

## ÉDITORIAL

**Andrea Ramirez Varela (GoPA! Coordinator)<sup>1,2</sup>, Michael Pratt<sup>2</sup> (GoPA! Chair), Pedro C. Hallal<sup>1</sup> (GoPA! co-Chair).**

### GLOBAL OBSERVATORY FOR PHYSICAL ACTIVITY – GOPA!

1 Programme d'études supérieures en épidémiologie, Université fédérale de Pelotas.

2 Université de Californie, École de médecine de San Diego



Crédit photos : GoPA!

### Création du premier système mondial de surveillance de l'activité physique : l'Observatoire mondial de l'activité physique, GoPA!

En 2012, en réponse à la pandémie mondiale d'inactivité physique, l'Observatoire mondial de l'activité physique, [GoPA!](http://www.onaps.fr), a été créé pour surveiller l'activité physique dans le monde entier. Les objectifs de GoPA! sont :

- de mesurer les progrès mondiaux en matière de surveillance de l'activité physique, de politiques publiques et de recherches ;
- de promouvoir la prise de décisions fondées sur des données probantes ;
- et de réaliser au niveau mondial des actions et des politiques en santé publique significatives pour endiguer la pandémie d'inactivité physique.

La première étape pour atteindre ces objectifs a été de développer des profils d'activité physique spécifiques à chaque pays, dans un format standardisé, les «country cards», pour résumer les données recueillies jusqu'en 2013.

Entre 2014 et 2015, GoPA! a ainsi collecté des informations sur 217 pays. Parmi ceux-ci, 144 pays (soit 66%) avaient des données complètes, valides et approuvées (par un contact référent dans le pays) pour tous les indicateurs, couvrant 85% de la population mondiale de 2013.

La méthodologie de la création de cette première série standardisée de « Country Cards » et les résultats des indicateurs de surveillance, de recherche et de politique par pays ont été publiés précédemment. Ces données sont résumées dans le «[1<sup>er</sup> Almanach d'activité physique](#)».

La première série de « Country Cards » a révélé des résultats intéressants tels que :

- 83% des pays ont des estimations nationales sur l'activité physique ;
- 23% des pays réalisent au moins 3 enquêtes nationales incluant des questions sur l'activité physique ;
- 28% des pays mettent en place un plan sur l'activité physique ;
- plus de 76% des recherches proviennent des États-Unis et de certains pays européens, tels que les Pays-Bas, l'Espagne, l'Allemagne, l'Italie ou la Suède ;
- un écart considérable (plus de 50 fois) existe en ce qui concerne les publications de recherches<sup>1</sup> entre les pays à revenu élevé et les pays à faible revenu.

<sup>1</sup> pour 100 millions d'habitants

### À vos agendas !

- [AgeingFit](#),  
6 -7 février 2018, Nice
- [Salon des sports de nature](#),  
09-11 février, Montpellier
- [XIXe édition des journées scientifiques de l'Association Francophone en Activités Physiques Adaptées \(AFAPA\)](#),  
23-25 mai 2018, Toulon
- [Rencontres territoriales de la santé sur le thème « Environnements et santé, quelles stratégies territoriales ? »](#),  
18-19 septembre 2018, Nancy

Avec le concours de la DRDJSCS Auvergne Rhône-Alpes

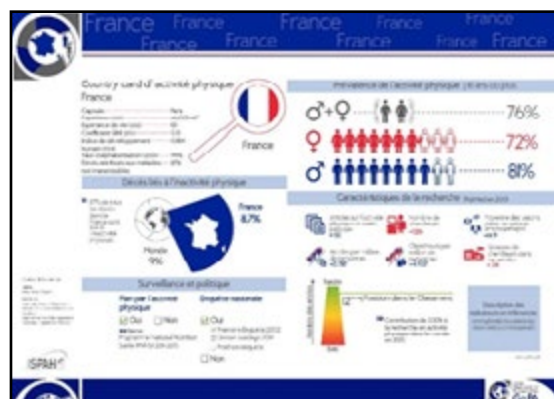
Les pays à faible revenu ont le plus d'indicateurs non renseignés en raison de difficultés à trouver des référents dans les pays. En termes de distinction régionale, l'Afrique subsaharienne est la région ayant le plus de données manquantes en matière de surveillance, de politiques et de recherches, suivie par l'Amérique latine, les Caraïbes, le Moyen-Orient et l'Afrique du Nord. Par conséquent, il existe une répartition inégale des indicateurs dans le monde, les pays africains et les pays à faible revenu étant ceux qui produisent le moins de données.

Ces résultats sont utiles pour encourager les pays à prendre des mesures et à redoubler d'efforts pour élaborer et mettre en œuvre des politiques nationales, des systèmes de surveillance, des recherches et des stratégies visant à promouvoir l'activité physique. En outre, cette information a été obtenue à un moment opportun pour les actions mondiales de promotion de l'activité physique. GoPA!, en tant que Conseil de Surveillance de la Société internationale d'activité physique et de santé (ISPAH), est conforme au Plan d'Action Mondial pour l'Activité Physique, ce qui conduit à des efforts communs afin d'encourager les pays et les organismes internationaux à agir pour augmenter le niveau d'activité physique des populations.

Le rôle de l'Onaps est fondamental pour aider la France à mettre en œuvre des politiques de promotion de l'activité physique et de réduction de la sédentarité de la population.

Grâce à son envergure nationale, l'Onaps peut :

1. Indiquer l'ampleur de l'inactivité physique dans le pays et identifier les populations et les régions les plus à risque.
2. Utiliser les données de surveillance, de politique et de recherches pour plaider en faveur de la promotion de l'activité physique en France.
3. Mettre l'accent sur une collaboration intégrée et multidisciplinaire, pour combler les lacunes en termes de diffusion, traduire la recherche en politiques et intensifier les interventions pouvant mener à l'équité, à la justice sociale et à un accès sans restriction à l'activité physique.
4. Identifier et soutenir les groupes de recherches pour développer la capacité d'activité physique et soutenir la formation continue en recherche, pratique, politique, évaluation et surveillance.
5. Utiliser les ressources supplémentaires pour mettre l'accent sur les bienfaits de l'activité physique pour la santé (cf. série du Lancet sur l'activité physique, Déclaration de Bangkok, Plan d'action mondiale pour l'activité physique) et pour orienter les nouvelles recherches.
6. Utiliser les travaux du GoPA! et les « Country Card » pour positionner la France au niveau international.



Country card pour la France, GoPA !

**L'Onaps et le GoPA! sont engagés dans la promotion de l'activité physique nationale, régionale et mondiale !**

#### Bibliographie

1. Hallal PC, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W, Ekelund U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet* 2012; 380(9838): 247-57.
2. Kohl HW, 3rd, Craig CL, Lambert EV, et al. The pandemic of physical inactivity: global action for public health. *Lancet* 2012; 380(9838): 294-305.
3. GoPA! Global Observatory for Physical Activity 2016. <http://www.globalphysicalactivityobservatory.com/goals/> (consulté en mars 2016).
4. WHO. World Health Organization Global Action Plan to Promote Physical Activity. 2017. [http://www.who.int/ncds/governance/physical\\_activity\\_plan/en/](http://www.who.int/ncds/governance/physical_activity_plan/en/) (accessed September 2017).
5. Pratt M, Ramirez A, Martins R, et al. 127 Steps Toward a More Active World. *Journal of physical activity & health* 2015; 12(9): 1193-4.
6. Ramirez Varela A, Pratt M, Powell K, et al. Worldwide Surveillance, Policy and Research on Physical Activity and Health: The Global Observatory for Physical Activity - GoPA! *Journal of physical activity & health* 2017: 1-28.
7. ISPAH. International Society for Physical Activity and Health 2017. <http://www.ispah.org/vision-mission/>. (consulté en septembre 2017).
8. *The Lancet*, <http://www.thelancet.com/series/physical-activity-2016> . (consulté en septembre 2017)
9. The Bangkok Declaration on Physical Activity for Health and Sustainable Development critically links the aspirations in the above documents to eight of the Sustainable Development Goals [https://static1.squarespace.com/static/559a3ff1e4b0b0193b9d9862/t/5843cdfbe3df28eae5f43c10/1480838663699/BKK\\_Declaration+FINAL+Dec2.pdf](https://static1.squarespace.com/static/559a3ff1e4b0b0193b9d9862/t/5843cdfbe3df28eae5f43c10/1480838663699/BKK_Declaration+FINAL+Dec2.pdf)
10. Global Action Plan for Physical activity, [http://www.who.int/ncds/governance/gappa\\_version\\_4August2017.pdf](http://www.who.int/ncds/governance/gappa_version_4August2017.pdf)



Marcos Weil  
Crédit photo : MW

## LA PAROLE EST DONNÉE À ...

Ce mois-ci, rencontre avec Marcos Weil, paysagiste – urbaniste, directeur associé de la société Urbaplan et responsable Ressources Humaines et marché genevois.

### De quelle manière l'urbanisme d'une ville joue un rôle sur le niveau d'activité physique et de sédentarité des habitants ?

Il faut aborder la question à différentes échelles.

Si l'on regarde à l'**échelle de la planification territoriale**, on constate que la planification de ces 50 dernières années a majoritairement éloigné les logements des équipements, commerces, secteurs d'emplois... et que cela oblige les gens à prendre un transport motorisé, individuel ou public, pour se déplacer, aller aux courses, à l'école, au travail, faire du sport...

L'organisation des fonctionnalités sur le territoire, leur éloignement ou proximité peut ainsi favoriser l'usage de la voiture ou au contraire encourager l'usage de modes actifs, comme la marche ou le vélo.

À l'**échelle de la ville**, différents facteurs rentrent en ligne de compte. Toute la politique liée à la mobilité incluant les questions de : « Comment organiser les réseaux de déplacement ? », « Comment partager la rue entre les bus, les voitures, les vélos, les piétons, les arbres, les chiens... ? » c'est une question de priorité. À qui donne-t-on la priorité ? À qui donne-t-on de l'espace pour qu'il y ait plus de liberté de mouvements, de déplacements ?

La politique de l'espace public est cruciale : comment les villes aménagent-elles les parcs, les places, les squares, les aires de jeux et de délasserment, les espaces de proximité qui permettent et favorisent des activités physiques comme jouer au ballon, se promener, promener son chien, faire du vélo, de la trottinette ?

À l'**échelle du quartier**, on retrouve le critère de proximité des commerces, de services et d'équipements, c'est-à-dire que nous parlons de densité de destinations. Combien de ces commerces, services et équipements sont facilement accessibles à « portée de pieds » ou à vélo ?

Enfin il faut aborder la question à l'**échelle du pied de l'immeuble**. C'est un espace qui m'intéresse particulièrement car il s'agit de l'espace ordinaire des enfants et adolescents qui jouent dans cet espace-là. L'aménagement de l'immeuble permet ou non aux enfants et adolescents d'avoir des activités physiques et sportives ludiques car ils sont captifs de leur quartier : ils n'ont pas les moyens de s'en éloigner.

Ainsi le niveau d'activité physique dépend de multiples facteurs qui se jouent à différentes échelles. Il faut réfléchir de manière transversale à travers les différentes échelles et agir sur toutes pour favoriser l'activité physique au quotidien, pour qu'elle soit naturelle, spontanée, qu'elle soit faite sans que l'on s'en rende compte. Enfin, il faut que cette activité physique soit faite par choix et non par obligation ou par effet de mode.

#### Le saviez vous ?

Le prochain colloque de l'Onaps en partenariat avec le PRN Sport Santé Bien-Être *Vieillir en santé - Activité physique et sédentarité*, aura lieu le **16 janvier 2018** à Dijon.

Laura Flessel, **Ministre des Sports** fera l'ouverture de cette journée. À noter également, la participation du **Professeur Daniel Rivière**, expert de la thématique.

Inscriptions [ici](#) !

### Comment encourager l'activité physique des enfants et des personnes âgées ?

Plusieurs études démontrent que si les enfants ont la possibilité de sortir librement et facilement de chez eux et être dans un environnement sécurisé ; c'est-à-dire non envahi par les voitures et où ils peuvent avoir des activités sociales, sportives, ludiques, ils le font vraiment plus volontiers que de regarder la télévision.

L'espace de pied d'immeuble doit ainsi voir un caractère domestique, qu'il soit un prolongement du logement, qu'il permette aux enfants de s'approprier et de découvrir leur environnement au fur et à mesure qu'ils grandissent, de manière à ce qu'ils puissent développer leur autonomie et des activités physiques et sociales.

Pour les personnes âgées, il y a notamment un critère déterminant auquel on ne pense peut être pas suffisamment, c'est la présence de bancs publics. S'ils n'ont pas la possibilité de se reposer, ils ne peuvent pas faire des boucles de promenade. Les études montrent qu'au bout de 50 à 100 mètres, 200 mètres maximum, ils ont de lieux où ils peuvent ponctuellement et régulièrement se reposer. C'est vraiment un facteur favorisant la marche à pied des personnes âgées.

D'autres points peuvent également constituer un obstacle pour des personnes dont la mobilité est réduite : un revêtement irrégulier, l'absence de main courante lorsqu'il y a un escalier ou une pente un peu raide, l'abaissement de trottoirs... Très rapidement, les gens se sentent peu sécurisés pour faire leur parcours. Un autre élément important est la présence de toilettes publiques dont la fréquence d'utilisation peut être plus élevée chez les personnes âgées.

Ces facteurs jouent sur leur possibilité de sortir dans leur quartier et d'être autonomes. La question de mixité d'affectation est toujours présente, c'est-à-dire le nombre de destinations, de commerces de proximité, etc. auxquels les personnes âgées peuvent se rendre facilement sans être dépendantes d'un mode de déplacement motorisé.

## Concernant les plus jeunes enfants, ne sommes-nous pas confrontés à une autre difficulté : des parents un peu trop protecteurs envers leurs enfants ?

Pour moi, la présence des enfants dans les rues est un indicateur de qualité de la ville, car cela suggère une ville apaisée au point de vue de la circulation, où les enfants peuvent jouer à l'extérieur. Même si beaucoup de parents ne laissent de toutes façons pas leurs enfants jouer à l'extérieur car ils ont d'autres craintes ou représentations sur la sécurité ou l'insécurité.

J'ai l'humilité de dire, « voilà ce que je peux faire en étant urbaniste » : mettre à disposition les conditions d'aménagement qui favorisent, encouragent, facilitent l'accès des enfants aux aires de jeux, aux espaces extérieurs, à pouvoir se rencontrer, jouer, faire du sport...

Il est difficile de changer la représentation que se font les gens des dangers de la ville. C'est un travail de très longue haleine, qu'il faut toujours recommencer parce que les populations bougent, parce que la ville est un espace totalement dynamique: tous les 10 ans, la population d'un quartier peut avoir changée d'un tiers ou de moitié.

## Quels sont les besoins des cyclistes ? Des piétons ? Des automobilistes ?

Retrouvez la réponse à la question ainsi que l'interview dans son intégralité : [www.onaps.fr/publications/la-parole-est-donnee/](http://www.onaps.fr/publications/la-parole-est-donnee/)

Bibliographie express pour aller plus loin

- [Urbanisme, santé et Politiques publiques, Marcos Weil, 2016](#)
- [La santé en action, Dossier « Urbanisme et aménagements favorables à la santé », décembre 2015, numéro 434](#)
- [Villes : intégrer la santé dans l'urbanisme, avec la participation des habitants, La santé de l'Homme - N° 409 - septembre-octobre 2010](#)

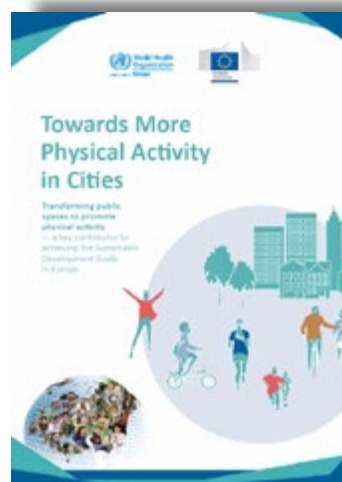
### ON RESTE À LA PAGE ...

Retrouvez ici une liste non exhaustive de publications récentes qui nous semblent pertinentes et informatives en rapport avec le domaine de compétences de la personnalité interviewée dans « **La parole est donnée à** ». Bonne lecture !

#### **Towards more physical activity: Transforming public spaces to promote physical activity — a key contributor to achieving the Sustainable Development Goals in Europe (2017); OMS.**

Le rapport présente une analyse des mesures prises pour stimuler l'activité physique en milieu urbain dans le but de les promouvoir. Il met également en évidence plusieurs études de cas récentes sur l'urbanisme promoteur de l'activité physique.

Grâce à ces études de cas, le rapport vise à constituer une source d'inspiration et de recommandations quant à la manière dont différentes villes, dans des contextes et à des stades de développement différents, peuvent recourir à l'urbanisme pour exhorter les résidents à adopter un mode de vie plus actif physiquement.



<http://www.euro.who.int/>

#### **Assises nationales de la mobilité, Ministère de la transition écologique et solidaire, Ministère des transports**

Les Assises nationales de la mobilité se sont tenues de septembre à décembre 2017 et visaient à identifier les besoins et les attentes de tous les citoyens en accordant une attention particulière aux transports de la vie quotidienne, aux zones rurales et périurbaines. Pour cela, usagers, collectivités, opérateurs, acteurs économiques et ONG de l'ensemble du territoire ont été conviés à participer et à faire émerger de nouvelles solutions.

Retrouvez deux rapports établis suite aux Assises sur les thématiques *Mobilités actives* et *Mobilités plus propres*.

[Mobilités actives](#)

[Mobilités plus propres](#)

ASSISES NATIONALES DE  
**LA MOBILITÉ**  
**BOUGEONS LES LIGNES !**



**Built environmental correlates of older adults' total physical activity and walking: a systematic review and meta-analysis; David W. Barnett, Anthony Barnett, Andrea Nathan, Jelle Van Cauwenberg, Ester Cerin et and the Council on Environment and Physical Activity (CEPA).**

L'identification des caractéristiques de l'environnement bâti associé à des niveaux d'activité physique (AP) favorables à la santé chez les personnes âgées pourrait éclairer les interventions qui favorisent un vieillissement sain et actif. Le but de cette étude était d'abord d'examiner et de quantifier les résultats sur les liens entre l'environnement bâti et l'AP des personnes âgées et deuxièmement d'étudier les différences selon le type d'AP et les caractéristiques environnementales.

<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-017-0558-z?sap-outbound-id=61792711A9CC78C6DAF2B4A93D8AE75A62601995>

**Urbanisme, santé et Politiques publiques, Marcos Weil, 2016**

L'auteur s'attache dans un premier temps à déterminer les liens entre santé, urbanisme et politiques publiques via différentes échelles de planification. Dans un second temps, il propose des pistes de réflexion pour pouvoir intégrer la santé dans les quelques pistes pour avoir un environnement bâti favorable à la santé.

<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0398762016001486>

**Besoin d'une séance de rattrapage ?**

L'interview du **Professeur Daniel Rivière**, service d'exploration de la fonction respiratoire et de médecine du sport, clinique des voies respiratoires au CHU de Toulouse est à retrouver sur : [www.onaps.fr/publications/la-parole-est-donnee/](http://www.onaps.fr/publications/la-parole-est-donnee/)

**Les actualités publiées sur le site de l'Onaps qu'il ne fallait pas rater :**

- [Ils seront présents au colloque Onaps- PRN Sport Santé Bien-Etre](#)
- [Nouvelle note sur l'indemnité kilométrique vélo remise à la Ministre des Sports](#)
- [Sport et cancer : création d'un programme pour les enfants malades](#)

**ACTUALITÉS DE L'ONAPS**

**Au cœur de l'actualité : la vie de l'Onaps**

• **Rencontre avec la Ministre des Sports**

Profitant de sa venue, le 23 novembre dernier, au congrès organisé par la Fédération des établissements hospitaliers et d'aide à la personne privés non lucratifs (FEHAP) à Clermont-Ferrand, l'Onaps a rencontré la Ministre des Sports, **Laura Flessel**. Au cours d'une réunion de travail, l'Onaps a pu présenter ses travaux et échanger avec la Ministre.



*Crédit photo : UCA*

• **Réunion du Conseil d'orientation et du Comité scientifique**

Le Conseil d'orientation de l'Onaps se réunira le 18 janvier 2018 au ministère des Sports. Les membres du Conseil se chargeront de fixer les axes ou thématiques de travail qu'ils souhaitent voir engagés par l'Onaps. Un bilan des travaux et études réalisés en 2017 leur sera présenté au préalable.

Le Comité scientifique se réunira en février pour fixer en application des décisions prises par le Conseil d'orientation, les travaux à engager.

**Au cœur de l'actualité : les travaux de l'Onaps**

• **Colloque Vieillir en santé**

La deuxième édition du colloque annuel de l'Onaps se tiendra le **16 janvier 2018** à **Dijon** et est organisée conjointement avec le PRN Sport Santé Bien-Etre sur le thème de l'activité physique et la sédentarité des personnes âgées.

**Laura Flessel**, Ministre des Sports, introduira cette journée, qui réunira experts scientifiques, élus et acteurs de terrain autour du **Professeur Daniel Rivière**, auteur du rapport « Dispositif d'activités physiques et sportives en direction des âgés » de 2013.

Dijon métropole, le Creps Vichy Auvergne et les DRDJSCS de Bourgogne Franche-Comté et Auvergne Rhône-Alpes sont partenaires de l'événement.

Vous pouvez vous inscrire sur le site [www.onaps.fr](http://www.onaps.fr).

Vous trouverez également sur le site internet le programme de la journée, la biographie des intervenants, à diffuser sans modération !

• **La Guadeloupe en connaît un rayon sur l'art d'enseigner**

Le nouvel article de l'Onaps pour [Pratiques en santé](#), met en valeur la recherche et le travail de deux hommes pour innover en matière de réduction de la sédentarité, et spécifiquement en milieu scolaire dans les Dom-Tom. Découvrez l'article [ici](#).

## Partenaires

- GoPA!
- Urbaplan
- Réseau sport santé Bien-Être Champagne Ardennes



urbaplan



## Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité

Université de médecine et des Professions paramédicales  
Laboratoire de physiologie et de biologie du sport  
28 place Henri Dunant BP38  
63 001 Clermont-Ferrand  
Cedex 1  
Tél : 04 73 17 82 19

Directrice de la publication :  
Corinne Praznoczy  
Rédactrice : Charlotte Pascal  
ISSN : 2494-565X

## Abonnement / Désabonnement

L'adresse de courriel que vous nous avez communiquée reste strictement confidentielle.

La loi n°78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, garantit aux abonnés à la lettre d'information électronique un droit d'accès et de rectification pour les informations les concernant.

Ce droit s'exerce auprès de l'Onaps : [contact@onaps.fr](mailto:contact@onaps.fr)

• **Debout l'info ! n°5**

Le cinquième numéro de notre bulletin, *Debout l'info !*, est paru au mois de novembre et est consacré aux liens entre l'activité physique, la sédentarité et le sommeil. Pour être incollable sur le sujet, suivez le [lien](#).

• **Site [www.onaps.fr](http://www.onaps.fr)**

Le site internet de l'Onaps s'est enrichi d'une rubrique supplémentaire. Vous pouvez désormais consulter les présentations et interventions de l'Onaps en ligne. Cliquez pour [suivre le lien](#).

**Au cœur de l'actualité : les interventions de l'Onaps**• **Ouverture de la cérémonie de remise des Labels sport santé**

Le 30 novembre, le Réseau Sport Santé Bien-Être de Champagne-Ardenne a organisé une cérémonie de remise des labels «sport santé» aux associations de la région. Près de 45 associations sportives ont été récompensées ouvrant ainsi 111 créneaux dans 17 disciplines sportives différentes. Une présentation de l'Onaps et de son rôle fut effectué lors de la cérémonie.



Crédit Photo: Réseau Sport Santé Bien-Être Champagne-Ardenne

• **8<sup>èmes</sup> rencontres de Biarritz**

Les 8<sup>èmes</sup> Rencontres de Biarritz, organisées par Côte Basque Sport Santé, se sont tenues le 1<sup>er</sup> décembre à Biarritz sur le thème « Faire bouger les Français : un enjeu de société ? ».

Michel Cymes a animé cette journée, en revenant tout d'abord sur la notion de sédentarité avec une intervention de l'Onaps et de plusieurs membres de son comité scientifique : **David Thivel** correspondant du Sedentary Behaviour Research Network et maître de conférences à l'Université

Clermont Auvergne, le Professeur **François Carré** du CHU de Rennes, le Professeur **Martine Duclos**, CHU de Clermont-Ferrand et le Professeur **Jean-François Toussaint**, Université Paris Descartes, CIMES Hôtel-Dieu et directeur de l'Irmes.

Retrouvez les présentations et communications de l'Onaps dans la nouvelle rubrique du site [ici](#).

• **Réseau Transport d'Electricité**

Suite à une demande de l'entreprise Réseau Transport d'Électricité (RTE), qui organisait une journée « Prévention des risques en milieu professionnel », l'Onaps a présenté aux salariés, cadres et membres de la direction, les dangers de la sédentarité et de l'inactivité physique en milieu professionnel le 4 décembre dernier.

Pour toute demande ou renseignement concernant une intervention de l'Onaps, merci de nous écrire à [contact@onaps.fr](mailto:contact@onaps.fr)

**Au cœur de l'actualité : groupe de travail**

L'Onaps a participé à la première réunion du groupe de travail de l'école des hautes études en santé publique (EHESP) à Paris en novembre. La question d'un urbanisme favorable à la santé et d'une meilleure coopération entre tous les acteurs prend une place grandissante dans les débats.

Les membres du groupe de travail doivent établir un guide permettant de renseigner et orienter tous les acteurs concernés par la mise en place de projets d'aménagements pour que ceux-ci soient favorables à la santé.

**Au cœur de l'actualité : veille intellectuelle**• **Vlad Super Dad, Fais Bouger Ta Famille ! la série qui fait bouger toute la famille**

Cette nouvelle websérie est soutenue par la MGEN et distribuée par mmieux.fr. Le super-héros, Vlad Super Dad, peut se transformer soudainement en différents animaux pour faire bouger toute la famille. À partir d'exercices faciles et ludiques, le programme permet de se maintenir en forme en s'inspirant des mouvements des animaux.

Découvrez les premiers épisodes de la série [ici](#).



Prochaine parution de la newsletter en **février 2018**, avec l'interview d' **Isabelle Spitzbarth**, Directrice générale de la Mutuelle des sportifs