



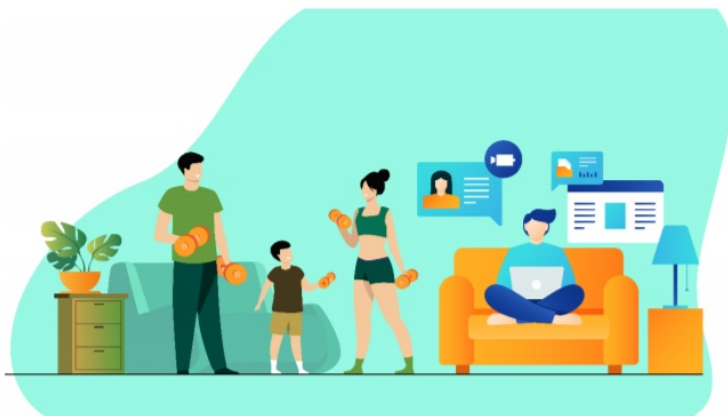
Les actualités de l'activité physique et de la sédentarité

Bonjour à toutes et à tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre 19^{ème} newsletter !

Retrouvez des informations sur les travaux de l'Onaps et des actualités et ressources documentaires en lien avec l'activité physique et la sédentarité.

Quelques travaux de l'Onaps



Activité physique et confinement

Dès le début de l'épidémie de COVID-19 et la mise en place des restrictions des déplacements à ceux strictement nécessaires, l'Onaps, en lien avec le ministère chargé des Sports, s'est saisi de la question de l'évolution des pratiques d'activité physique et des comportements sédentaires, partant d'un constat déjà très défavorable en France sur leurs niveaux respectifs. Une large enquête a été menée afin d'évaluer les conséquences du confinement sur ces comportements.

Comme observé unanimement au niveau mondial, une baisse du niveau d'activité physique et une augmentation des comportements sédentaires ont été observées, à tous âges. Sur la base de plusieurs articles scientifiques s'appuyant sur les données de l'enquête, un rapport et des recommandations ont été diffusés.

[Le rapport décrit les principaux résultats](#) par tranche d'âge pour 22 895 réponses complètes à cette enquête. Les résultats sont par ailleurs détaillés dans plusieurs articles publiés ou soumis dans des revues scientifiques à comité de relecture.

Sur la base de ces résultats et des preuves disponibles dans la littérature scientifique, l'Onaps et son comité scientifique ont proposé [des recommandations](#), accompagnées d'une [série d'infographies](#), pour éviter ces impacts négatifs observés d'un confinement sur nos comportements actifs et sédentaires.

[Deux affiches](#) ont également été réalisées sur la base de ces recommandations. L'une proposant des actions, à partager entre employeurs et salariés, afin d'inscrire dans la durée des comportements favorables à la santé en télétravail, et au travail de manière générale. L'autre afin de faciliter une pratique régulière et durable d'activités physiques des personnes âgées à domicile, à travers des exemples d'exercices simples à réaliser chez soi sans

matériel.

Le 3 décembre 2020, l'organisation d'un [colloque-webinaire](#), en collaboration avec le ministère chargé des Sports et son Pôle Ressources National Sport Santé Bien-être, a permis de partager des constats pendant et en sortie de confinement, des retours d'expériences d'acteurs de terrain auprès de différentes populations, et de débattre sur les enseignements et les conditions nécessaires à l'évolution des pratiques. Ce colloque, qui a totalisé plus de 5 000 connexions, est [accessible en replay sur la plateforme Be Sport](#).



Report Card 2020

Pour la troisième fois depuis 2016, un comité d'experts composés de représentants du milieu académique, de société savantes, d'institutions de santé publique ou encore des milieux scolaires et associatifs, a publié sous la coordination de l'Onaps [un état des lieux de l'activité physique et de la sédentarité des enfants et adolescents Français](#). Ce Report Card 2020 propose une évaluation bienveillante des actions et stratégies nationales mises en place pour promouvoir le mouvement des plus jeunes, en considérant le rôle de l'école, des fédérations sportives, des pouvoirs politiques, des collectivités locales, en particulier en termes d'impact sur l'urbanisation. Si ce Report Card 2020 semble souligner une certaine stabilité dans l'engagement de nos institutions (au regard d'indicateurs sélectionnés au niveau international), il met une nouvelle fois en avant la nécessité de renforcer nos actions toujours trop timides et ses conclusions encouragent le développement de stratégies nationales plus efficaces et pérennes. Evidemment, alors que 2020 a placé la population dans un contexte sanitaire tout à fait singulier, ce Report Card fait également un focus particulier sur l'impact du confinement sur les comportements actifs et sédentaires des plus jeunes, tentant d'alerter sur la nécessité de prévention dans l'éventualité de situations similaires dans le futur.

Ressources documentaires

Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité, novembre 2020

[Ces nouvelles lignes directrices de l'Organisation Mondiale de la Santé \(OMS\)](#) sur l'activité physique et la sédentarité offrent des recommandations de santé publique reposant sur des bases factuelles, sur lesquelles les pouvoirs publics et les parties prenantes peuvent s'appuyer pour élaborer des politiques nationales de santé.

Elles concernent la quantité d'activité physique (fréquence, intensité et durée) dont ont besoin les enfants, les adolescents, les adultes et les personnes

âgées pour que cette activité ait des effets bénéfiques significatifs sur leur santé et permette d'atténuer les risques liés à la santé. Elles insistent sur le fait que chacun, quels que soient son âge et ses capacités, peut avoir une activité physique et que tous les types de mouvements ont leur importance.

Les chiffres clés du sport 2020, novembre 2020

Avec cette nouvelle édition des [chiffres clés du sport](#), l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (Injep) rend accessible un ensemble d'indicateurs de référence sur le sport en France. Ces chiffres-clés s'appuient sur le recensement des licences et clubs sportifs, réalisé chaque année par l'Injep auprès des 113 fédérations sportives agréées par le ministère chargé des Sports.

Des informations sur les lieux et les installations dédiés à la pratique du sport en France, les structures encadrant la pratique sportive en France (associations sportives, organisation du sport fédéral et du haut niveau) ainsi que sur l'économie et l'emploi du sport y sont retrouvées.

La pratique sportive chez les adultes en France en 2017 et évolutions depuis 2000 : résultats du Baromètre de Santé publique France, octobre 2020

Ce [rapport](#) s'intéresse à l'évolution récente de la nature et de la fréquence des pratiques sportives des adultes de 18 à 75 ans vivant en France métropolitaine, ainsi qu'aux motivations sous-tendant ces pratiques. Il s'intéresse également à l'identification des principaux déterminants socio-professionnels associés aux pratiques sportives en 2017.

Bulletin épidémiologique hebdomadaire « Activité physique en prévention et traitement des maladies chroniques », novembre 2020

Ce [numéro hors-série du bulletin épidémiologique hebdomadaire](#) de Santé publique France est consacré à l'activité physique comme moyen de prévenir et de traiter les maladies chroniques. Il aborde particulièrement les principaux résultats et recommandations de l'[expertise collective de l'Inserm de 2019](#).

Inactivité physique et sédentarité chez les jeunes : l'Anses alerte les pouvoirs publics, novembre 2020

Sur la base d'évaluation des risques sanitaires associés à la sédentarité et à l'inactivité physique des enfants et adolescents, [l'Anses a alerté les pouvoirs publics](#) sur la nécessité de promouvoir et renforcer l'activité physique dès l'adolescence. Cette expertise montre que les deux tiers des 11-17 ans se situent à un niveau de risque élevé, ce qui peut se traduire par du surpoids, de l'obésité, des troubles du comportement alimentaire ou encore une qualité du sommeil et de vie altérée. Or, les habitudes prises à l'adolescence tendent à s'installer, avec un impact sur la santé et la qualité de vie à l'âge adulte.

Dossier Promouvoir la santé par l'activité sportive et physique, décembre 2020

Santé publique France a publié son dernier numéro [La Santé en action sur la thématique « Promouvoir la santé par l'activité sportive et physique »](#). Comment stimuler la pratique de l'activité sportive et physique ? Et quelle part peuvent prendre les clubs sportifs, les collectivités et les différents lieux de vie pour promouvoir la santé des populations ? Une quinzaine d'experts ont contribué à ce dossier qui présente un état des connaissances scientifiques et des pratiques, et synthétise les recommandations pour les professionnels de l'éducation, du social, de la santé.

Résultats de l'enquête ENCLASS 2018 - partie activité physique des collégiens,

janvier 2021

L'Enquête nationale en Collège et en Lycée chez les Adolescents sur la Santé et les Substances (EnCLASS) menée en 2018 auprès de 20 577 collégiens et lycéens âgés de 11 à 18 ans à propos de leur bien-être et de leurs comportements de santé, a rendu ses premiers [résultats sur les habitudes alimentaires et l'activité physique chez les collégiens](#). D'une manière générale, l'enquête montre qu'il y a eu peu d'évolutions entre 2010 et 2018, seul 1 collégien sur 10 pratiquants une activité physique modérée quotidiennement (deux fois plus de garçons que de filles).

Actualités

Baromètre des villes marchables

La Fédération française de la randonnée pédestre et ses partenaires de la plateforme associative « Place aux piétons » (Rue de l'Avenir et 60 Millions de piétons) ont lancé début décembre 2020 un Baromètre des villes marchables. Le [questionnaire en ligne](#), ouvert jusqu'au 15 mars 2021, a pour objectif d'évaluer la marchabilité des communes françaises à partir de l'avis des piétons autour de cinq indicateurs principaux :

- Les pratiques des français et leur ressenti global sur le quotidien de la marche,
- La sécurité des déplacements à pied,
- Le confort des déplacements à pied,
- L'importance donnée aux déplacements à pied par les communes,
- Les aménagements et services spécifiques pour les marcheurs.

Ces indicateurs répondront au besoin de mieux cerner les attentes des citoyens qui souhaitent se déplacer à pied quels que soient leur âge, motif et fréquence de déplacement. Ils permettront d'améliorer les politiques territoriales et nationales de développement de la marche.

Mai à vélo

[Mai à vélo](#) a pour objectif de rassembler toutes les actions entreprises sur le territoire pour promouvoir la pratique du vélo à travers des événements cyclables, pédagogiques et populaires, et d'en susciter de nouvelles. Les acteurs voulant participer à cet élan trouveront les informations sur le site internet qui vient d'être mis en ligne pour cette première édition de 2021.

Remboursement des bilans d'activité physique adaptée dans le parcours de soins global après le traitement d'un cancer

Un [décret du 22 décembre 2020](#) relatif au parcours de soins global après le traitement d'un cancer prévoit le remboursement des bilans d'activité physique adaptée à hauteur de 45 euros (durée d'une heure). Ces bilans ont pour objectifs d'effectuer des bilans fonctionnels et motivationnels de l'activité physique, qui donnera lieu à l'élaboration d'un projet d'activité physique adaptée. Un forfait de 180 euros est attribué par patient et par an.

Loi de financement de la sécurité sociale pour 2021

Deux articles de la [loi de financement de la sécurité sociale pour 2021](#) consacrent la place du sport d'une part en entreprise, d'autre part dans le cadre d'un nouveau parcours de santé.

L'article 18 indique qu'un décret viendra préciser les conditions dans lesquelles le **sport en entreprise** se développera, avec la mise à disposition d'équipements sportifs et le financement de prestations sportives à destination

des salariés.

L'article 71 indique qu'à titre expérimental, le financement de parcours soumis à prescription médicale pour accompagner des **personnes avec une complication de diabète de type 2** sera autorisé. Ce parcours comprendra notamment un bilan d'activité physique, un bilan et des consultations de suivi nutritionnel et psychologique.

Agenda et Replay

Si vous n'avez pas pu y assister, voici une série de webinaires accessibles en replay :

Journée Médicosport-santé 2020, organisée le 5 novembre 2020 par le Comité national olympique et sportif français.

[Découvrir](#)

Rebondir après un confinement, organisé le 3 décembre 2020 par l'Onaps, le ministère chargé des Sports et son Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Etre

[Découvrir](#)

Crise sanitaire et sport : quel impact social, organisé le 4 décembre 2020 par Sport et Citoyenneté

[Découvrir](#)

Conférences régionales du sport, nouvelle gouvernance du sport dans les territoires, organisé le 8 décembre 2020 par l'Agence nationale du Sport

[Découvrir](#)

Le sport, facteur de remobilisation - L'exemple d'Emmaüs Solidarité, organisé le 15 décembre 2020 par Sport et Citoyenneté

[Découvrir](#)

Comment réussir la reprise des clubs sportifs fédérés après la crise ?, organisé le 16 décembre 2020 par le Comité national olympique et sportif français

[Découvrir](#)

Le mot de la présidente



Hommage à Corinne Praznoczy

L'Onaps est profondément attristé de la disparition de Corinne Praznoczy, décédée fin novembre dernier des suites d'une maladie de longue durée, et a une pensée toute particulière pour sa famille. Spécialiste dans les domaines de la santé publique, de la santé-environnement et du développement durable, Corinne a notamment travaillé au sein des observatoires régionaux de la santé et de leur fédération, avant de devenir directrice de l'Onaps à sa création. Tout au long de sa carrière, ses travaux ont porté plus particulièrement sur les approches intégrées en matière de santé, notamment sur les liens entre les modes de transports actifs et la santé. Corinne était une passionnée, qui mettait toute son énergie et sa force de travail dans un souci constant de faire avancer les connaissances et de les partager. Elle laisse derrière elle un vide immense.

Sans Corinne, l'Onaps serait resté une belle coquille vide, un verre à moitié rempli, une montagne incomplètement gravie... bref un projet qui n'aurait pu prendre un tel essor. L'équipe ne pourra la remercier qu'en poursuivant son travail.

Accueil d'une nouvelle directrice

L'Onaps a le plaisir d'accueillir à partir du 1er février 2021 Cécile Rivoiron en tant que nouvelle directrice. Cécile succèdera à Michèle Tardieu, qui a réalisé l'intérim de ce poste de juillet 2020 à février 2021, et à qui toute l'équipe souhaite une bonne (fausse) retraite active. Mille mercis à Michèle qui avec son dynamisme à toute épreuve, ses riches connaissances et son enthousiasme plus une bonne dose de diplomatie a reboosté toute l'équipe.



Bureaux de l'Onaps
Observatoire National de l'Activité
Physique et de la Sédentarité
Laboratoire de physiologie et de
biologie du sport
28 place Henri Dunant BP 38
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 une demande par email.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par

 **sendinblue**

© 2020 Onaps