la sécurité sociale ?* Kiplin. <https://www.kiplin.com/fr/blog/sante-publique/lactivite-physique-adaptee-bientot-remboursee-par-la-securite-sociale/>

(2013, septembre). *Le sport dans les communes rurales et de montagne : constats, enjeux et perspectives*. Consulté le 30 janvier 2023, à l'adresse https://www.reseaurural.fr/sites/default/files/documents/fichiers/2017-10/2014_rrf_etude_sport_ruralite_montagne_andes.pdf

(2018). *Activité physique, sédentarité et inégalités sociales*. Consulté le 30 janvier 2023, à l'adresse https://capas-c.eu/wp-content/uploads/2018/06/Pre%CC%81sentation-ONAPS_Lhuisset-L.pdf

(2021b). *Fiches thématiques : Observatoire national de la politique de la ville-Rapport 2021*. Consulté le 30 janvier 2023, à l'adresse http://www.onpv.fr/uploads/media_items/rapport-2021-fiches-th%C3%A9matiques.original.pdf#page=32

(2021c, février). *Sport dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville*. <https://franceurbaine.org/>. Consulté le 22 octobre 2021, à l'adresse https://franceurbaine.org/sites/franceurbaine.org/files/documents/franceurbaine_org/ok_-_contribution_de_france_urbaine_vf_-_sport_et_qp_v_-_fevrier_2021.pdf

(2023). *Pratique d'activités physiques et sportives et sédentarité chez les étudiants universitaires en France*. Dans *www.anestaps.org*. Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité. Consulté le 30 janvier 2023, à l'adresse <https://anestaps.org/wp-content/uploads/2023/01/2023-01-17-Rapport-final-enque%CC%82te-e%CC%81tudiante-VF-logossedito.pdf>

