



Les actualités sur l'activité physique et la sédentarité

Nous avons le plaisir de vous proposer notre 41^{ème} newsletter, afin de vous informer des travaux récents de l'Onaps et des dernières actualités/ressources documentaires sur l'activité physique et la sédentarité !

Quelques travaux de l'Onaps

SAVE THE DATE : Colloque webinaire national

Le colloque webinaire national 2026 de l'Onaps, en partenariat avec le ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative et son Pôle Ressources National Sport-Santé, se tiendra le 19 novembre prochain. Il portera sur « l'activité physique, moteur de lien social et d'insertion ». L'activité physique constitue un levier majeur de lien social, de cohésion et d'insertion sociale et professionnelle, tandis que l'isolement social contribue au renforcement des inégalités sociales et territoriales. Dans ce contexte, le socio-sport, les dynamiques communautaires et les actions territoriales occupent aujourd'hui une place centrale. Ce colloque vise à mettre en lumière le rôle de l'activité physique comme facteur de socialisation, d'inclusion et d'insertion, en croisant regards scientifiques et expériences de terrain. Comme chaque année, il réunira scientifiques, acteurs institutionnels et de terrain pour partager constats, initiatives et bonnes pratiques.

La page dédiée et les inscriptions seront bientôt accessibles sur le site de l'Onaps.



Remise du prix de thèse FEHM-Onaps !

Le 02 juillet 2026, nous avons eu le plaisir de participer à la remise du 1^{er} Prix de Thèse de la Fondation d'Entreprise Harmonie Mutuelle et de l'Onaps « Mobilisons les sciences face à la sédentarité ». Toutes nos félicitations à Albane Aumaître, lauréate du Prix de Thèse, et à Alexandre Mazéas, lauréat de la Mention spéciale du Jury, pour la qualité de leurs travaux et la contribution qu'ils apportent à la lutte contre la sédentarité. Un grand merci à la Fondation d'Entreprise Harmonie Mutuelle, avec qui nous sommes ravis d'avoir co-construit ce Prix de Thèse. C'est une belle occasion d'opérationnaliser le lien entre la science et le terrain, un parti pris de notre Observatoire. Merci également aux six membres du jury de ce prix pour leur expertise précieuse dans l'évaluation des thèses candidates et la sélection des lauréats qui en a découlé.



[Accéder au communiqué de presse](#)

Replay du Webinaire Onaps - Regards croisés sur... Activité physique, sédentarité et (péri)ménopause !

En complément du guide « activité physique, sédentarité et ménopause : comprendre et agir », l'Onaps a organisé le 4 mai dernier un webinaire visant à informer, sensibiliser et encourager les femmes (péri)ménopausées à pratiquer une activité physique régulière et à lutter contre leur sédentarité.

Dans une première partie basée sur les données scientifiques, Carina Enea et Morgane Le Bourvellec, chercheuses spécialisées sur la physiologie de l'exercice chez la femme, sont revenues sur :

- La définition de ces périodes et ce qu'elles impliquent en termes de modifications physiologiques, corporelles ou encore cognitives.
- Les effets de l'activité physique et de la sédentarité sur les symptômes de la (péri)ménopause.
- Les déterminants et leviers pour la pratique des femmes (péri)ménopausées.
- Les recommandations spécifiques en matière d'activité physique et de sédentarité.

Dans une deuxième partie, Carole MAITRE, gynécologue - médecin du sport à l'INSEP, et présidente de la commission médicale du CNOSEF, a proposé des conseils pratiques et des ressources disponibles pour accompagner ce public dans leur pratique d'activité physique.

[Accéder au replay](#)

Nos interventions

Journée Nationales des Maisons Sport-Santé

Tenue d'un stand et affichage d'un poster (participation de Lucile Bruchet, directrice de l'Onaps, Alicia Fillon et Pauline Demonteix, ingénieures projets).

25 et 26 juin 2026 à Vichy

Colloque du Groupement National des Directeurs de SUAPS

Participation de Lucile Bruchet, directrice de l'Onaps.

17 juin 2026 à Issoire

2^{ème} comité de pilotage du Mois de l'activité physique et sportive et Fête du sport

Organisé par le Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative en présence des collectivités, associations d'élus, du mouvement sportif, des experts scientifiques et de l'ensemble des partenaires (participation de Pauline Demonteix, ingénieure projets à l'Onaps).

9 juin 2026

93^{ème} congrès de l'Afcas à l'Université du Québec à Trois-Rivières

Organisé à l'Université du Québec à Trois-Rivières (présentation d'Alicia Fillon, ingénieure projets à l'Onaps, « De la science à la pratique : quels sont les leviers d'innovation pour la promotion d'une vie saine et active ? »).

14 mai 2026

1^{ère} édition des Rencontres de l'Innovation – Édition Santé

Coorganisée par Michelin et Le Village by CA Centre France, dans le cadre de la Clermont Innovation Week (participation de Lucile Bruchet, directrice de l'Onaps).

28 avril 2026

Clermont Innovation Week

Animation de l'atelier « Le mouvement, un jeu d'enfants » par Lucile Bruchet, directrice de l'Onaps et Alicia Fillon, ingénieure projets à l'Onaps.

22 avril 2026

Podcast « Comment l'inactivité physique dérègle la nutrition »

[Accéder au podcast](#)

Actualités

Nouvelle carte du Schéma national des véloroutes - Juin 2026

Le Réseau vélo et marche a publié l'édition 2026 de la carte du Schéma national des véloroutes, qui constitue le réseau structurant des grands itinéraires cyclables en France. Mise à jour à partir des données de l'Observatoire national des véloroutes, cette nouvelle édition présente l'état d'avancement du réseau, en indiquant les itinéraires existants, les sections restant à aménager ainsi que leur taux de réalisation. Cette carte constitue un outil de suivi et de planification pour les acteurs publics, contribuant au développement d'infrastructures favorisant les mobilités actives et les déplacements à vélo.

[Accéder à la carte](#)

Chiffres clés du tourisme à vélo - Juin 2026

Le Réseau vélo et marche a publié l'édition 2025 des Chiffres clés du tourisme à vélo, qui dresse un panorama des principaux indicateurs du développement du tourisme cyclable en France. Cette publication présente notamment l'état d'avancement du Schéma national des véloroutes, l'évolution de la fréquentation des itinéraires, les retombées économiques du tourisme à vélo, ainsi que le développement des services et équipements dédiés aux cyclistes. Elle constitue un outil de référence pour suivre la structuration et la dynamique du tourisme à vélo à l'échelle nationale.

[Accéder au document](#)

Guide « Grandir dans un monde connecté, ça s'apprend » - Juin 2026

Publié par l'UNESCO, en partenariat avec le Centre pour l'éducation aux médias et à l'information (CLEMI) et Réseau Canopé, ce guide international est destiné aux parents et éducateurs. Il vise à les outiller pour accompagner les enfants et les jeunes dans l'usage des technologies numériques, en favorisant leurs droits tout en les protégeant des risques. Il est organisé en cinq chapitres : temps d'écran, information et désinformation, réseaux sociaux et IA générative, cyber-violences, et actions à mettre en place par les parents.

Le guide du dirigeant promoteur de santé - Juin 2026

Élaboré dans le cadre du projet PROSCeSS, ce guide vise à accompagner les dirigeantes et dirigeants de clubs sportifs dans le développement d'environnements favorables à la santé, au bien-être et à l'inclusion. Il contient :

- Des repères pour comprendre l'approche « club promoteur de santé » ;
- Des pistes d'action concrètes pour les dirigeants ;
- Des outils pour mobiliser l'ensemble des acteurs du club ;
- Des exemples inspirants pour faire évoluer durablement les pratiques.

Parce que les dirigeants jouent un rôle central dans la vie associative et les orientations de leur structure, ce guide leur donne des clés pour intégrer la promotion de la santé au cœur de leur projet club.

[Accéder au guide](#)[Accéder à la vidéo de présentation](#)

Santé en mouvement : le pouvoir de la marche et du vélo - Mai 2026

Publié par la Fédération française des Usagères et Usagers de la Bicyclette (FUB), ce rapport propose une lecture de la mobilité en termes de santé publique et d'économie de la prévention et envisage le vélo et la marche comme des pratiques concrètes, capables d'agir simultanément sur la santé, la préservation des écosystèmes, l'autonomie et la cohésion sociale. Il vise à faire de la promotion de la santé un investissement stratégique, et du bien-être des populations un objectif central des politiques publiques, en proposant des pistes opérationnelles pour traduire cette orientation dans l'action publique. L'Onaps a eu le plaisir de contribuer à la relecture de ce travail et figure parmi les partenaires associés à cette publication.

[Accéder au rapport](#)

Boîte à outils pour l'accueil d'une personne en situation de handicap au sein d'une MSS - Avril 2026

Destinée aux Maisons Sport-Santé (MSS), cette boîte à outils a pour but de structurer l'accueil, l'orientation et l'accompagnement vers l'activité physique des personnes en situation de handicap. Différentes ressources sont proposées, ainsi que des repères afin de renforcer le parcours de ce public et de développer les compétences des équipes. Elle vise à faciliter une prise en charge inclusive et adaptée, à travers quatre étapes clés que sont l'information, l'orientation, l'adaptation et la montée en compétences.

[Accéder à la boîte à outils](#)

Étude sur l'impact socioéconomique des usages du vélo en France - Avril 2026

Publiée à l'occasion de « Mai à Vélo », cette étude de l'ADEME caractérise dans un premier temps la pratique du vélo en France, sa diffusion croissante et la transformation de ses usages. Le rapport permet ensuite d'actualiser et d'approfondir l'analyse des impacts socioéconomiques de la pratique du vélo en France, précédemment étudiés en 2020. Enfin, il propose des orientations pour suivre l'évolution des politiques publiques et de l'usage du vélo.

[Accéder à l'étude et son infographie](#)

Rues aux enfants, rues pour tous – Appels régionaux à Initiatives 2026 - Avril 2026

Un nouvel appel à initiatives a été lancé dans toutes les régions par l'association Rue de l'Avenir. Depuis 10 ans, ces appels à initiatives dans toute la France ont permis de mettre en œuvre près de 500 initiatives liées aux « Rues aux enfants, rues pour tous ». Pour rappel, le principe est de fermer temporairement une rue ou une place à la circulation motorisée, dans le but de permettre aux enfants de jouer librement et en sécurité.

Cet appel à initiatives s'adresse aux collectivités, associations, collectifs d'habitants ou conseils de quartier. Les prochaines dates de dépôt et le 15 décembre 2026.

[En savoir plus](#)

Bilan de la loi d'orientation des mobilités - Avril 2026

Six ans après son adoption (LOM, décembre 2019), la Cour des Comptes publie un bilan de la loi d'orientation des mobilités, faisant état d'une « réforme essentielle mais inachevée, en particulier en matière de financement ». Un impact indéniable est observé sur les mobilités actives, avec une progression de 38,5 % de l'utilisation du vélo entre 2019 et 2024. Toutefois, un essoufflement est identifié depuis 2024, avec une interruption de la hausse de la fréquentation cyclable, ainsi qu'un objectif de 100 000 km de voies cyclables sécurisées qui semble difficile à atteindre pour 2030, notamment pour des raisons budgétaires. Le bilan souligne la nécessité de renouveler le cadre financier que la loi avait instauré, et à développer des nouvelles offres de mobilité, afin de relier les territoires enclavés aux réseaux structurants et d'assurer la transition écologique.

[Accéder à l'article](#)

[Accéder au bilan](#)

Résultats de la Grande Consultation du Sport - Avril 2026

Lancée en 2025 par Les Shifters avec le soutien du Shift Project, la Grande Consultation du Sport est une démarche inédite de consultation du secteur sportif français afin de comprendre sa sensibilité, sa vulnérabilité et sa capacité d'action face aux défis climatiques et énergétiques. Le rapport présente les résultats concernant les 12 000 personnes interrogées, avec notamment :

- Une forte inquiétude face aux chocs climatiques et une profonde vulnérabilité aux chocs énergétiques ;
 - Des impacts de la pratique encore mal cernés par les pratiquants et responsables ;
 - Une forte volonté d'action et l'existence déjà de nombreuses initiatives ;
 - Les besoins principaux : moyens humains et financiers, accompagnement, outils pratiques, formations.
- Une proposition de plan d'action pour la transition est également formulée.

[Accéder au rapport](#)

Nouvelles notes de service concernant le sport dans les territoires - Mars-Avril 2026

Deux récentes notes de service invitent les acteurs du sport local à faire évoluer leurs approches.

- La première, relative aux projets sportifs territoriaux (PST) (Note n°2026-DFT-03), les positionne comme un cadre stratégique incontournable, avec 67 M€ mobilisés. Les priorités annoncées concernent l'inclusion, le sport-santé, la féminisation et la ruralité.
- La seconde concerne le Plan Équipements 2026, donnant la priorité aux territoires déficitaires, insistant sur la rénovation énergétique et l'adaptation climatique, et faisant un focus sur le parasport et des zones spécifiques.

[Accéder à la note relative aux PST](#)

[Accéder à la note du Plan Équipements 2026](#)

Replay et Agenda

Évènements accessibles en replay

Podcast « Ma Santé en Mouvement portant sur la thématique « activité physique et cycle menstruel »

30 juin 2026

[Découvrir le podcast](#)

Conférence « La motivation à l'activité physique : entre contrainte et liberté »

Réalisée par Aïna Chalabaev, professeure des universités à l'UFR-STAPS de l'Université Grenoble Alpes, dans le cadre du cycle « Avenue centrale. Rendez-vous en sciences humaines ».

23 juin 2026

[Accéder au replay](#)

Web-conférence « Rendez-vous de la Doc'INJEP - Sport à l'adolescence : comprendre les freins à la pratique »

19 mai 2026

[Accéder au replay](#)

Podcast « Ma Santé en Mouvement » portant sur la thématique « Comment l'inactivité physique dérègle la nutrition »

Avec l'intervention de David Thivel, vice-président de l'Onaps et co-directeur de la Chaire « Santé en Mouvement », de la fondation Université Clermont Auvergne.

22 avril 2026

[Découvrir le podcast](#)

Webinaire « Le mouvement au féminin : l'activité physique dans la vie des femmes »

Organisé par la Chaire « Santé en Mouvement », de la fondation Université Clermont Auvergne.

7 avril 2026

[Accéder au replay](#)

Webinaire « Le PDES : l'outil clé pour planifier l'écomobilité scolaire »

Organisé par Mobiscol.

2 avril 2026

[Accéder au replay](#)

À venir

16^{ème} édition des Talents du vélo, concours porté par le Réseau vélo et marche

Ouverture des candidatures jusqu'au 14 octobre 2026.

[En savoir plus et accéder au formulaire de candidature](#)

5^{ème} édition des Talents de la marche, concours porté par le Réseau vélo et marche.

Ouverture des candidatures jusqu'au 14 octobre 2026.

[En savoir plus et accéder au formulaire de candidature](#)

Rencontres Nationales du Sport-Santé, sur la thématique « L'activité physique, un levier pour la santé et le bien-être des jeunes »

Organisées par l'INSEP à Paris.

19 septembre 2026

[Accéder aux inscriptions](#)

2^{èmes} rencontres du Réseau vélo et marche

Organisées à Nancy.

30 septembre au 2 octobre 2026

[Accéder aux inscriptions et au programme](#)

Journée technique « Postures sédentaires au travail, tous concernés ! »

Organisée par l'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS) France.

Diffusion en ligne le 13 octobre 2026

[Accéder aux inscriptions et au programme](#)

Rencontres nationales du Réseau français Villes-santé, sur la thématique « Les Villes-Santé promotrices de l'équité en santé. Enjeux et perspectives 40 ans après la Charte d'Ottawa »

Organisées à Lyon.

24 au 26 novembre 2026

[En savoir plus](#)

23^{èmes} journées d'Études Francophones en Activité Physique Adaptée

Organisées à l'UFR-STAPS de l'Université Grenoble.

25 au 27 novembre 2026

[En savoir plus et accéder aux inscriptions](#)



Bureaux de l'Onaps
Observatoire national de l'activité physique et
de la sédentarité
UFR de Médecine et des Professions
Paramédicales - 28 place Henri Dunant -
63001 Clermont-Ferrand Cedex 1
Tél : 04 73 17 82 19



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}

Vous recevez cet email car vous êtes abonné à la newsletter de l'Onaps via notre site internet www.onaps.fr ou par demande.

[Se désinscrire](#)



© 2023 Onaps