



LIVRET DES FICHES ACTION

BOUGER +

À DESTINATION
DES COLLECTIVITÉS
ET DES ACTEURS
DE TERRAIN

20
IMPACT
24

SOMMAIRE

O1 — FICHES ACTION LE MAIRE, LES OUTILS À SA DISPOSITION POUR LANCER UNE DÉMARCHE SPORT SANTÉ

Mode d'emploi pratique des fiches : comment aider les maires à engager ou amplifier une démarche « Bouger plus » dans les territoires	10
Approche globale d'une politique territoriale sport santé	14
Un diagnostic territorial grâce à une étude qualitative : PARCOURA	20
Identification des bonnes pratiques innovantes en faveur des jeunes : démarche ICAPS	26

O2 — FICHES ACTION LE MAIRE ET LES MOBILITÉS ACTIVES

Favoriser les usages partagés de la voie publique	34
Aménagement urbain : promouvoir la pratique du vélo	40
Cartographie de durée de parcours pédestres et cyclables	46
Développement des pedibus et vélobus pour les déplacements domicile-établissements scolaires	52
Les parcours de santé	58

O3 — FICHES ACTION LE MAIRE, INCITATEUR ET FACILITATEUR

Assurer l'encadrement des séances d'APS et d'APA	64
Inciter les clubs à accueillir de nouveaux publics autour du sport santé	70
Promouvoir l'activité physique et lutter contre la sédentarité des agents territoriaux	76
L'Activité Physique et Sportive, levier d'insertion sociale	82
Sport et emploi : le recours au job dating	86

O4 — FICHES ACTION LE MAIRE ET L'ACTION EN FAVEUR DES PUBLICS SPÉCIFIQUES

Les dispositifs sport santé à destination de publics spécifiques	92
Initiation ou remise à l'activité physique chez les seniors isolés	98
Accessibilité de la pratique pour le grand public	104
Prescription d'APA par le médecin et structuration d'un dispositif territorial sport-santé	110
Développement d'une offre de pratiques partagées pour les familles	114

O5 — FICHES ACTION LE MAIRE ET LA PROMOTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE AUPRÈS DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Promotion et développement de l'Activité Physique et Sportive des personnes en situation de handicap	120
---	-----

LE MOT DE TONY ESTANQUET, PRÉSIDENT DE PARIS 2024



En collaborant, le Collectif Pour une France en forme et Paris 2024 concrétisent leur volonté de saisir l'opportunité unique des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 pour renforcer la place du sport et de l'activité physique dans toute la France.

Renforcer la place du sport nécessite d'abord une prise de conscience sur les bienfaits de l'activité physique et sportive et les risques de la sédentarité. Aujourd'hui, alors que les bienfaits d'une pratique régulière ne font plus débats, le constat du manque d'activité physique est frappant. Seulement 13% des jeunes Français de 11 à 17 ans parviennent à respecter les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé de pratiquer 60 minutes d'activité physique quotidienne.

Renforcer la place du sport et de l'activité physique passe également par des actions concrètes pour donner à toutes et tous, dans tous les territoires, des occasions de bouger plus au quotidien : à l'école, en entreprise et en ville, avec une attention particulière pour les publics qui sont les plus éloignés de la pratique. C'est le sens de la stratégie Bouger Plus et c'est l'ambition qui anime les fiches actions réunies dans ce livret.

Conçu pour Paris 2024 par le Collectif pour une France en Forme, l'ONAPS et le ministère des Sports, ce livret comporte 20 fiches actions Bouger Plus classées selon 5 thématiques : lancer une démarche sport-santé ; favoriser les mobilités actives ; inciter et fédérer clubs et acteurs locaux ; favoriser la pratique de publics spécifiques, notamment de personnes en situation de handicap. Ces fiches visent notamment à fournir aux villes participant au programme Terre de Jeux 2024 un outil clé en main pour donner à tous leurs habitants des occasions de bouger davantage.

Merci à l'ensemble des experts mobilisés et merci à tous les acteurs de terrain qui vont s'emparer des solutions proposées pour mettre plus de sport dans la vie des Français !

TONY ESTANQUET

Président de Paris 2024

LE MOT DE GÉRARD SAILLANT, PRÉSIDENT DU COLLECTIF POUR UNE FRANCE EN FORME



Ces fiches actions ont été conçues pour les communes : elles ont vocation à être mises en œuvre à leur initiative. Chacune des 20 fiches action concerne **un aspect de la démarche sport santé** qui peut être initiée sur leur territoire. Les solutions proposées sont simples, efficaces, ont été testées et peuvent être adaptées à leurs besoins.

Des équipes d'experts ont travaillé à leur écriture et à l'identification des bonnes pratiques et des référents. Le collectif Pour une France en Forme, le ministère des Sports et l'ONAPS ont apporté toute leur capacité d'expertise pour rédiger ces aides à la décision et à l'action. Paris 2024 a voulu que ces fiches soient placées sous son égide et qu'elles prennent leur place dans son programme Héritage Bouger plus.

De nombreux acteurs locaux se sont déjà lancés dans le sport santé ; un nombre encore plus important envisage de prendre des initiatives dans ce domaine. Tous, à un moment ou à un autre, sont confrontés à la même difficulté : par quoi commencer, et, pour ceux qui ont déjà engagé la démarche, comment poursuivre ?

Ces fiches fournissent les clés pratiques pour engager des actions concrètes et mobiliser les acteurs dans une démarche globale de promotion de l'activité physique et sportive au bénéfice du territoire.

La variété des situations existantes sur le terrain est réelle, au niveau d'un territoire : absence d'initiatives sport santé, désert de santé ou présence d'acteurs de santé en nombre suffisant, forte ou faible maillage de clubs sportifs, initiatives isolées venant d'associations, de coaches, de médecins, etc.

Quelles que soient les situations, la possibilité d'agir existe. Elle requiert de faire un inventaire de l'existant sur le territoire, de s'engager dans une démarche qui est de prévention, de choisir la ou les actions les plus appropriées avec les personnes ou ressources locales mobilisables, de désigner un pilote chargé de la conception et du suivi du projet et commencer par un lancement expérimental.

Passons du souhait à la volonté et de la volonté à l'action. C'est une nécessité.

Pour une France en Forme



PROFESSEUR GÉRARD SAILLANT

Président du Collectif Pour une France en Forme



INTRODUCTION

UNE OPPORTUNITÉ DE FÉDÉRER DES ACTEURS



Pour nos écoles, pour nos clubs, pour nos entreprises et tous nos territoires, les Jeux suscitent de nombreux espoirs. Les Jeux suscitent aussi un élan pour tout un pays qui fédère et qui rassemble toutes les énergies. A Paris 2024, nous voulons mettre ces énergies au service de tous ces espoirs. C'est le sens de la stratégie Impact & Héritage.

Cette stratégie poursuit trois objectifs : d'abord optimiser les retombées pour les entreprises, pour l'emploi et pour les territoires. Ensuite, apporter des solutions pour promouvoir l'activité physique et sportive pour tous et à tous les moments de la vie : à l'école, en ville et au travail. Enfin, démontrer par la preuve que le sport change des vies et soutenir les acteurs de terrain qui y contribuent.

Valoriser des acteurs locaux, partager des outils qui ont fait leur preuve et donner envie de bouger plus, c'est le sens de ce livret. Bonne lecture.

Ça va bouger !

MARIE BARSACQ

Directrice exécutive
Impact & Héritage

LES AUTEURS ET CONTRIBUTEURS

Les fiches action présentées dans ce livret ont été co-produites par le Collectif Pour une France en Forme, par le Ministère des Sports et par l'ONAPS, avec les contributions de l'IRMES (Institut de Recherche Biomédicale et d'Epidémiologie du Sport) et du Collectif France Sport Santé (réseaux d'acteurs territoriaux du Sport-Santé).

LE MOT DU MINISTÈRE CHARGÉ DES SPORTS ET DE L'ONAPS

LE MINISTÈRE DES SPORTS

Très fortement engagé depuis 2019 dans le déploiement de la Stratégie Nationale Sport-Santé, le ministère chargé des Sports porte l'ambition de démocratiser l'accès au sport pour toutes et tous. (re)mettre les Français en mouvement sur tous les territoires, déployer des pratiques adaptées, accessibles et sécurisées et faire reconnaître pleinement le rôle majeur de l'activité physique et sportive pour la santé physique et mentale de chacun. Ces engagements s'inscrivent pleinement dans le plan Héritage de l'Etat en vue de Paris 2024.

L'activité physique et sportive contribue à vivre en bonne santé, à favoriser les mobilités douces, à prévenir les maladies et la perte d'autonomie. La pratique d'une activité physique et sportive est un enjeu de santé publique qui relève de l'intérêt général et dont la responsabilité doit être partagée.

Le ministère chargé des Sports agit pour que cette ambition nationale soit mise en œuvre au niveau local. C'est l'un des objectifs des Maisons Sport-Santé, aujourd'hui déployées sur l'ensemble du territoire national. Ce réseau constitue un sas efficace de reprise de l'activité physique et sportive

pour les publics qui en sont les plus éloignés. En parallèle, le ministère se mobilise pour le développement de l'activité physique adaptée (évolutions LOI).

L'enjeu est ainsi d'accompagner les collectivités locales pour qu'elles intègrent ce sujet de manière transversale dans leurs différentes politiques publiques, au bénéfice de leurs administrés et de l'attractivité de leurs territoires.

L'ONAPS, POUR LA SANTE DE TOUS, À TOUT AGE, SUR TOUS LES TERRITOIRES

L'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité s'engage pour rassembler et améliorer les connaissances sur les niveaux d'activité physique et de sédentarité de la population française, les différents facteurs qui les déterminent, et les actions mises en œuvre pour promouvoir un mode de vie actif favorable à la santé.

Sur une base scientifique documentée, sa finalité est de promouvoir l'activité physique et lutter contre les comportements sédentaires de toutes les populations. Les principes d'intervention déployées sont : **observer** pour inciter à agir et à réduire les inégalités sociales et territoriales ; **évaluer** pour répondre aux besoins ; **produire** de l'information à partir d'enquêtes et d'études en mobilisant des partenaires, **diagnostiquer** pour offrir aux territoires des outils d'aide à la décision ; et **communiquer** pour sensibiliser et partager enjeux et solutions, et les rendre accessibles. C'est donc tout naturellement que l'Onaps s'est investi dans la création collective de ces fiches actions. Pour un déploiement sur les territoires !

1

**LE MAIRE,
LES OUTILS
À SA DISPOSITION
POUR LANCER
UNE DÉMARCHE
SPORT SANTÉ**

**FICHES ACTION
TERRE DE JEUX 2024**

COMMENT AIDER LES MAIRES À ENGAGER OU AMPLIFIER UNE DÉMARCHE BOUGER PLUS DANS LES TERRITOIRES ?

Se lancer dans une démarche sport-santé



©Luis Alvarez/Getty Images

De nombreux acteurs locaux se sont déjà lancés dans une démarche de sport santé. Un nombre encore plus important envisage de prendre des initiatives dans ce domaine. Tous, à un moment ou à un autre, sont confrontés aux mêmes questions :

Comment commencer ? Et, pour ceux qui ont déjà engagé la démarche, comment poursuivre ?

De ce point de vue, fournir des fiches-action élaborées par le Comité d'Organisation des Jeux Olympiques et Paralympiques Paris 2024 est nécessaire, mais pas suffisant. Proposant un large éventail d'actions, ces fiches peuvent même compliquer les choix et rendre moins lisibles les étapes à suivre.

Il est donc nécessaire d'accompagner ces ressources avec un mode d'emploi simple, et un inventaire aussi complet que possible des aides disponibles pour les acteurs de terrain.

Comment Paris 2024 peut aider les collectivités Terre de Jeux à se lancer dans une démarche sport santé et identifier les aides financières existantes qui peuvent être mobilisées au profit des actions Terres de Jeux ?

LA MISE EN ŒUVRE D'UNE DÉMARCHE « BOUGER PLUS » DANS LES TERRITOIRES

D'une commune à l'autre, les situations peuvent être très différentes : absence totale d'initiatives sport-santé, désert de santé ou présence d'acteurs de santé en nombre insuffisant, faible maillage de clubs sportifs ou concurrence active entre clubs, initiatives isolées venant d'associations, de coaches, de médecins.

Quelles que soient les situations, les mêmes questions se posent et les mêmes étapes doivent être identifiées.

ÉTAPE 1 : ETABLIR UN PREMIER INVENTAIRE DE L'EXISTANT SUR LE TERRITOIRE CONCERNÉ

- Actions déjà menées.
- Acteurs de santé impliqués, notamment les médecins.
- Clubs déjà engagés.
- Educateurs sportifs formés.
- Enseignants APA disponibles.
- Equipements accessibles.

NB : Cet inventaire peut prendre une forme plus élaborée, sous forme de véritable étude diagnostic du territoire concerné, pour laquelle des soutiens financiers existent (voir fiche « Diagnostic »).

ÉTAPE 2 : ACTER L'ENGAGEMENT POLITIQUE DE LA COLLECTIVITÉ PAR UN ACTE OFFICIEL (DÉLIBÉRATION, ANNONCE)

Créer une commission intersectorielle « sport-santé ». Désigner un responsable de la démarche, convaincu de son bien-fondé, qui sera chargé de traduire cette volonté politique et de mener le projet. Exemple : adjoint, membre du conseil municipal, responsable administratif, à recruter parmi les acteurs de santé et du sport de l'environnement local.

ÉTAPE 3 : IDENTIFIER UN PREMIER NOYAU DE PERSONNES ET STRUCTURES RESSOURCES

Cette équipe permet de démarrer de nouvelles actions ou de mettre en cohérence celles qui ont déjà été lancées (association existante ou créée pour l'occasion, club omnisport, Maison Sport Santé, groupements de médecins, coaches sportifs...).



ÉTAPE 4 : DÉSIGNER UN PILOTE CHARGÉ DE LA CONCEPTION ET DU SUIVI DU PROJET

Ce chef de projet, qui n'est pas obligatoirement issu de la collectivité, travaille en binôme avec le responsable politique de la démarche.

ÉTAPE 5 : LANCER UNE EXPÉRIMENTATION

Il est préférable de démarrer par une ou deux actions pilotes concrètes, même de faible envergure et avec des moyens limités, en s'appuyant sur des personnes et structures ressources relevant du sport, de la santé et du social, et d'étendre le projet par étapes.

Les fiches action de Paris 2024 proposent une grande variété d'initiatives qui sont d'ampleur et de portée différentes. Certaines sont très démonstratives, de mise en oeuvre immédiate et à peu de frais.

Par exemple :

- Parcours de la Forme et RDV de la Forme,
- Journée Sport Santé

De telles actions présentent l'avantage de fédérer les clubs sportifs autour d'un projet commun. La mutualisation des ressources est une condition clé de la réussite (voir la fiche : Inciter les clubs, acteurs-clé du sport dans les territoires, à accueillir de nouveaux publics du « Bouger + » autour du sport-santé).

ÉTAPE 6 : DÉFINIR UNE CHARTE D'ENGAGEMENT

La charte doit être signée par tous les acteurs du sport et de la santé engagés dans la démarche. La charte récapitule tous les aspects de la démarche : activités sport santé à pratiquer dans les clubs, accessibilité des équipements, formation des éducateurs, mise en commun des moyens, etc (voir projet de charte « Bouger Plus »).

ÉTAPE 7 : DÉFINIR LES AIDES QUE LA COLLECTIVITÉ PEUT MOBILISER

Pour aider au démarrage ou à l'amplification du projet, la collectivité peut faire appel à : des subventions dans le cadre des conventions d'objectifs, une aide logistique des services municipaux, un accès aux équipements, etc.

ÉTAPE 8 : RECHERCHER LES PREMIERS FINANCEMENTS EXTÉRIEURS

Cela doit se faire en parallèle de la conception du projet, auprès des différentes sources de financement listées dans les fiches action.

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



APPROCHE GLOBALE D'UNE POLITIQUE TERRITORIALE SPORT-SANTÉ

Penser la politique sport-santé territoriale selon une approche globale



©Tom Werner/Getty Images

ACTION

Vous souhaitez impulser une dynamique sport-santé sur votre territoire pour l'ensemble de la population, mais vous ne savez pas par où commencer ?

Cette fiche est faite pour vous. Elle a pour but de vous informer sur la démarche et les grandes étapes à suivre pour mettre en place un programme ou une politique dans ce domaine.

Sport-santé sur ordonnance, PNNS (Programme National Nutrition Santé), ateliers équilibre, transports actifs : vous avez certainement déjà entendu parler de l'une de ces initiatives visant à promouvoir l'activité physique des jeunes, des personnes âgées ou des personnes porteuses de maladies chroniques. Il est possible de mobiliser ces outils à l'échelle de votre territoire.

OBJECTIFS

- Co-construire et organiser le plan d'action qui répond aux besoins des habitants,
- Evaluer et réajuster la politique sport-santé à l'échelle de votre territoire,
- Identifier et hiérarchiser les leviers d'interactivité des acteurs locaux.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

1. Analyse de la situation

Cette étape vise à comprendre le fonctionnement et l'organisation de votre territoire (cf. sous-fiche diagnostic territorial). Elle permet d'analyser la situation existante et de recueillir les attentes et besoins de votre population. Profitez de cette opportunité pour rencontrer les acteurs-clés du terrain !

Les éléments de l'écosystème à analyser en priorité sont :

- Les acteurs déjà actifs sur le territoire (privés, publics, etc).
- Les offres d'activité physique en salle, à l'extérieur (associations, offre municipale, offre privée, maisons sport-santé, etc).
- L'environnement : urbanisme, établissements scolaires, parcours, parcs, etc...
- Les transports : voies vertes, mobilités douces... (cf sous-fiche Parcoura).

2. Conception et planification

Constituer l'équipe, définir les objectifs du projet, identifier les partenaires et les sources de financement, planifier le projet dans le temps sont autant d'éléments à mettre en oeuvre. La co-construction du plan d'action assure la compréhension et l'adhésion des acteurs, l'enrichissement des regards croisés et une proximité avec la population.

Afin de susciter l'intérêt de partenaires issus de différents secteurs, mettez en avant les bénéfices attendus des actions de promotion de l'activité physique et sportive sur votre territoire.

3. Mise en œuvre et suivi

Vient ensuite la mise en œuvre. Elle doit être accompagnée d'un suivi rigoureux qui permettra ainsi de réajuster les actions au fil de l'eau et d'observer l'écart entre ce qui été prévu et ce qui a été réalisé.

4. Évaluation

Les indicateurs nécessaires pour évaluer le processus (déroulement de l'action) et l'impact (résultats sur les bénéficiaires) de la politique doivent être définis en amont. Vient ensuite la phase de recueil de ces indicateurs (tant quantitatifs que qualitatifs) puis enfin l'analyse. Il est possible de se faire accompagner par un partenaire externe pour cette démarche. Les résultats obtenus permettront de juger de la qualité de la politique et d'alimenter la communication de celle-ci.

BUDGET

Coûts :

Ces coûts varient en fonction de l'ambition de la politique, de la population ciblée, de la nature de ou des offres proposées, etc.

5. Communication

Elle intervient tout au long du processus. La communication, la sensibilisation voire la formation des acteurs-clés (médecins, éducateurs sportifs territoriaux et associatifs, professeurs des écoles et EPS, entreprises du territoire...) sont des éléments essentiels.

Exemples de financements/accompagnement :

- IREPS (ou CODES/CRES) de votre région ou département,
- Appels à projet ARS SSBE (Contrat Local de Santé)
- Collectivités territoriales,
- CPAM (actions-pilotes décidées par le conseil d'administration de la Caisse départementale),
- DRJSCS / DRAJES,
- Conférence des financeurs,
- Mutuelles.

PARTENARIATS POSSIBLES

Secteur du sport :

- DRJSCS / DRAJES – DDOS(PP),
- Mouvement sportif (CROS/CDOS, associations sportives fédérales etc.),
- Structures sportives commerciales...

Secteur de la santé :

- ARS,
- CPTS,
- Établissements de santé,
- Établissements médico-sociaux,
- Professionnels de santé et paramédicaux,
- Associations de patients.

Interdisciplinaire :

- Maison Sport-Santé,
- Réseau Sport-Santé Bien-Être,
- Collectivités territoriales.

Autres secteurs :

- CCAS,
- Autres acteurs clés identifiés dans le diagnostic.

Méthodologie de projets :

- IREPS (ou CODES/CRES),
- Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité (Onaps).

Relais locaux auprès des habitants :

- Associations et comités de quartier, centres sociaux, centres communaux d'action sociale (CCAS),
- Associations de retraités, associations de parents d'élèves, associations étudiantes, comités d'entreprises, associations de patients, réseaux de santé, professionnels de santé,
- Les Maisons Sport-Santé, Réseaux Sport-Santé.

Mise en place d'actions :

- Services internes de la collectivité : urbanisme, santé, communication, sport,
- Associations proposant une offre sport-santé,

BONNES PRATIQUES

Angers : politique sport-santé - bien-être

Politique sport-santé bien-être de la ville d'Angers à destination de tous les habitants et dans l'ensemble de son territoire : [ANGERS-SPORT-SANTÉ-pdf](#)

- Universités, établissements scolaires et d'enseignement supérieur,
- Département / région.

Critères de qualité de la démarche :

- Respect d'une méthodologie de projet (constitution d'une équipe projet, d'un comité de pilotage et mobilisation des parties prenantes, diagnostic local, définition des objectifs, planification et mise en œuvre du projet, évaluation et restitution, respect des lignes budgétaires),
- Approche mixte (actionnant plusieurs leviers individuels et environnementaux) et intersectorielle,
- Participation de la population résidente dans une démarche de co-construction,
- Reproductibilité/faisabilité de la méthodologie utilisée.

Montréal : plan d'action Montréal physiquement active

Ressources :

- [SECT_SPORTS_FR/MEDIA/DOCUMENTS/pdf](#)
- <https://mpa.montrealmetropoleensante.ca/apropos>

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

Indicateurs d'évaluation de processus :

- Nombre et type d'acteurs rencontrés pour construire la politique,
- Présence d'actions recommandées dans des documents structurants ou des plans d'actions des collectivités et de leurs partenaires,
- Mise en place effective d'actions en faveur de l'activité physique et sportive et participation à celles-ci.

Indicateurs d'évaluation d'impact :

- Évolution des connaissances, des représentations et des pratiques des habitants,
- Niveau d'activité physique de la population (ex : % suivant les recommandations),
- Bénéfices sur la qualité de vie (ex : évolution de la qualité de vie / voir questionnaire sur la qualité de vie dans ressources utiles).

RESSOURCES UTILES

Guide méthodologique d'élaboration d'un projet de type Icaps mis à disposition par Santé Publique France (ex Inpes) inpes.santepubliquefrance.fr, p39-99.

Site web manger bouger / Espace pro : <https://www.mangerbouger.fr/>

« Comment améliorer la qualité de vos actions en promotion de la santé ? »

Guide d'autoévaluation construit par et pour des associations [SANTÉ-PUBLIQUE-FRANCE](#)

Villes actives PNNS : 323 villes et collectivités actives, représentant plus de 13,5 millions d'habitants.

[Les-Villes-actives-du-PNNS](#)

- Réseau Français des Villes-Santé de l'OMS : 86 communes et 6 intercommunalités membres du réseau en 2020. <http://www.villes-sante.com/>
- Association nationale des élus du sport : 8 000 communes et intercommunalités en réseau. <https://www.andes.fr/>
- Ville du réseau Vivons en forme (VIF) : 251 villes adhérentes en 2019, 6 780 acteurs locaux formés et plus de 189 000 enfants de 3 à 12 ans touchés (avec leurs parents). [vivons-en-forme](#)

- Villes actives et sportives : 440 communes labellisées. <https://ville-active-et-sportive.com/>
- Club des villes et des territoires cyclables : plus de 1 500 collectivités territoriales adhérentes (communes, agglomérations, départements, régions), représentant plus de 40 millions d'habitants en 2020. <http://www.villes-cyclables.org/>
- Vélo & Territoires : 11 régions, 64 départements et 33 intercommunalités adhérents en 2020. <https://www.velo-territoires.org/>
- Créer une société active, créer des environnements actifs, inciter à être actif, créer des systèmes actifs, l'approche globale selon l'Organisation Mondiale de la Santé : [UNE-POPULATION-PLUS-ACTIVE](#)
- Développer la culture vélo dans les territoires : [PROGRAMME-À-VÉLO](#)
- Guide de la Fédération nationale d'éducation et de promotion de Santé – Promouvoir l'activité physique dans les territoires : [D-CoDé Santé](#)

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



UN DIAGNOSTIC TERRITORIAL GRÂCE À UNE ÉTUDE QUALITATIVE

Mettre en place une étude de type PARCOURA

ACTION

Convaincus que la qualité de vie, de l'air ou l'attractivité de votre territoire serait grandement améliorée par la pratique quotidienne de la marche et du vélo, vous souhaitez identifier les freins qui empêchent les habitants d'adopter ces pratiques, et les leviers pour les encourager à utiliser des modes de déplacement actifs favorables à leur santé.

Cette fiche propose une méthodologie pour établir un diagnostic et un plan d'action, afin de favoriser le recours progressif aux mobilités actives sur votre territoire.

Elle repose sur une étude qualitative, basée sur des entretiens avec des experts et avec des groupes d'habitants ainsi que sur des observations in vivo auprès des habitants.

Elle présente des avantages multiples :

- Conforter la pertinence des programmes locaux existants, les compléter ou les réorienter grâce à des remontées de terrain,
- Documenter en amont un plan d'action sur les mobilités actives,

- Mettre les usagers au sein des politiques publiques concernant la marche et le vélo,
- Créer des passerelles entre les connaissances des techniciens de la collectivité et le ressenti/le vécu des habitants,
- Renforcer la sensibilisation des techniciens, des élus et des partenaires de la collectivité sur les articulations entre santé, activité physique et qualité de l'air, et renforcer la transversalité au sein des services sur ces thématiques,
- Renforcer le dialogue et le partenariat des collectivités avec les associations locales,
- Améliorer la pratique d'activité physique, le bien-être et la qualité de vie des habitants, avec des solutions de mobilité active adaptées à leurs attentes et leurs besoins.

OBJECTIFS

- Identifier les freins et les leviers pour les habitants à la pratique de la marche et du vélo,
- Faire émerger des recommandations pour rendre l'espace public plus lisible,
- Convaincre les décideurs et les habitants de l'intérêt des mobilités actives,
- Améliorer l'accessibilité et la sécurisation des itinéraires piétonniers et cyclables,
- Faciliter le passage à l'acte des indécis et de ceux qui n'osent pas abandonner les transports motorisés pour les trajets courts,
- Lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique,
- Participer à l'amélioration de la qualité de l'air en diminuant le nombre de kilomètres motorisés.



ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

En fonction de la population ciblée, le projet peut se dérouler sur une période d'un an et demi à deux ans (hors évaluation d'impacts d'actions à long terme), incluant les étapes suivantes :

1. Diagnostic " mobilité et santé ", afin d'établir un état des lieux des déplacements sur le territoire et d'identifier les enjeux sanitaires et environnementaux qui en découlent,
2. Entretiens individuels avec des experts du territoire sur la mobilité, la santé et l'environnement,
3. Entretiens collectifs avec des groupes d'habitants ciblés (exemples : retraités, étudiants, actifs, habitants des quartiers en politique de la ville, personnes atteintes d'une pathologie chronique),

4. Observations in vivo des parcours d'habitants, à pied et à vélo, afin de mieux comprendre les représentations et pratiques décrites lors des entretiens,
5. Identification d'enjeux par population et élaboration d'actions à mettre en œuvre pour favoriser le recours aux mobilités actives,
6. Hiérarchisation des actions selon les priorités locales, les moyens affectés et les délais ; déclinaison des actions prioritaires en fiches opérationnelles, en lien avec les différents services concernés,
7. Évaluation de l'impact de certaines actions mises en place.

BUDGET

Coûts :

- Expertise pour la réalisation du diagnostic local " mobilité et santé ", des entretiens individuels avec les experts et de groupe avec les habitants, de la synthèse des informations et de l'élaboration de recommandations d'actions à mener sur le territoire pour différents profils de populations, auxquels il faut ajouter des frais de déplacements,
- À l'échelle d'une grande ville, la prestation peut être estimée entre 45 000 et 60 000 euros pour un nombre d'entretiens avec des groupes d'habitants compris entre 4 et 6,
- Ces coûts varient en fonction de la population ciblée, du nombre de groupes d'habitants interviewés, du nombre d'entretiens avec des experts, et du nombre de parcours d'habitants suivis.

Exemples de financements :

- Appel à projets AACT-AIR " Aide à l'action des collectivités territoriales en faveur de la qualité de l'air " de l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME), qui a déjà permis de financer le projet PARCOURA sur deux territoires (ville de Valence et Clermont Auvergne Métropole).

PARTENARIATS POSSIBLES

Méthodologie de projets et diagnostic :

- Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité (Onaps),
- Observatoires régionaux de santé (ORS),
- Associations agréées de surveillance de la qualité de l'air (AASQA) du territoire,
- Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME).

Relais locaux auprès des habitants :

- Associations et comités de quartier, centres sociaux, centres communaux d'action sociale (CCAS),
- Associations de retraités, associations de parents d'élèves, associations étudiantes, comités d'entreprises, associations de patients, réseaux de santé, professionnels de santé,
- Associations de cyclistes et de marcheurs,
- les CLIC, comités locaux d'information et de coordination en gérontologie.

Mise en place d'actions :

- Implication de nombreux services au sein d'une collectivité : en charge des déplacements, santé publique, aménagement de l'espace public (voirie, éclairage, signalétique, urbanisme, espaces verts, politique de la ville), communication, patrimoine/culture, en charge du sport,
- Syndicats mixtes en charge des transports sur un territoire,
- Associations de cyclistes, de marcheurs urbains,
- Clubs de randonnée, clubs de marche sportive, clubs cyclistes,
- Services de location de vélo en libre-service,
- Office du tourisme (valorisation patrimoine/agrément),
- Entreprises ayant un Plan de mobilité (direction, services communication, comités d'entreprises, médecine du travail), parcs d'activités,
- Universités, établissements scolaires et d'enseignements supérieurs (direction, services de santé universitaire, services communication, associations étudiantes, Crous...),
- Associations de sécurité routière,
- Département / région.

CRITÈRES DE QUALITÉ DE LA DÉMARCHE

- Organisation en méthodologie de projets (constitution d'une équipe projet, d'un comité de pilotage et mobilisation des parties prenantes, diagnostic local, définition des objectifs, planification et mise en œuvre du projet, élaboration de recommandations sous forme de fiches actions, évaluation et restitution auprès des parties prenantes),
- Approche transversale des politiques publiques de mobilité autour d'un diagnostic territorial et d'arguments de santé publique : les projets de mobilité sont à la croisée de nombreuses préoccupations (santé publique, environnement, urbanisme, tourisme, sécurité) et la majorité relèvent des acteurs des transports ou de l'aménagement urbain, et peu de la santé publique,
- Implication de la population résidente dans une démarche de co-construction de politiques publiques de mobilité favorables à leur santé,
- Intervention en amont des projets autour des mobilités actives sur un territoire, permettant de compléter ou orienter des actions envisagées par des remontées de terrain,
- Méthodologie innovante (l'observation des parcours quotidiens des habitants permettant de compléter les représentations et pratiques décrites lors des entretiens),
- Reproductibilité de la méthodologie utilisée,
- Projet incluant plusieurs partenaires identifiés sur les territoires et des relais locaux auprès des habitants.

BONNES PRATIQUES

PARCOURA : à la rencontre des habitants pour identifier les freins aux mobilités actives

Etudes qualitatives menées entre 2017 et 2018 à Valence et à Clermont Auvergne Métropole, et visant à augmenter la part des déplacements actifs dans les collectivités territoriales grâce à l'identification des freins et des leviers pour les habitants à la pratique de la marche et du vélo. Démarche partenariale menée par l'Onaps, l'ORS Auvergne-Rhône-Alpes et les collectivités locales.

Contacts :

Ville de Valence :

- Lucile Vercoutère (Médecin Directeur),
- Valérie Mathieu (Responsable du Pôle Santé Environnement), Direction Santé Publique, dsp@mairie-valence.fr, 04.75.79.22.11,

Clermont Auvergne Métropole :

- Henry Moreigne (Direction développement durable et énergie) hmoreigne@clermontmetropole.eu, 04.73.98.35.44.

Onaps :

- Benjamin Larras, b.larras@onaps.fr ou contact@onaps.fr, 04.73.17.82.19,

Observatoire régional de santé Auvergne-Rhône-Alpes :

- Patricia Medina, patricia.medina@ors-auvergne-rhone-alpes.org,
- Marie-Reine Fradet, marie-reine.fradet@ors-auvergne-rhone-alpes.org

RESSOURCES UTILES

1. Medina P., Larras B., Fradet MR., Praznocy C., dir. 2019. Contribuer à la qualité de l'air par l'amélioration des parcours piétons et cyclables à Valence PARCOURA : à la rencontre des habitants pour identifier les freins aux mobilités actives. onaps.fr/Valence

2. Fradet MR., Larras B., Medina P., Praznocy C., dir. 2019. Contribuer à une meilleure qualité de l'air par l'amélioration des parcours piétons et cyclables à Clermont Auvergne Métropole. onaps.fr-Clermont-Auvergne

3. Onaps. Comment favoriser les transports actifs ? [mobilite-et-transport-developper-la-culture-velo](https://onaps.fr/mobilite-et-transport-developper-la-culture-velo)

4. ADEME. Développer la culture vélo dans les territoires. 2021
"[Développer la culture vélo dans les territoires](https://onaps.fr/developper-la-culture-velo-dans-les-territoires)"

Etabli dans le cadre du projet PARCOURA, ce document à destination de collectivités territoriales intéressées par la question des transports actifs dresse une liste non exhaustive de ressources, guides pratiques et exemples de mise en œuvre permettant de développer les mobilités actives pour l'ensemble des publics.

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

Indicateurs d'évaluation à court terme :

- Présence d'actions recommandées dans des documents structurants ou des plans d'actions des collectivités et de leurs partenaires,
- Mise en place effective d'actions en faveur des mobilités actives (dont actions de communication),
- Mesure de l'appropriation des campagnes locales de communication autour des mobilités actives par les habitants,
- Estimation, à partir de cas concrets de report modal (voiture vers transports actifs), du nombre de kilomètres motorisés évités, de l'impact en termes d'émissions de polluants évités, d'économies pour les usagers, et d'activité physique réalisée (pourcentage d'atteinte des recommandations),

Indicateurs d'évaluation à plus long terme :

- Amélioration des itinéraires piétons et cyclables,
- Evolution des connaissances, des représentations et des pratiques des habitants concernant les mobilités actives,
- Evolution de l'utilisation d'itinéraires (ré)aménagés suite aux actions recommandées (comptage de vélos et de piétons),
- Evolution de l'utilisation de services associés aux mobilités actives (ex : location de vélos en libre-service, vélo-écoles, ateliers d'entretiens de vélos),
- Gains en termes d'activité physique ou bénéfices sanitaires pour certaines pathologies chroniques (ex. pour les diabétiques : bénéfices sur la régulation de la glycémie).

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



IDENTIFICATION DES BONNES PRATIQUES ET DES ACTIONS INNOVANTES EN FAVEUR DES JEUNES

Mettre en place une démarche ICAPS



ACTION

Votre collectivité souhaite s'engager dans une démarche partenariale pour promouvoir l'activité physique et lutter contre la sédentarité dès le plus jeune âge ? Vous souhaitez que cette démarche soit reconnue et labellisée ?

L'intervention présentée dans cette fiche s'appuie sur une méthode dont les résultats ont été évalués et considérés comme probants. Il s'agit avant tout de réunir autour d'un projet les acteurs pouvant agir sur le niveau d'activité physique et de sédentarité des jeunes de 3 à 18 ans. S'ils répondent aux critères, les projets pourront être labellisés ICAPS, et ainsi reconnus comme probants.

Le déploiement de la démarche ICAPS (Intervention Centrée sur l'Activité Physique et la Sédentarité) est porté par le Centre National d'appui au Déploiement en Activité Physique et lutte contre la Sédentarité (CNDAPS).

La démarche repose sur une approche intégrant 3 niveaux : le jeune, son entourage et son environnement.

Sa mise en place passe par des actions permettant de :

- Changer les attitudes et les motivations des jeunes vis-à-vis de l'activité physique (débat, actions de sensibilisation, accès à de nouvelles activités attrayantes, variées et conviviales).
- Sensibiliser l'entourage (parents, enseignants, éducateurs, animateurs...) afin qu'il valorise l'activité physique et encourage les jeunes à augmenter leur niveau de pratique.
- Fournir des conditions (physiques, organisationnelles, institutionnelles) qui favorisent l'activité physique à l'école et en dehors de l'école, pendant les loisirs et dans la vie quotidienne.

OBJECTIFS

- Augmenter le temps de pratique d'activité physique des jeunes de 1 heure par semaine (en dehors des temps d'éducation physique et sportive)
- Diminuer leur temps d'écran de 20 minutes par jour

Cette démarche répond à plusieurs critères de qualité :

- Une démarche méthodologique d'ingénierie de projet complète
- Une logique de promotion de la santé via une démarche de santé communautaire
- Une approche globale et positive de la santé et de l'activité physique
- Une démarche qualité débouchant sur une labellisation « ICAPS »

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

- Formation des porteurs de projets ICAPS par le CNDAPS
- Accompagnement et mise en place du projet
- Evaluation du projet par le CNDAPS
- Labellisation du projet par le CNDAPS

COÛTS ET FINANCEMENTS

Les coûts liés à la mise en place d'un projet de type ICAPS sont variables en fonction des projets, de l'accompagnement et des territoires.

Coûts de formation :

Une des deux formations proposées par le CNDAPS et présentées ci-dessous doit obligatoirement être suivie par le porteur de projet :

- Une « formation classique » (formation minimale requise) : sensibilisation à la démarche ICAPS proposée simultanément à différents porteurs de projet ainsi qu'aux partenaires (18 participants maximum, 14h de formation sur 2 jours).
- Une « formation / action » : en plus de la sensibilisation, un accompagnement personnalisé dans le montage du projet est proposé, avec l'appui d'un référent régional, pour définir un projet clé en main répondant à la fois aux besoins du porteur de projet et aux critères ICAPS.

En fonction du public-cible, les financements possibles de cette action sont les suivants :

- Concernant la formation : collectivités, services de l'État (Jeunesse et Sports, ARS, etc.) ou organismes paritaires collecteurs agréés (OPCA) selon les contextes locaux et régionaux.
- Concernant les actions : collectivités, services de l'État et/ou financeurs publics ou privés (appels à projet, autofinancements, soutien, mécénat).

Si des actions sont déjà mises en place sur des temps périscolaires ou extrascolaires, seule la coordination propre au programme ICAPS nécessite une prise en charge financière.

Dans l'idéal, ce type de projet peut rejoindre une démarche territoriale de type école promotrice de santé, projet territorial du sport, contrat local de santé, contrat de ville, etc. et bénéficier ainsi des partenariats financiers déjà mobilisés.

Autres coûts :

- Une « simple » structuration des actions déjà existantes dans le but de répondre aux prérequis de la démarche ICAPS est possible, ce qui n'engendre aucune dépense supplémentaire.
- Si les actions mises en place sont nouvelles, un exemple de dépense sera le salaire d'un intervenant en activités physiques et sportives. Pour 90 enfants (6 groupes de 15 enfants) ce coût est estimé à environ 6300€ pour une intervention de 28 semaines à raison d'une séance d'une heure par semaine par enfant (+30 minutes de préparation par séance) soit un coût par enfant d'environ 70€.

PARTANARIATS POSSIBLES

C'est une démarche transversale orchestrée par les collectivités territoriales qui engage de nombreux acteurs publics, privés, associatifs :

- Principaux acteurs partenaires : établissements scolaires, associations sportives, conseil départemental et régional, services de l'État (Jeunesse et sports, ARS, etc.), Caisse d'Allocations Familiales.
- Autres partenaires potentiels : sécurité routière (actions concernant les mobilités actives), clubs professionnels locaux (parrainage, conférences, visites, rencontres), associations locales (maison du vélo, pratiques sportives innovantes...).

BONNES PRATIQUES

A. Bien et services visant les jeunes

- Mise en place de cycles de pratique d'activités physiques et sportives sur le temps périscolaire encadrés par des éducateurs sportifs
- Organisation de conférences-débats (bienfaits du sport et de l'activité physique, sport/alimentation, méfaits de la sédentarité sur le temps scolaire / périscolaire / extrascolaire)
- Développement des mobilités actives : mise en place ou réhabilitation d'un local vélo dans l'établissement scolaire, partenariat avec la sécurité routière, la police municipale et/ou le département sur le thème de la sécurisation des déplacements (vélo, pédestre)
- Initiation et découverte sportive en extrascolaire : stages et camps intégrant des pratiques physiques et sportives

B. Services visant le support social

- Communication : Dépliants et affiches présentant les différentes offres d'activités physiques et sportives
- Organisation de conférences-débats publics

- Développement d'enseignements scolaires transversaux : collaboration et projet pluridisciplinaire entre différentes disciplines (SVT, EPS, Français...) autour du corps, de la santé et/ou de l'activité physique
- Organisation d'événements : journées découvertes sport et activité physique, rencontres avec des sportifs de haut-niveau locaux

C. Services visant l'environnement

- Nouvelles offres de services/activités physiques
- Mise à disposition de matériel sportif et accès gratuit à des équipements sportifs
- Aménagements favorisant la mobilité active (cf. fiche action : Développement des pédibus et vélobus pour les déplacements domicile-établissements scolaires)
- Mise en place de bus/autocar supplémentaires

CRITÈRES D'ÉVALUATIONS

Accès à une plateforme en ligne permettant d'évaluer :

- La pratique d'activités physiques et sportives : nombre de séances et de participants, fréquentation, aménagements en faveur de l'activité physique créés, mise à disposition de matériel sportif...
- L'information et la sensibilisation : brochures, affiches, débats/conférences, forums...
- Le processus : nombre de réunions du comité de pilotage, de partenaires impliqués, mise à disposition et/ou création de postes spécifiques au programme, nouvelles offres de pratiques sportives, formation...
- Evaluation d'impact sur les comportements et les ressentis (satisfaction, prise de licences, évolution des freins et des leviers à la pratique sportive, temps d'écran...).



RESSOURCES UTILES

Centre National d'appui au Déploiement en Activité Physique et lutte contre la Sédentarité (CNDAPS) :

02 31 72 40 86

<https://www.cndaps.fr/contact/>

Site du CNDAPS : <https://www.cndaps.fr/>

Coordinateur(trice) de projet ICAPS :

- Caroline LEMUET, CSCS Léo Lagrange Colombelles (Normandie) c.lemuet.leolagrange.colombelles@gmail.com
- Rodrigue BARET, OSTL de St Pierre (Réunion) rodrigue.baret@ostl-saint-pierre.com
- Agathe MARTINEZ, association ASSER de Sorgues (PACA) asser.sport.sante@gmail.com
- Florence Rostan, Chantal Simon, Zékya Ulmer, Promouvoir l'activité physique des jeunes : élaborer et développer un projet de type Icaps, INPES, « Santé en Action », 2011, 185p.

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



2

**LE MAIRE
ET LES MOBILITÉS
ACTIVES**

**FICHES ACTION
TERRE DE JEUX 2024**

FAVORISER LES USAGES PARTAGÉS DE LA VOIE PUBLIQUE

Améliorer la qualité de vie des habitants



Studio 72/Shutterstock.com

ACTION

Développer des parcours de mobilités urbaines et rurales pour permettre aux habitants de pratiquer une activité physique.

Convaincus des bénéfices en termes de santé et de développement durable, vous souhaitez encourager le recours aux mobilités actives et le partage de la voie publique sur votre territoire ?

Cette fiche vous propose un plan d'action concret pour y parvenir, et renforcer les politiques et schémas territoriaux déjà mis en place. Ce plan d'action repose sur la transversalité, et permet de mobiliser de nombreux acteurs publics, privés et associatifs sous votre pilotage.



Azman Jaka/Getty Images

Les avantages sont multiples :

- Concilier deux objectifs majeurs de politique publique : la promotion de la santé via l'activité physique ou sportive, et la protection de l'environnement en offrant des alternatives aux transports motorisés.
- Répondre à une attente des habitants qui perçoivent de plus en plus l'intérêt de « bouger plus » au quotidien.
- Améliorer la qualité de vie des habitants dans leur environnement de proximité, en développant et en mutualisant les investissements d'aménagements urbains et ruraux.
- Impulser une démarche sport santé sur le territoire, en suscitant une collaboration durable entre les acteurs locaux.

OBJECTIFS

- Lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique.
- Favoriser le recours aux mobilités actives en toute sécurité, en augmentant la présence et la visibilité des piétons et des cyclistes.
- Sensibiliser aux bienfaits d'une activité physique et sportive modérée au quotidien.
- Encourager ceux qui n'osent pas encore passer à l'acte à abandonner les transports motorisés pour les trajets courts, favoriser l'intermodalité.
- Améliorer l'accessibilité, en particulier pour les personnes à mobilité réduite.

PISTES D' ACTIONS

- Mettre en place un programme d'information et de formation sur les mobilités actives, l'accessibilité de l'espace public et le « Design actif » destiné aux élus locaux et aux agents territoriaux.
- Mettre en place la signalétique, jalonner les itinéraires et signaler les temps de trajets à pied.
- Favoriser et soutenir la mise en place de « pédibus scolaire » (cf initiative ville de Brest).
- Restreindre la circulation des véhicules motorisés à proximité des établissements scolaires afin d'en sécuriser les alentours et de favoriser les mobilités actives.
- Développer les zones 30 km/h, les « zones de rencontre » (limitées à 20km/h) où les piétons ont la priorité et sont autorisés à circuler sur la chaussée, les « aires piétonnes » et les « voies vertes ».
- Intégrer la dimension « partage de l'espace public » dans le cahier des charges des commandes publiques (aménagement routiers, projets d'urbanisation, espaces publics...), en particulier au sujet des traversées des voies de circulation. Développer la culture « mobilités actives » dans les projets d'urbanisme.
- Élargir et dégager les trottoirs pour permettre une libre circulation des personnes à mobilité réduite.
- Multiplier les traversées piétonnes sécurisées (rehaussement des voies à la hauteur des trottoirs au niveau des passages piétons) avec feux et refuge central pour les avenues les plus larges, « trottoirs traversants » en centre-ville.
- Agrémenter les zones piétonnes des bancs pour permettre aux plus âgés des déplacements à pied avec des zones de repos assurées, le long des parcours.
- Installer du mobilier sportif en libre accès sur la voie publique avec des interventions d'étudiants, dans le cadre de leur formation, pour délivrer des messages de prévention et de bonnes pratiques.
- Développer des itinéraires piétons culturels ou sportifs sur le territoire de la commune, un réseau de promenade.

COÛTS ET FINANCEMENTS

Le coût des aménagements est variable selon la nature des équipements mis en place :

- Fléchage et marquage du mobilier urbain : quelques centaines d'euros.
- Co-financement de l'ADEME.
- Agence de financement des infrastructures de transport de France (AFITF) : 350M€ sur 7 ans pour l'aménagement cyclable et le développement des mobilités actives + 100 M€/an disponibles pour les mobilités au titre de la dotation de soutien à l'investissement local (DSIL), notamment pour le développement des mobilités actives.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Collectivités territoriales, Etat pour avoir une action coordonnée d'aménagement.
- Associations sportives et culturelles.
- Agence de la transition écologique ADEME.
- UFR d'Urbanisme, STAPS et de Médecine.

LES BONNES PRATIQUES

A. Pédibus à brest

Mise en place d'un pédibus et édition d'un guide pour engager la démarche

<https://www.brest.fr/actus-agenda/publications/publications-2611/mettre-en-place-un-pedibus-carnet-de-route-etape-par-etape-11546.html?cHash=fd47cc817226cb0b4aa2e2ef3c199a9d>

B. Balades ou promenades urbaines

Création d'itinéraires piétons dans des zones peu éloignées mais au final méconnues qui permettent de découvrir les paysages comme les espaces culturels. Exemple dans le cadre des "Ateliers piétons du Grand Paris Express".

Paris : <https://www.enlargeyourparis.fr/thematique/randonnee>

Rennes : <https://metropole.rennes.fr/6-balades-urbaines-pour-redecouvrir-rennes>

La Rochelle : <https://www.larochelle.fr/action-municipale/elus-et-institution/les-balades-urbaines>

C. Schéma directeur piéton albigeois

Mise en place d'un pédibus et édition d'un guide pour engager la démarche

<https://www.brest.fr/actus-agenda/publications/publications-2611/mettre-en-place-un-pedibus-carnet-de-route-etape-par-etape-11546.html?cHash=fd47cc817226cb0b4aa2e2ef3c199a9d>

D. Plan « Piéton-Vélo » ville de Saint-Louis

Plan d'action en 15 mesures pour favoriser les mobilités actives.

https://www.saint-louis.fr/download/Environnement/plan-pieton_velo.pdf

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUTION

- Nombre d’infrastructures piétonnes sécurisées, renouvelées.
- Nombre de ruptures raccordées dans les itinéraires piétons.
- Nombre de personnes ayant participé à des ateliers piétons.
- Nombre de marcheurs empruntant un itinéraire piéton.
- Sommes engagées dans des projets d’aménagement favorisant les mobilités actives et l’accessibilité.

RESSOURCES UTILES

Agence de la transition écologique ADEME

<https://www.ademe.fr/collectivites-secteur-public/animer-territoire>

Sur la sécurisation des mobilités actives

<http://collectivitesviabiles.org/articles/securite-des-deplacements-actifs.aspx>

« Promouvoir la marche à pied » (Belgique)

https://document.environnement.brussels/opac_css/elecfile/IF_Mobilite_PromouvoirLaMarcheAPied_FINAL_FR.PDF

« Développer la marche en ville : pourquoi, comment ? »

https://www.cerema.fr/system/files/documents/2017/12/art2411-PJ1_cle632fae.pdf

Favoriser la marche : quels aménagements, quelles démarches pour mieux accueillir les piétons ?

<https://www.cerema.fr/fr/actualites/favoriser-marche-quels-amenagements-queelles-demarches-mieux>

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



AMÉNAGEMENT URBAIN : PROMOUVOIR LA PRATIQUE DU VÉLO

Concilier promotion de la santé et protection de l'environnement



ACTION

Convaincus des bénéfices en termes de santé et de développement durable, vous souhaitez encourager le recours aux mobilités actives sur votre territoire ?

Cette fiche vous propose un plan d'action concret pour y parvenir, et renforcer les politiques et schémas territoriaux déjà mis en place. Ce plan d'action repose sur la transversalité, et permet de mobiliser de nombreux acteurs publics, privés et associatifs sous votre pilotage.

Les avantages sont multiples :

- Concilier deux objectifs majeurs de politique publique : la promotion de la santé via l'activité physique ou sportive, et la protection de l'environnement en offrant des alternatives aux transports motorisés.

- Répondre à une attente des habitants qui perçoivent de plus en plus l'intérêt de « bouger plus » au quotidien.
- Améliorer la qualité de vie des habitants dans leur environnement de proximité, en développant et en mutualisant les investissements d'aménagements urbains et ruraux.
- Impulser une démarche sport santé sur le territoire, en suscitant une collaboration durable entre les acteurs locaux.

OBJECTIFS

- Lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique.
- Favoriser le recours aux mobilités actives en toute sécurité, en augmentant la présence et la visibilité des cyclistes.
- Sensibiliser aux bienfaits d'une activité physique et sportive modérée au quotidien.
- Encourager ceux qui n'osent pas encore passer à l'acte à abandonner les transports motorisés pour les trajets courts, favoriser l'utilisation de plusieurs modes de transports sur un même déplacement.

PISTES D' ACTIONS SENSIBILISER, INFORMER, FORMER :

- Suivre un programme d'information et de formation sur les mobilités actives, destiné aux élus locaux et aux agents territoriaux (ex : Ressource #3 Guide Plan Vélo : mode d'emploi, Fédération Française des usagers de bicyclette FUB).
- Promouvoir l'usage du vélo grâce à une signalétique adaptée et sécurisante, jalonner les itinéraires et signaler les « temps de trajet à vélo ».
- Favoriser et soutenir l'apprentissage du vélo dans le cadre scolaire et périscolaire, dans le cadre associatif ou de dispositifs municipaux pour la population. Programme Savoir Rouler à Vélo du Ministère chargé des sports, le programme Génération Vélo : <https://sports.gouv.fr/savoir-rouler-a-velo/>

PISTES D' ACTIONS ENCOURAGER ET SÉCURISER LA PRATIQUE :

- Multiplier les voies cyclables sécurisées, ainsi que les stationnements abrités et sécurisés (possibilité de cadenasser le vélo à un support).
- Installer près des parcs à vélos des « stations-services vélos » pour aider à la maintenance en assurant la continuité des réseaux piétons et cyclables.
- Développer les zones 30 km/h, les « zones de rencontres », les voies vertes et les possibilités de déplacements dans les espaces ruraux.
- Participer à l'acquisition de VAE (Vélo à assistance électrique) et de vélos, favoriser l'implantation de vélos en libre-service.
- Promouvoir l'usage du vélo par les agents territoriaux et leur proposer le « forfait mobilités durables » (cf. Ressource #1 Mémo collectivités, Loi mobilité), acquérir une flotte de vélos municipaux.

BUDGET

Le coût des aménagements est variable selon la nature des équipements mis en place :

- Fléchage et marquage du mobilier urbain.
- Pose d'arceaux (pour le stationnement des vélos) et de stations de gonflage : environ 200€/arceau intégration d'équipements favorisant les mobilités actives à des projets de promotion immobilière.
- Agence de financement des infrastructures de transport de France (AFITF) : 350M€ sur 7 ans pour l'aménagement cyclable et le développement des mobilités actives + 100 M€/an disponibles pour les mobilités au titre de la dotation de soutien à l'investissement local (DSIL), notamment pour le développement des mobilités actives.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Collectivités territoriales, l'État pour avoir une action coordonnée d'aménagement.
- Fédération Française de Cyclisme.
- Entreprises du cycle et acteurs de l'économie du sport.
- Entreprises et employeurs publics afin de favoriser l'adoption des mobilités actives pour les trajets quotidiens et professionnels et d'identifier les aménagements nécessaires à proximité des lieux de travail (douches, stationnements, stations de gonflage et de maintenance, ...).



Ippei Nao/Getty Images

BONNES PRATIQUES

A. Strasbourg

Plus de 600 km de pistes cyclables, 16% de part modale (contre 2 à 3% pour le reste de la France).
<https://www.strasbourg.eu/a-velo>

B. Bordeaux

Plus de 700 km de pistes cyclables, 8% de part modale.
<https://sedeplacer.bordeaux-metropole.fr/Velo/Se-de-placer-a-velo>

C. Pays de Falaise (Normandie)

Approche concertée impliquant le développement multidimensionnel de la mobilité active (aménagement de pistes cyclables, locations de VAE, animations, ...).
<https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/mobilite-durable-inclusive-pays-falaise.pdf>

D. Rouen

www.guidoline.com, atelier d'autoréparation, conseils, vente de pièces détachées associé à un café culturel et à des ateliers déplacements, acteur de l'économie sociale et solidaire regroupant 6000 adhérents.

E. Mobilibre (Pays Portes de Gascogne)

Projet de mobilité en milieu rural, approche multimodale, mise en place de location de VAE et d'une plateforme, aménagement de voies partagées.
<https://www.paysportesdegascogne.com/mobilite/le-projet-de-mobilites/>

F. Tous à bicyclette ! (ComCom du Mont des Avaloirs - Mayenne nord)

Création d'itinéraires cyclables et de zones d'accueil vélo dans des zones ciblées par le biais d'un schéma directeur participatif ; installation de systèmes radar signalétiques qui informent les automobilistes de la présence de cyclistes en temps réel ; un service de location de vélo à assistance électrique moyenne ou longue durée, avec un parc de vélos équipés.
https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/038_fiche_laureat_tenmod_tab_paysdelloire.pdf

RESSOURCES UTILES

1. Mémo collectivités, Loi mobilité.
<https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/M%C3%A9mo%20LOM.pdf>

2. Sur la sécurisation des mobilités actives.
<http://collectivitesviables.org/articles/securite-des-deplacements-actifs.aspx>

3. Guide Plan Vélo : mode d'emploi, Fédération Française des usagers de bicyclette FUB.
https://www.fub.fr/sites/fub/files/fub/Boutique/plan_velo_mode_emploi_version_finale_bd.pdf

4. Programme 'Savoir Rouler à Vélo' lancé par le Gouvernement, destiné aux enfants de 6 à 11 ans.
<https://sports.gouv.fr/savoir-rouler-a-velo/>

5. Programme Savoir rouler à vélo par la Fédération Française de Cyclisme.
<https://www.ffc.fr/pratiquer/jeunesse/savoir-rouler-a-velo/>
6. Guide à destination des collectivités sur le comptage des cyclistes en milieu urbain.
http://www.villes-cyclables.org/modules/kameleon/upload/1GUIDE_BAT_WEB2.pdf

7. Carte interactive des voies cyclables en France.
<https://www.amenagements-cyclables.fr/fr/facilities>

8. Outil d'évaluation économique des effets sanitaires (HEAT) liés à la pratique du vélo et de la marche :
<https://www.euro.who.int/fr/publications/abstracts/health-economic-assessment-tool-heat-for-walking-and-for-cycling.-methods-and-user-guide-on-physical-activity,-air-pollution,-injuries-and-carbon-impact-assessments-2017>

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

- Nombre de km de piste cyclable, stationnements vélo construits, rénovés.
 - Nombre de ruptures dans les itinéraires cyclables accordés et dans les continuités piétonnes.
 - Nombre de personnes ayant bénéficié d'actions d'apprentissage du vélo, d'une aide financière.
- Nombre de cyclistes empruntant un itinéraire cyclable (compteur).
 - Sommes engagées dans des projets d'aménagement favorisant les mobilités actives et l'accessibilité.
 - Étude locale de mobilité (comportements et représentations -quantitative et qualitative).

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



CARTOGRAPHIE DE DURÉE DE PARCOURS PÉDESTRES ET CYCLABLES

Adopter un mode de déplacement actif au quotidien



©Tom Werner/Getty Images

ACTION

Vous voulez encourager les habitants de votre territoire à se déplacer davantage à pied ou à vélo ?

Réalisez une carte présentant les durées de parcours pédestres et/ou cyclables entre différents points d'intérêt (sites touristiques ou culturels, espaces verts, quartiers...).

Cette cartographie peut être élaborée soit à l'aide d'un outil informatique (système d'information géographique - SIG), soit à partir d'un logiciel de dessin, selon les moyens humains, techniques et financiers dont disposent la collectivité. Elle doit comprendre a minima :

- Un fond de carte du territoire.
- Le tracé d'itinéraires conseillés à pied et/ou à vélo entre des points d'intérêt localisés.
- Les durées de parcours.

D'autres informations peuvent y figurer, comme la localisation des **stations de vélos** ou de **transport en commun**, les **aménagements cyclables**, etc. Les distances peuvent éventuellement être ajoutées, mais les durées de parcours sont beaucoup plus parlantes pour le grand public.



© SVETIKD/Getty Images

OBJECTIFS

- **Sensibiliser** au fait que de nombreux trajets du quotidien peuvent être réalisés à pied ou à vélo, notamment sur des distances courtes.
- **Lutter** contre la sédentarité et l'inactivité physique.
- **Accompagner** la population vers le choix d'un mode de déplacement actif et son intégration à un mode de vie quotidien.
- **Participer** à l'amélioration de la qualité de l'air en diminuant le nombre de kilomètres motorisés.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET LES MOYENS NÉCESSAIRES

- 1. Rassembler les données nécessaires à la réalisation des cartes** à partir d'un fond de carte du territoire : réseau routier, localisation des stations de vélo en libre-service, des parkings à vélos, des stations de transports en commun, des voies utilisables uniquement à pied ou à vélo (espaces verts, sentiers, passerelles...).
- 2. Définir les points d'intérêt** jugés utiles pour le déplacement des piétons et des cyclistes. En fonction des objectifs recherchés, différents lieux peuvent être choisis : quartiers, sites touristiques ou culturels, espaces verts, établissements scolaires, stations de

vélos en libre-service, stations de transport en commun, lieux de services pour les cyclistes, commerces, trajets les plus fréquentés.

- 3. Élaborer des itinéraires** selon des critères définis (durée du parcours, distance, passage par des espaces verts...). Un ordre de grandeur de la durée nécessaire pour parcourir un trajet peut être défini en retenant par exemple les vitesses moyennes de 4 km/h pour un déplacement à pied et de 15 km/h pour un déplacement à vélo.
- 4. Construire la carte** de durée de parcours à pied et/ou à vélo à l'aide d'un SIG ou d'un logiciel de dessin.

BUDGET

L'action nécessite essentiellement du temps humain pour rassembler les éléments nécessaires à la constitution des cartes et élaborer les itinéraires. Les coûts sont réduits. Ils concernent éventuellement l'équipement :

- D'un fond de carte du territoire : les services d'urbanisme en possèdent généralement, mais ils peuvent être obtenus gratuitement (par exemple sur le site internet d'OpenStreetMap) ou achetés auprès de l'Institut géographique national ou de sociétés privées.

- D'un système d'information géographique ou d'un logiciel de dessin (mais il existe des outils gratuits).

En fonction des moyens humains, techniques et financiers de la collectivité, la création de telles cartes peut engager un prestataire externe ou une collaboration avec des associations locales de cyclistes par exemple.

PARTENARIATS POSSIBLES

Cette démarche est transversale au sein d'une collectivité territoriale et peut impliquer plusieurs services, notamment en charge de :

- La mobilité / les déplacements.
- La communication.
- L'aménagement de l'espace public (urbanisme, espaces verts, voirie, signalétique, politique de la ville).
- La culture / le patrimoine.
- L'activité physique et sportive.

Elle peut par ailleurs s'appuyer sur différents partenaires tels que :

- Les associations locales en faveur du vélo ou de la marche pour leur connaissance des itinéraires.
- Les offices du tourisme pour la définition des points d'intérêt.
- Des prestataires externes pour la réalisation de la carte selon les besoins.

BONNES PRATIQUES

Cartes de durée de trajets à pied :

Grenoble

<https://www.mobilites-m.fr/pdf/Plan-pieton-grenoble.pdf>

Grand Lyon

https://www.grandlyon.com/fileadmin/user_upload/media/pdf/deplacements/20160705_gl_carte-mavilleapied.pdf

Tours Métropole Val de Loire

<http://www.mobilite.tours-metropole.fr/index.php?idtf=14>

La Roche-sur-Yon

https://www.larochesuryon.fr/fileadmin/user_upload/2-Services-infos_pratiques/Transports/carte-deplacements-pietons_1_.pdf

Carte du métro à pied à Paris

<https://www.rando-metro.fr/>

Cartes de durée de trajets à vélo :

Métropole de Lyon

Carte réalisée par l'association La Ville à Vélo.

<https://lavilleavelo.org/2020/05/25/carte-des-temps-de-trajet-le-velo-est-le-mode-le-plus-rapide-pour-circuler-au-sein-de-la-metropole/>

Eurométropole de Strasbourg

Carte réalisée par l'association Vélorution Strasbourg.
<http://velorution-strasbourg.fr/2020/05/10/boulot-velo-dodo/>

La Riche

Carte réalisée par le collectif cycliste 37.
<http://www.cc37.org/wp-content/uploads/2015/06/lariche.pdf>

Cartes de durée de trajets à pied et à vélo :

Granville

<https://www.ville-granville.fr/wp-content/uploads/2017/12/Granville50.pdf>

Signalétique pour encourager les déplacements en mode de transport actif :

Grenoble

<http://www.villes-sante.com/actions-des-villes/grenoble-une-nouvelle-signalétique-urbaine-pour-encourager-les-deplacements-pietons/>

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

- Système de comptage des flux de piétons et/ou de cyclistes sur certains itinéraires.
- Nombre de téléchargements si les cartes sont mises en ligne.

RESSOURCES UTILES

Guide pratique pour la réalisation d'une carte de temps de parcours à pied et/ou à vélo :
http://www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/guide_cartes_temps_de_parcours.pdf

Pour aller plus loin ; Guide méthodologique de mise en place d'une signalétique piétonne, l'exemple de Grenoble :
http://www.villes-sante.com/wp-content/uploads/GRENOBLE_guide_methodo_signalétique_pietonne.pdf

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



DÉVELOPPEMENT DES PÉDIBUS ET VÉLOBUS POUR LES DÉPLACEMENTS DOMICILE → ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Encourager les enfants aux déplacements actifs



romirodinka/Getty Images

ACTION

Vous souhaitez encourager les enfants à utiliser un mode de déplacement actif pour se rendre à l'école ?

Vous voulez limiter la circulation et augmenter la sécurité aux abords des écoles ?

Organisez ou soutenez des démarches de pédibus ou de vélobus dont les avantages sont largement reconnus.

Le pédibus et le vélobus sont des modes de ramassage scolaire : il s'agit de accompagner les enfants à pied ou à vélo, encadrés par des adultes volontaires, sur les trajets menant à l'école, ou depuis l'école, à travers

un itinéraire défini avec des points de rendez-vous matérialisés proches de leur domicile et des horaires précis. La signalétique doit être de qualité pour être pérenne et ne pas gêner la circulation des personnes à mobilité réduite sur les trottoirs.

Le vélobus convient plus aux collégiens et aux élèves de CM1 et CM2 capables d'effectuer des trajets à vélo.

Les bénéfices de cette action sont multiples sur :

- Le plan sanitaire (pratique d'une activité physique d'endurance).
- La concentration en classe.
- La socialisation avec les autres.
- L'apprentissage des règles de la sécurité routière.

OBJECTIFS

- Sensibiliser les enfants, les familles et les équipes enseignantes aux bienfaits des transports actifs sur la santé pour en faire des habitudes pérennes.
- Enseigner aux enfants les règles de circulation routière et les rendre autonomes vis-à-vis de leurs déplacements.
- Réduire la circulation aux abords des écoles.
- Contribuer à la protection de l'environnement grâce à des déplacements plus verts.
- Favoriser la socialisation des enfants et la convivialité entre les parents d'élèves.



Ariel Skelley/Getty Images

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET LES MOYENS NÉCESSAIRES

1. S'appuyer sur un groupe constitué autour de la communauté éducative le cas échéant, par exemple le comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté ou le comité de pilotage d'une démarche de type « école promotrice de santé. »

2. Constituer un groupe de travail avec les différents acteurs concernés, notamment les services municipaux, les parents d'élèves, l'équipe pédagogique, les élèves, les associations de parents.

3. Établir un diagnostic simple :

- Enquête par questionnaire auprès des parents, leur permettant de s'interroger sur leurs habitudes de déplacements et celles de leurs enfants (mode de déplacement des enfants pour aller à l'école, accompagnement ou non par les parents, raisons du choix du mode de déplacement, attentes et craintes des parents, sensibilité vis-à-vis du projet, capacité de mobilisation/disponibilités éventuelles).

- Localisation et accessibilité des lieux d'habitation des enfants, qui permettra de proposer les tracés de lignes.

- Observations de terrains éventuelles (ex : comptage des véhicules stationnés aux abords de l'école, zone de parking, comptage des station de vélos).

4. Elaborer sur la base de ce diagnostic des itinéraires en fonction de la localisation des familles intéressées, de la mobilisation des parents et des contraintes de parcours (quartiers à desservir en priorité, points de rassemblement...).

5. Informer les parents et les enfants sur le dispositif par différents moyens de communications (réunions d'information, affichage, etc.), et lever les freins éventuels (responsabilités, assurances, etc.).

6. Organiser le dispositif et son accompagnement :

- Elaboration d'un cadre juridique permettant de sécuriser les familles (responsabilités et assurances à souscrire).
- Rassembler le matériel nécessaire pour assurer la visibilité et la sécurité (gilets fluorescents pour les

accompagnateurs, pour les enfants si vélobus...).

- Affichage des itinéraires, des arrêts et des horaires de passage.
- Elaboration du planning des accompagnateurs.
- Formation des accompagnateurs sur les aspects liés à la sécurité.
- Signature de chartes d'engagement par les parents et les enfants.

7. Tester le dispositif (points de départ, arrêts, traversées, temps de parcours...).

8. Pérenniser le dispositif (évaluation et ajustement du dispositif avec l'ensemble des acteurs, maintien de la lisibilité, entretien de la sensibilisation des nouveaux parents, des élèves et de l'équipe pédagogique, recherche de nouveaux accompagnateurs volontaires...).

Pour assurer l'efficacité et la pérennité de la démarche, le soutien aux parents bénévoles par les élus et le personnel municipal est indispensable, avec différents niveaux d'implication :

- Elaboration et conduite du projet en lien avec les équipes pédagogiques et les parents d'élèves et/ou leurs représentants s'il existe une association.
- Soutien financier ou logistique d'une initiative d'une école, de parents d'élèves et/ou leurs représentants : aide à l'acquisition de matériel, communication, affichage des arrêts et des horaires de passage, aménagements spécifiques sur la voirie pour sécuriser les abords des écoles notamment.
- Appel à un prestataire pour mener le projet.

Variante possible :

Mettre en place un service de ramassage scolaire de type S'cool Bus, à l'aide d'un vélo collectif à assistance électrique, permettant à des élèves d'aller à l'école et d'en revenir en pédalant. Le ramassage est organisé en différentes lignes reliant les lieux de résidence des enfants (cf. bonnes pratiques).

BUDGET

Les coûts de mise en place d'un pédibus varient de 100 à 500 euros par année de fonctionnement, et concernent surtout :

- La conception d'outils de communication (affiches et flyers pour communiquer sur l'action ; panneaux d'information concernant les lignes, les arrêts, les horaires, la rotation des accompagnateurs et la liste des enfants inscrits ; chartes d'engagement pour les parents des élèves et les accompagnateurs).
- La mise à disposition de gilets rétro réfléchissants pour les accompagnateurs d'un pédibus et pour les enfants dans le cadre d'un vélobus : 400 euros pour 50 gilets.
- L'assurance couvrant l'ensemble des membres.

Si la démarche s'appuie sur une association membre d'un réseau (cf. Ressources utiles), ces coûts peuvent être réduits car les outils de communication sont fournis, et l'assurance et le matériel nécessaire au lancement peuvent être pris en charge.

Pour la mise en place d'un vélobus, il faut ajouter à ces coûts la construction et/ou la rénovation de places de stationnement vélo sécurisées dans les établissements scolaires (coût moyen de 120 euros par emplacement vélo pour des arceaux), et éventuellement la mise à disposition et l'entretien d'une flotte de vélos et de casques si les enfants n'en sont pas déjà équipés (coût d'investissement d'environ 5 000 euros pour une flotte de 10 vélos).

Au-delà de la mise en place d'une telle démarche, le budget peut être plus conséquent pour la collectivité si le projet prend en compte la réalisation de nouveaux aménagements pour sécuriser les voiries.

Enfin, le coût annuel pour la prestation complète d'un service de ramassage scolaire de type S'cool Bus (incluant un salaire d'accompagnateur) se chiffre à 27 000 euros pour une ligne de 8 enfants, ce service étant susceptible de recevoir des subventions. L'achat d'une rosalie à assistance électrique est d'environ 8 000 euros.

PARTENARIATS POSSIBLES

La démarche est orchestrée par une collectivité territoriale en impliquant plusieurs de ses services (enfance/jeunesse, mobilité, aménagement de l'espace public, activité physique...). Elle peut s'appuyer sur différents partenaires :

- Pour l'aménagement des trajets : services techniques de la collectivité.
- Pour la communication et l'affichage : service communication de la collectivité et écoles (présentation de la démarche à chaque rentrée scolaire et lors des nouvelles inscriptions).
- Pour la gestion/l'animation du pédibus/vélobus : associations locales (en faveur du vélo ou de la marche, de l'environnement, parents d'élèves, etc.). La gestion par une association locale permet d'assurer la durabilité de la démarche et donne une bonne visibilité de la démarche aux habitants.
- Pour les conseils dans la mise en place de la

démarche et la mise en réseaux : directions régionales de l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME).

- Pour les liens avec d'autres programmes existants, comme le Savoir Rouler à vélo : associations sportives (Fédération Française de Cyclisme, de Cyclotourisme, Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique, etc...), associations sportives scolaires (Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré, Union Nationale du Sport Scolaire), Fédération française des Usagers de la Bicyclette, associations de prévention (Association Prévention Routière, Prévention Maïf, etc.).
- Pour les questions concernant la sécurité routière : coordinations départementales de sécurité routière.

BONNES PRATIQUES

A. Pedibus de Marolles-en-Brie - Association Le Nez au Vent

Le pedibus a été initié par des parents et des bénévoles de Marolles-en-Brie en 2009. L'association Le Nez au Vent a été créée pour formaliser la démarche. Trois lignes de pedibus sont en fonctionnement le matin vers les deux groupes scolaires de la commune. Un référent est nommé pour la gestion de chaque ligne (planning, contacts). Deux accompagnateurs assurent l'encadrement de chaque ligne : parent ou senior.

<https://www.pearltrees.com/s/file/pre-view/197317781/Le%20pedibus%20de%20Marolles-en-Brie%2094%20%20Le%20nez%20au%20vent.pdf?pearlId=257239786>

<https://www.lenezauvent94.org>

Contact : asso.lenezauvent@gmail.com

B. Pedibus à Brest métropole océane - Association Brest à Pied et à Vélo

<https://www.bapav.org/pedibus-a-brest-metropole-2017/>

https://www.brest.fr/fileadmin/imported_for_brest/fileadmin/Documents/Action_publique/Preserver_ame-nager_notre_cadre_de_vie/pedibus_carnet_route.pdf

Contact : contact@bapav.org

C. Vélobus de la ville de Wasquehal :

Initié en 2011, le vélobus est composé de quatre lignes quotidiennes regroupant une trentaine d'élèves scolarisés en cycle 3 (CE2-CM2), desservant six établissements scolaires.

https://www.ecomobilite.org/IMG/pdf/fbp5_ecomobile-scolaire_bus-cycliste_wasquehal.pdf

Contact : velobus@ville-wasquehal.fr

D. Vélobus de la ville de Mâcon – Association Mâcon vélo en ville :

<https://www.youtube.com/watch?v=HZsHFasAPfA>

<http://maconvelo.fr/classe/velobus/>

E. Pedibus de la ville de Rouen (11 lignes) :

<https://rouen.fr/pedibus>

Contact : pedibus@rouen.fr

F. Autres retours d'expériences et contacts dans la Métropole européenne de Lille :

- Pedibus du Collège Albert Samain (Roubaix) : https://www.ecomobilite.org/IMG/pdf/fbp10_ecomobile-scolaire_pedibus_college_samain_roubaix.pdf

- Pedibus des trois écoles (Hellemmes) : https://www.ecomobilite.org/IMG/pdf/fbp13ecole_jenner_hellemmesv2.pdf

- Bus cycliste et le bus pédestre du groupe scolaire Bara Cabanis (Lille) : https://www.ecomobilite.org/IMG/pdf/fbp1_ecomobile-scolaire_bus-cycliste-pe-destre_bara-cabanis.pdf

Pour aller plus loin :

S'cool bus dans la communauté d'agglomération Seine-Eure :

<https://www.scool-bus.org/ramassagescolaire>

Rosalie Bus à Dunkerque : <https://www.ecomobilite.org/Le-Rosalibus-de-Dunkerque>

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

1. Nombre de lignes de pedibus/vélobus mises en place, nombre d'enfants et d'accompagnateurs.

2. Evolution du nombre de véhicules stationnés ou en dépose-minute aux abords de l'école (avant/après mise en place du dispositif).

3. Bilan qualitatif considérant le point de vue des enfants et de leurs parents : questionnaire pour évaluer l'adaptation des lignes, des itinéraires et des plannings, la connaissance du dispositif par les parents (communication).

RESSOURCES UTILES

1. Portail national de l'écomobilité scolaire : <https://mobiscol.org/>

Ce portail dédié à l'écomobilité scolaire, coanimé par le Club des Villes et Territoires Cyclables et Vivacités Ile-de-France, permet d'accéder à des ressources méthodologiques et pédagogiques, d'identifier des acteurs impliqués dans ces démarches, de consulter des expériences et expérimentations inspirantes.

2. Réseau Mille-Pattes : <https://reseaumillepattes.org/>

Le Réseau Mille-Pattes, initialement une association fédérant des parents d'élèves pour promouvoir l'écomobilité scolaire, a fusionné avec le Centre Ressource d'Écologie Pédagogique d'Aquitaine (CREPAQ). Il fournit notamment une boîte à outils avec un guide méthodologique de mise en place de pedibus et vélobus, des outils d'animation, de communication, d'administration, juridique, et un kit pédagogique.

Boîte à outils : <https://reseaumillepattes.org>

Guide méthodologique Pedibus / Vélobus : https://reseaumillepattes.org/attached/Guide_mthodologique_Rseau_Mille_Pattes.pdf

3. Car à pattes : <http://carapattes.org/wakka.php?wiki=EspaceCarapattes>

Lieu ressource à destination des parents, des collectivités, des établissements scolaires pour initier et accompagner des projets de pedibus dans l'ex-région Languedoc-Roussillon.

4. Centre d'Action Régionale pour le Développement de l'Education Relative à l'Environnement (CARDERE) : <https://www.anbdd.fr/publication/a-petits-pas-a-lecole-on-y-va-un-outil-de-sensibilisation-pour-perenniser-les-pedibus/>

« À Petits Pas... à l'école on y va ! » : programme et outils pédagogiques pour aider à la mise en place d'un pedibus.

5. Centre ressource en écomobilité (CREM), Hauts-de-France : <http://www.ecomobilite.org/>

Co-animé par les associations Droit au vélo-ADAV et En Savoir Plus, le centre ressource accompagne des territoires engagés dans des démarches visant à promouvoir la mobilité durable, et comprend un axe sur l'inscription d'action de mise en place de pedibus et de vélobus.

6. Boîte à outils des projets vélobus-pedibus réalisée en partenariat avec la direction régionale de l'ADEME des Pays de la Loire : <http://ecomobilite.org/La-boite-a-outils-Pedibus-Velobus>

7. Boîte à outils pedibus et réseau dans le Grand Lyon <https://www.onlymoov.com/infos-deplacements/la-marche-a-pied/pedibus-marchons-ensemble-vers-le-cole/>

8. À l'étranger :

ATE Pedibus en Suisse : <https://pedibus.ch/fr/>

ProVélo Belgique : <https://www.provelo.org>

https://provelo.cdn.prismic.io/provelo%2F35101d71-d98d-4725-9b95-fdd0722d5991_guide_velobus.pdf

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



LES PARCOURS DE SANTÉ

Mettre en place des aménagements légers

ACTION

Vous souhaitez offrir aux habitants la possibilité de pratiquer un peu d'activité physique de façon souple et ludique, selon leurs envies et leurs disponibilités, sans même qu'ils aient à franchir les portes d'un stade ou d'un gymnase ?

C'est possible, et c'est même simple et peu onéreux ! Des aménagements légers suffisent, ainsi que des conseils d'utilisation adaptés, pour dessiner de véritables « parcours de santé » au cœur de la ville.

Cette action présente de nombreux avantages :

- Elle répond à une attente des habitants qui perçoivent de plus en plus que santé et bien-être nécessitent de « **bouger plus au quotidien** ».
- Elle renforce le rôle des clubs sportifs,

en développant et en mutualisant l'offre d'encadrement.

- Elle engage les clubs sportifs dans une démarche sport santé, qui leur permettra de s'ouvrir à de nouveaux publics.
- Elle sensibilise au développement durable à travers les choix de parcours.

Parcours numériques ou parcours avec flash codes :

Il s'agit de parcours interactifs, équipés de flashcodes pour bénéficier de conseils sur l'usage du mobilier (sportif ou existant) et les exercices physiques à réaliser.

Parcours animés (ou avec animation) :

Organiser des rendez-vous encadrés par des éducateurs sportifs de clubs, afin de promouvoir l'offre des clubs à travers les parcours de santé.

OBJECTIFS

- Lutter contre la sédentarité et l'inactivité grandissante au sein de la population française et plus particulièrement chez les jeunes.
- Offrir un accès gratuit et convivial à ces parcours pour tous les publics.
- Sensibiliser aux bienfaits d'une activité physique et sportive modérée.
- Faciliter le passage à l'acte des indécis et de ceux qui n'osent pas passer la porte d'un club sportif.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

- 1. Identifier le parcours** en fonction de la facilité d'accès pour les publics cibles : parcs, promenades, bords de l'eau, chemins verts, etc.
- 2. Mettre en place la signalétique.**

- 3. Développer l'application** / mettre en place des rendez-vous avec les clubs locaux.
- 4. Communiquer en direction du public cible** (via les réseaux, affiches, journaux locaux, cabinets médicaux, etc).



BUDGET

Le coût des aménagements est variable selon la nature des équipements mis en place :

- Fléchage et marquage du mobilier urbain : quelques centaines d’euros.
- Pose de panneaux équipés de QR codes et tournage d’une vingtaine de vidéos de 30 secondes dispensant des conseils : de l’ordre de 7500 euros pour 2 parcours de santé.

- Indemnisation du club sportif pour la mise à disposition d’un éducateur pour 250 rendez-vous dans l’année : 11 000 euros (compter 40€ par séance environ).

Il est possible de faire financer les outils de communication (panneaux, flyers etc…) par des annonceurs dont l’activité est compatible avec la promotion de l’activité physique.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Le mouvement sportif pour encourager à la pratique de l’activité physique en l’encadrant. Cette action peut alors figurer dans le contrat d’objectif annuel que la collectivité passe avec le club en échange de sa subvention.
- Contact avec les organismes suivants pour la mise en place d’actions :
- CNOSEF : <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/>
- CROS : <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/6053-les-comits-rgrionaux-olympiques-et-sportifs---cros.html>

- CDOS : <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/actus/6208-les-comits-dpartementaux-olympiques-et-sportifs---cdos.html>
- Le milieu associatif (CCAS, etc…), dont les publics sont concernés.
- Les acteurs du soin.
- Des partenaires privés notamment pour financer les actions de communication.

BONNES PRATIQUES

A. Rouen : aménagement de la promenade des quais rive gauche

<https://www.caue-observatoire.fr/ouvrage/quais-bas-rive-gauche-a-rouen/?export=pdf>

B. Courbevoie : parcours numérique sport-santé

Mise en place de tutoriels accessibles sur smartphones axés sur des équipements pour la pratique du street work out, et sur des panneaux d’exercices de renforcement musculaire.

<https://www.ville-courbevoie.fr/1066/parcours-sportif-de-sante.htm>

C. Lyon : application Enform@Lyon

Application permettant d’accéder à des exercices de renforcement musculaire avec du mobilier urbain et des équipements de fitness.

<https://www.lyon.fr/sport/la-pratique-du-sport-au-quotidien/enformlyon>

D. Biarritz : les rendez-vous de la forme

Rendez-vous gratuits, ouverts et accessibles à tous sans inscription, encadrés par des éducateurs sportifs de clubs et proposant marches et exercices simples avec le mobilier urbain existant. Il faut prévoir une indemnisation du club pour la mise à disposition de l’éducateur sportif (40 euros par séance)

<https://www.cotebasquesportsante.fr/les-rdv-de-la-sante/le-programme/>

Contact :

Nicolas Guillet www.cotebasquesportsante.fr
Tel. 06 17 06 67 56

Bulletin de l’Onaps réalisé en partenariat avec l’IR-FO qui valorise les « **Chemins de la forme** » : https://onaps.fr/wp-content/uploads/2021/04/Onaps_Un-pour-tous_07_vf.pdf

MÉTHODOLOGIE ET CRITERES D’EVALUATION

- Nombre de rendez-vous.
- Nombre de clubs partenaires mettant à disposition un éducateur sportif.
- Nombre de pratiquants recensés.
- Nombre de prises de licences par les nouveaux pratiquants à la suite de cette initiation.

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l’expertise du Ministère chargé des Sports et de l’ONAPS



3

**LE MAIRE,
INCITATEUR
ET FACILITATEUR**

**FICHES ACTION
TERRE DE JEUX 2024**

ASSURER L'ENCADREMENT DES SÉANCES D'APS ET D'APA

Encourager des personnes éloignées de la pratique



ACTION

Dans une démarche de prévention santé, l'objectif est de proposer à des personnes éloignées de la pratique sportive des séances d'Activités Physiques et Sportives (APS) et/ou d'Activité physiques Adaptées (APA), le cas échéant sur prescription médicale.

Pourquoi la prévention est nécessaire en matière de santé :

- La prévention primaire consiste à agir en amont pour éviter l'apparition d'une maladie ou d'un problème de santé.

- La prévention secondaire consiste à agir sur la maladie à un stade précoce afin de diminuer les facteurs de risques et de retarder son évolution.
- La prévention tertiaire consiste à éviter, limiter les complications et les risques de récurrences de la maladie.

OBJECTIFS / PUBLICS CIBLES

- Sensibiliser, initier, remettre à la pratique d'APS ou d'APA des personnes éloignées de la pratique
- Concevoir, mettre en œuvre et évaluer un programme d'APS ou d'APA pour des personnes éloignées de la pratique
- Proposer un encadrement qui favorise l'engagement durable dans la pratique d'une APS ou d'APA

Qui peut encadrer les APS en prévention primaire ?

Deux types d'intervenants peuvent encadrer les APS :

- Les bénévoles sous réserve d'une formation fédérale
- Les éducateurs sportifs titulaires d'une carte professionnelle d'éducateur sportif en cours de validité. Ces derniers peuvent encadrer des séances d'APS contre rémunération. Leurs conditions et leurs limites d'exercice sont précisées sur la carte professionnelle. Elles sont liées aux diplômes obtenus qui ouvrent des prérogatives d'encadrement que précisent l'annexe II-1 du code du sport (Cf. ressources utiles).

Qui peut encadrer les APA en prévention secondaire et tertiaire ?

L'encadrement des APS et/ou APA en prévention secondaire et tertiaire (personnes atteintes de maladie chronique et /ou en affection de longue durée) est réglementé par le code du sport. Le décret du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'APA prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD et /ou de maladies chroniques, réglemente l'encadrement des APA.

Dans ce cadre, quatre types d'intervenants en APA peuvent encadrer les patients en ALD :

- Les masseur-kinésithérapeutes, les ergothérapeutes et les psychomotriciens (professionnels de santé) ;
- Les enseignants en APA (professionnels titulaires de la licence STAPS en APA ou APAS) ;
- Les éducateurs sportifs (professionnels disposant de prérogatives pour encadrer des APS) ;
- Les bénévoles titulaires d'une certification fédérale, listée par arrêté, autorisant la dispensation d'APA prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD.

A savoir :

- En fonction des altérations fonctionnelles du patient, tous les intervenants ne peuvent pas dispenser une APA dans le cadre du parcours de soins du patient.
- Seuls les professionnels de santé peuvent encadrer les patients présentant des limitations fonctionnelles sévères .
- Lorsque les patients ont atteint une autonomie suffisante et présentent une atténuation des altérations, les enseignants en APA peuvent intervenir en complémentarité.

Pour plus de détails et de précisions, consultez le décret et l'instruction interministérielle du 3 mars 2017 (cf. ressources utiles).

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NECESSAIRES

- Déterminer le type d'offre que vous souhaitez mettre en place (APS ou APA) en fonction des besoins et des ressources disponibles sur le territoire.
- Identifier le profil des intervenants, en fonction de cette première étape.
- Identifier un lieu de pratique sécurisé et adapté à votre offre.
- Formaliser votre offre d'APS ou d'APA (Cf. fiche Prescription d'APA et structuration d'un dispositif territorial du sport-santé).
- Communiquer sur cette offre.
- Suivre et évaluer le développement de cette offre.

COÛTS ET FINANCEMENTS

Le coût varie selon le modèle adopté, le type d'offre proposée (APS ou APA), et le type d'encadrement (bénévole ou professionnel rémunéré). L'encadrement peut être effectué :

- En régie par des ETAPS (coût d'un pourcentage d'ETP).
- Par le mouvement sportif local (attribution éventuelle d'une subvention ou prestation de service).
- Par une structure privée marchande (prestation de service).
- A la fois par les ETAPS, le mouvement sportif et/ou une structure privée marchande.

Si l'intervenant est rémunéré, l'encadrement doit être effectué par un professionnel (titulaire d'une carte professionnel d'éducateur sportif en cours de validité). Le coût de cette intervention à raison d'une fois par semaine, 10 mois par an, pour une séance d'1H30 (temps pédagogique inclus), est estimé au minimum à 2 000 €.

Le coût du matériel, ainsi que la maintenance et la mise à disposition des équipements sportifs (chauffage, eau, entretien etc.) sont également à rajouter.

A savoir :

Pour une offre d'APA, il est nécessaire de proposer au minimum 2 séances encadrées par semaine, et les groupes doivent être restreints (pas plus de 12 personnes maximum), afin de garantir la sécurité des patients et l'individualisation de la pratique. De plus, le coût d'un intervenant en APA peut être plus important (temps de formation et de pédagogie souvent plus conséquent).

Il est recommandé d'ajouter aux séances d'APA des ateliers visant la création d'habitudes, l'autonomisation de la pratique et l'acquisition d'une motivation intrinsèque.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Mouvement sportif (CROS / CDOS, associations sportives locales...).
- Structures privées marchandes.
- OMS, CCAS.
- Maisons Sport-Santé, Réseaux Sport-Santé Bien-Etre.
- CPTS, professionnels de santé et paramédicaux, établissements de santé et médico-sociaux.
- Associations de patients.

BONNES PRATIQUES

Les séances d'APS et d'APA doivent favoriser l'atteinte des niveaux d'activités physiques recommandés par l'Organisation Mondiale de la Santé en fonction des catégories d'âge :

- Pour les enfants de moins de 5 ans, trois heures d'activité physique par jour sont recommandées en favorisant le jeu et le plaisir, la diversité des activités.
- Pour les enfants de 6 à 17 ans, au quotidien, un minimum d'une heure d'activité physique modérée à élevée est recommandée.
- Pour les adultes, il est recommandé de pratiquer 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée à élevée (essoufflement faible à élevé), au moins 5 jours par semaine, en évitant de rester 2 jours consécutifs sans pratiquer.

- Pour les personnes âgées de plus de 65 ans, sont recommandées 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée par jour (faible essoufflement), ou 15 minutes d'activité physique d'intensité élevée par jour (essoufflement élevé).

Il est recommandé de proposer des séances variées et de différents types : cardio-respiratoire, renforcement musculaire, souplesse.

Les séances d'APS et d'APA doivent être construites de façon à favoriser la pratique régulière, adaptée, sécurisée, progressive ainsi que l'engagement durable.

- Nombre de créneaux proposés par type d'offre.
- Nombre de participants à chaque séance par type d'offre.
- Satisfaction des participants.

RESSOURCES UTILES

Textes réglementaires :

- Loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé
<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000031912641/>
- Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée 2016.
<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000033748987>
- Instruction interministérielle n° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017 relative à la mise en œuvre des articles L.1172-1 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique et portant guide sur les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée
<https://www.legifrance.gouv.fr/circulaire/id/42071>

- Arrêté du 08 novembre 2018 relatif à la liste des certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.
<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000037658253/>
- Arrêté du 19 juillet 2019 relatif à la liste des certificats de qualification professionnelle autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.
<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000038800063/>



- Arrêté du 29 juillet 2019 portant modification de l'arrêté du 8 novembre 2018 relatif à la liste des certifications fédérales autorisant la dispensation d'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée
- Code du sport, annexe II-1 – liste de tous les diplômes qui permettent d'enseigner

Autres ressources utiles :

- Déclinaison régionale de la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024
- ANSES, Actualisation des repères du PNNS - Révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité
- CNOSF, le Médicosport-santé
- Le code du sport-santé



Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



INCITER LES CLUBS À ACCUEILLIR DE NOUVEAUX PUBLICS AUTOUR DU SPORT-SANTÉ

Développer le sport pour tous



ACTION

Les clubs sont des acteurs clés des territoires. En vous appuyant sur leurs compétences, vous pouvez les inciter à étendre leur offre (sport-santé, activités intergénérationnelles) pour accueillir des publics éloignés de la pratique.

Cette démarche partenariale permet aux clubs de développer leur activité, tout en jouant un rôle clé dans

l'élargissement de l'offre d'activité physique et sportive à tous, en s'appuyant sur leurs principaux atouts :

- La proximité géographique, au plus près des besoins des pratiquants,
- La diversité des activités proposées, des plus classiques aux plus innovantes,
- La qualité de l'encadrement, avec un vivier d'éducateurs sportifs disponibles.

OBJECTIFS

- Encourager l'ensemble des clubs à ouvrir des sections « sport-santé » pour accueillir et accompagner les personnes intéressées par une pratique régulière,
- Multiplier les possibilités de pratiques intergénérationnelles au sein des clubs ou entre clubs,
- Permettre l'animation d'activités « sport-santé » en ville, à l'école, en milieu professionnel (cf. les différentes fiches sur les parcours de santé, les mobilités urbaines,
- Inclure les clubs dans des politiques ciblées sur le volet territorial (Contrat local de santé, contrat de ruralité, etc.),

- Sensibiliser les clubs aux enjeux économiques du « sport-santé »,
- Structurer et animer, à l'échelle d'un territoire, un réseau de clubs proposant une offre équilibrée de prestations « sport-santé ».

Publics cibles :

- Le grand public sédentaire, non licencié et non pratiquant régulier,
- Les populations sensibles ; notamment les jeunes de 6 à 16 ans qui bénéficieront du Pass Sport Jeunes qui sera lancé en 2021,
- Les personnes à risques (maladies chroniques, ALD).



ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

De nombreux clubs se sont déjà lancés dans des offres de pratiques à finalité de santé. Comment procéder, à l'échelle d'un territoire, pour les encourager à développer ces activités, et comment en convaincre d'autres clubs de s'y engager ?

1. Cartographier les moyens existants (acteurs de santé impliqués, clubs déjà engagés, éducateurs sportifs formés, enseignants APA disponibles, équipements accessibles),

2. Identifier un premier noyau de personnes-ressources permettant de démarrer le projet,

3. Désigner un pilote du projet : association existante ou créée pour l'occasion, club omnisport, Maison Sport-Santé, Communauté d'agglomération, etc. (cf fiche mode d'emploi : comment utiliser la boîte à outils ?),

4. Expérimenter par une ou deux actions pilotes concrètes, même avec des moyens limités, en s'appuyant sur des personnes et structures ressources relevant du sport, de la santé et du social,

5. Participer à la recherche de financement, qui doit être menée en parallèle dès la conception du projet, auprès des sources de financement listées ci-dessous.

BUDGET

La réussite d'une démarche « sport-santé » est davantage liée au choix des (bonnes) personnes qui constituent la chaîne de suivi qu'aux ressources financières : pour l'essentiel, ces dernières se limitent à des frais de location de salles et à la rémunération d'intervenants.

Les financements possibles :

- Les communes, qui peuvent donner la priorité aux clubs qui s'engagent dans le « sport-santé » dans le cadre des conventions d'objectifs (aide logistique, facilitation de l'accès aux équipements, mise à disposition de personnels, subventions),
- Les groupements de collectivités locales intéressés par la mise en place d'un fonctionnement en réseau sur leurs territoires,

- Les fédérations sportives, de plus en plus nombreuses à se lancer dans l'offre de pratiques « sport-santé », et en particulier les fédérations sportives affinitaires et multisports, déjà engagées dans une logique de mutualisation,
- Les services de l'Etat dans le cadre de différentes politiques publiques (notamment le Pass sport jeunes),
- Les partenaires privés, notamment les Groupements d'assurances et les Mutuelles à destination des sociétaires via les complémentaires santé, peuvent aussi être partenaires de certains dispositifs territoriaux.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Associations d'élus,
- Fédération sportives (notamment la FF des clubs omnisports, la FF du sport pour tous),
- ARS,
- Maisons Sport-Santé,

- Structures locales spécialisées relevant du social et du handicap (par ex les CCAS),
- Partenaires privés,
- Paris 2024, par le biais de son programme Impact 2024 (cf. fiche mode d'emploi).

BONNES PRATIQUES

A. Biarritz Olympique : création d'une offre multisports enfants et d'activités sport santé dans un club

Création par le club d'une section multisports, qui regroupe toutes les activités orientées Sport-Santé Loisir Bien-être, et recrutement d'un éducateur sport santé qui met en place les activités et sensibilise les autres sections du club aux bonnes pratiques en la matière.

Un premier dispositif propose aux enfants des classes CP-CM2 de pratiquer dans l'année 15 activités différentes à raison de cinq nouveaux sports par trimestre et d'une journée ou demi-journée par semaine. Des ateliers d'éducation-santé et de sensibilisation à l'environnement complètent cette action.

<https://www.biarritzolympique.fr>

Contact : Laurent Algalarondo – 0684745347

laurent.algalarrondo@free.fr

B. Nice Côte d'Azur Athlétisme (NCAA) : offre d'un créneau famille avec tarifs adaptés

Création en 2016 d'un créneau « famille » permettant une pratique d'athlétisme pour tous, baptisé « fit athlé » et composée de running et de circuits training (renforcement musculaire, coordination, souplesse), adaptée à tous les niveaux. Une pratique Marche nordique adaptée aux grands parents et aux adultes ne souhaitant pas courir a été également proposée sur ce créneau.

Des tarifs de licence dégressifs ont été instaurés afin d'encourager cette pratique familiale. De très nombreux adultes se sont mis ou remis au sport grâce à ce

créneau partagé, certains prenant même des responsabilités au sein du club. (Exemple développé dans la fiche « pratiques partagées »)

Outils et Ressources : ncaa.athle.com

Contact : Odile Diagana (ncaa@free.fr)

Il existe d'autres initiatives de clubs et/ou de communes proposant des Pass découverte ou toute autre formule permettant par exemple :

- De proposer un tarif de groupe pour plusieurs adhérents,
- De proposer à un même adhérent de tester différentes activités pendant une durée limitée,
- De bénéficier des avantages du Pass'Sport santé (dont les modalités ne sont pas encore connues) qui a été annoncé par le Président de la République et doit être mis en place en 2021.

C. Ville de Créteil et US Créteil : offre multisports proposée par une Ville avec passerelle vers les clubs

Projet d'Ecole multisports initiée par la ville et relayée par le club omnisports. Son contenu pédagogique a pour objectif :

- De favoriser le développement psychomoteur des enfants de 3 à 10 ans,
- De faire découvrir la diversité des sports pratiqués dans la commune,
- De leur donner le goût et la motivation de poursuivre au sein du club omnisport la pratique d'un club qu'ils auront choisi.



D. Association Côte Basque Sport Santé : mutualisation d'un réseau de clubs sur un territoire

Structuration d'un réseau territorial de plus de 90 clubs sportifs, dont les trois principaux clubs omnisports, sur le territoire Pays Basque Sud Landes, pour développer une démarche de prévention sport santé sous différentes formes.

Ce réseau prend notamment en charge les bénéficiaires du sport sur ordonnance, en liaison avec le Centre Hospitalier de Bayonne et les autres acteurs de santé. Les coûts d'accueil sont uniformisés entre tous les clubs et la prise en charge financière assurée par l'association grâce à différents partenaires publics et privés pendant une durée minimum de trois mois. L'association assure également la formation des éducateurs sportifs des clubs.

www.cotebasquesportsante.fr

Contact : cotebasquesportsante@gmail.com

Nicolas Guillet - 06 17 06 67 56

E. CDOS Alpes-Maritimes : activité sport santé en milieu rural

Création de nouvelles activités sport-santé autour d'un club à partir d'une initiative conjointe du CDOS 06 et d'une petite commune (Ascros, 564 habitants)

Le CDOS 06, porteur de ce concept innovant, souhaite à travers celui-ci créer et pérenniser de nouvelles associations sportives dans les communes rurales, développer le sport-santé bien-être en direction des seniors et implanter dans la commune un parcours de disc golf. L'initiative a permis à 24 seniors de bénéficier d'un programme d'activité physique adapté et de créer un playground de basket.

evenements/le-sport-est-dans-le-pre/

Contact : alpesmaritimes@franceolympique.com

Philippe Manassero - 06 08 06 50 85

F. Association Sportive Montferrandaise (ASM) : structuration d'un pôle Sport-Santé Vitalité

Création en 2010 d'un pôle Sport-Santé Vitalité afin de promouvoir et déployer des activités physiques et sportives adaptées à tous les publics pour la prévention de la santé.

www.asm-omnisports.com

Contact : jfinaud@asm-omnisports.com

Julien FINAUD - 06 13 15 24 51

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET LUTTER CONTRE LA SÉDENTARITÉ DES AGENTS TERRITORIAUX

Améliorer le bien-être et la cohésion de l'équipe

ACTION

Vous souhaitez améliorer le bien-être au travail et la cohésion d'équipe des agents de votre collectivité territoriale ?

Un programme intégrant à la fois des actions pour interrompre les périodes en position assise et un environnement favorisant la pratique d'activité physique sera efficace pour améliorer la qualité de vie au travail. En plus des bénéfices santé qualité de vie concernant les agents, les études montrent que ce type de dispositif a un impact positif sur la productivité et diminue l'absentéisme.

Les avantages de cette action sont multiples et profitent à tous les acteurs concernés :

- Pour les salariés : amélioration du niveau d'activité physique, de la condition physique, du bien-être au travail, diminution des comportements sédentaires, des douleurs et des troubles musculosquelettiques, des arrêts maladie et des accidents de travail, amélioration de la qualité de sommeil et de la concentration.
- Pour la collectivité territoriale : baisse de l'absentéisme pour maladie, réduction du turn-over, augmentation de la productivité, de l'attractivité, de la cohésion.

OBJECTIFS ET PUBLIC CIBLE

Objectifs :

- Sensibiliser un maximum de salariés de la collectivité à l'importance de la pratique régulière d'une activité physique et aux impacts des comportements sédentaires.
- Améliorer leur bien-être au travail et leur santé globale.
- Développer la convivialité et la cohésion des équipes.
- Diminuer l'absentéisme et les maladies professionnelles.
- Augmenter la productivité des salariés.
- Faire connaître l'offre de pratique d'activités physiques et sportives existantes.

Public-cible :

- Ensemble des agents travaillant dans une collectivité territoriale, avec un regard particulier pour les salariés les plus éloignés de la pratique d'activité physique, les plus sédentaires, et ayant des spécificités (malades chroniques, personnes en surpoids, femmes enceintes, seniors, salariés en situation de handicap, etc.).

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET LES MOYENS NÉCESSAIRES

1. Obtenir le soutien et l'implication des élus.

2. Créer un comité de pilotage incluant différents services de la collectivité (en charge des ressources humaines, des transports, de l'activité physique, de la communication, etc.), le pôle de santé au travail du centre de gestion de la fonction publique territoriale, des représentants du personnel, éventuellement des salariés volontaires qui en seront les ambassadeurs et les relais.

3. Effectuer un diagnostic (enquête, entretiens...) pour identifier les enjeux, les attentes, les besoins des salariés et les contraintes (organisation du travail, logistique, budget, etc.).

4. Trouver les modalités d'actions les plus adaptées (type d'action, horaires, fréquence, etc.) afin de mettre en place un programme d'actions structuré, diversifié et adapté aux profils des salariés.

5. Communiquer sur les actions auprès des salariés : enjeux, intérêts pour eux, modalités de mise en œuvre.

6. Évaluer les actions et les adapter si nécessaire, notamment pour toucher les agents les plus éloignés de la pratique d'activités physiques.

7. Pérenniser les actions.

8. Communiquer sur les **bonnes pratiques** et les **facteurs de réussite**.

Dans la mesure du possible, un programme complet devrait intégrer l'ensemble de ces actions pour gagner en efficacité :

- **Une offre d'activités physiques et sportives diversifiée :** cours collectifs ou individualisés, initiations à certaines pratiques, mise en place d'activités de loisirs actives (ex : jardinage), éveil musculaire. Le libre-choix de participation doit être respecté. L'offre peut être proposée en dehors du temps de travail, ou sur le temps de travail (ex : éveil musculaire).

- **La création d'un environnement favorable** à la pratique d'activités physiques et sportives (ou un mix des 2) : accès à des douches/vestiaires, mise à disposition des espaces de pratique, flexibilité des horaires de travail, achat d'une flotte vélo pour les déplacements professionnels, négociation de tarifs avec des salles de sport privées ou des associations, mise en place du forfait mobilité durable pour favoriser les déplacements domicile-travail actifs, aménagement des escaliers, aménagement d'un parc à vélos sécurisé, etc.
- **La communication/la sensibilisation :** offre proposée, réunions d'information sur l'activité physique et la sédentarité, affiches d'incitation (ex : pour utiliser les escaliers), défis sportifs ou concernant les mobilités actives, défis actifs.
- **La lutte contre les comportements sédentaires** pour les salariés travaillant majoritairement dans un bureau : introduction de pauses actives pour interrompre les périodes passées assises et réaliser de petits exercices physiques pendant quelques minutes, incitation à se déplacer au sein des locaux, à prendre les escaliers, modification du poste de travail (swiss-ball, vélo bureau, pédaliers).

Combinaisons possibles :

Cette démarche peut être conjuguée à d'autres actions de prévention au travail, notamment en lien avec un ergonome (postures à adopter pour un travail de bureau ou pour un travail nécessitant des déplacements fréquents en voiture, manipulation de charges lourdes...) et un médecin du travail.

BUDGET

Coûts :

Pratique encadrée d'activités physiques et/ou sportives :

- L'intervention d'un professionnel de l'activité physique varie de 35 à 50 euros l'heure.

Pratique libre d'activités sportives ou de loisirs :

- Faibles coûts essentiellement liés au matériel. La qualité et les bénéfices de l'action peuvent néanmoins être moins importants (activités moins adaptées, motivation plus faible sur le long court, risque de blessures plus élevé).

Postes de travail adaptés :

- À partir de 20 euros pour un swiss-ball.
- 25 euros pour un pédalier.
- À partir de 400 euros pour un vélo-bureau ou un tapis-roulant avec bureau intégré et bureau position debout.

Dépenses de communication selon l'ampleur de l'action ; **un accompagnement (conseils, suivi, évaluation) peut être confié à un prestataire si besoin.**

Hors de ces investissements, les coûts restent limités :

- La création d'un environnement favorable à la pratique d'activité physique comme l'accès à des douches/vestiaires, la mise à disposition d'espaces de pratique, la flexibilité des horaires de travail relève souvent de stratégies de management et de l'organisation.
- L'introduction de pauses actives régulières pour interrompre les périodes passées en position assise et l'incitation à se déplacer au sein des locaux (imprimante au bout du couloir par exemple) relèvent surtout de stratégies de management et de communication.
- Des programmes informatiques incitant les salariés ayant un travail de bureau à s'essayer à la station debout plutôt qu'assise.

Financeurs potentiels :

- Communes et communautés de communes.
- Mutuelles dédiées aux agents territoriaux.
- Partage des coûts avec les salariés, soit directement, soit par contribution du comité social et économique ou d'autres institutions représentatives des salariés.

PARTENARIATS POSSIBLES

La démarche est orchestrée par une collectivité territoriale, notamment en lien avec le **tissu associatif local** et **éventuellement les entreprises locales :**

- Instances représentatives des salariés.
- Fédérations sportives, notamment la Fédération française du sport d'entreprise.
- Associations locales spécialisées dans le domaine de l'activité physique et sportive.
- Professionnels de l'activité physique indépendants.

- Réseaux des Maisons sport-santé.
- Pôle de santé au travail du centre de gestion de la fonction publique territoriale.
- Entreprises (mutualisation de moyens humains et des espaces).
- Sociétés spécialisées dans l'accompagnement autour de l'activité physique en milieu professionnel.
- Les Comités Départementaux et Régionaux Olympiques et Sportifs.

BONNES PRATIQUES

Ville de Nancy (Centre communal d'action sociale)

Programme d'activités physiques auprès des agents de la collectivité, en partenariat avec la Fédération française de sport en entreprise. Parmi les bonnes pratiques : mutualisation des moyens avec d'autres structures professionnelles, adaptation des horaires de travail, adaptation des actions et approche inclusive pour toucher différents types d'agents, appui sur des relai au sein des services.

Témoignage dans ce replay (à partir de 3h19) : <https://www.besport.com/event/5881291>

Ville de Poissy

Plusieurs activités physiques et sportives sur différents créneaux, encadrées par des professionnels du sport salariés de la ville, proposées aux agents territoriaux sur leur temps de travail (en plus du temps de pause méridienne).

<http://emag.sportmag.fr/sport-fit-116/le-sport-mene-au-bien-etre-a-poissy>

<https://fr.calameo.com/read/002274607732160f1199a>

Ville de Suresnes

Dispositif « Osons le sport au travail » : dispositif proposant des activités sportives et culturelles durant le temps de travail, en plus des activités physiques et sportives déjà proposées aux agents en dehors de leur temps de travail. Les activités inscrites dans un plan de formation.

http://www.espacedatapresse.com/fil_datapresse/consultation_cp.jsp?idcp=2850745

<https://www.leparisien.fr/hauts-de-seine-92/a-suresnes-des-formations-cirque-ou-aquagym-pour-les-agents-municipaux-08-04-2019-8048964.php>

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

L'évaluation peut être réalisée à travers un recueil d'informations qualitatif (entretiens, réunions de groupe, observation) ou quantitatif (questionnaires, tests de condition physique, etc.).

Évaluation de résultats :

- Les moyens financiers, humains et matériels sont-ils adaptés ?
- A-t-on atteint le nombre attendu de bénéficiaires pour chaque action, y compris sur la durée ?
- Quels sont les bénéficiaires des actions ? Parvient-on à toucher les publics les plus éloignés de la pratique d'activité physique et pas uniquement les plus sportifs ?
- Les modalités sont-elles adaptées (horaires, coût, matériel, intervenants, organisation du travail...) ?
- Les actions répondent-elles aux attentes des bénéficiaires ? Quels sont les niveaux de satisfaction, les leviers et les freins ?

Évaluation d'impacts :

- Prise de conscience des enjeux sur l'activité physique et la sédentarité.
- Modification des comportements (hausse du niveau d'activité physique, moins de temps passé assis...). Les questionnaires doivent être réalisés avant et après la mise en place du programme.
- Impacts sur la condition physique (tests avant/après la mise en place du programme).
- Impacts sur la santé générale, le bien-être, l'estime de soi, etc. Les questionnaires doivent être réalisés avant et après la mise en place du programme.
- Impacts sur des indicateurs liés aux ressources humaines (absentéisme, turn-over, accidents du travail, productivité, ambiance au travail).

RESSOURCES UTILES

Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité, 2017. La promotion et la mise en œuvre de programmes d'activité physique et de lutte contre la sédentarité en milieu professionnel.

http://www.onaps.fr/data/documents/Onaps_AP_et_sedentarite_en_milieu_professionnel.pdf

Fédération française du sport d'entreprise

<https://ffse.fr/>
<https://ffse.fr/wp-content/uploads/2019/10/Offre-intra-entreprise.pdf>

Stratégie Nationale Sport Santé : <https://www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/sport-sante-bien-etre/Plan-national-sport-sante-et-bien-etre/>



© Thomas Barwick/Getty Images

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE, LEVIER D'INSERTION SOCIALE

Favoriser l'insertion socio-professionnelle



Luis Alvarez/Getty Images

ACTION

Vous cherchez un moyen pour accompagner des publics fragiles dans leur développement physique, social et psychologique ?

Utilisez l'activité physique et sportive comme outil de lien social et d'insertion ! L'activité physique et sportive a sa place dans toutes les politiques d'inclusion.

Composante incontournable des actions menées par les opérateurs intervenants dans le champ social, elle permet notamment de :

- Lutter contre l'isolement.
- Maintenir l'autonomie des seniors.
- Aider à l'insertion socio-professionnelle.

La pratique d'une activité physique adaptée contribue à répondre aux besoins spécifiques des personnes en situation d'exclusion sociale, qu'il s'agisse d'améliorer leur santé, de retisser le lien avec les autres, ou de retrouver une place dans la société.

Elle participe à limiter et même inverser le processus de mise à l'écart, de rupture ou de marginalisation qui touche 8 millions de Français : SDF, handicapés, chômeurs de longue durée, mal logés, malades chroniques, personnes âgées...

OBJECTIFS ET PUBLICS CIBLES

Objectifs :

- Un objectif social : les activités physiques et sportives sont des vecteurs de lien social et des facteurs clés d'intégration (égalité des chances, mixité...). Ce sont des moyens d'apprentissage par soi-même (hygiène de vie, dépassement de soi, confiance et estime de soi...). Les règles qui encadrent l'activité physique sont applicables dans la relation avec les autres (esprit d'équipe, respect des règles...) et transposables dans tous les domaines de la vie.
- Un objectif sanitaire : contribution à une meilleure santé physique et mentale.

Publics-cibles :

- Seniors isolés et/ou personnes en perte d'autonomie
- Chômeurs de longue durée
- SDF et mal-logés
- Personnes en situation de handicap
- Malades chroniques et public en situation d'addiction
- Réinsertion post-carcérale
- Personnes fragiles des QPV (quartier prioritaire de la politique de la ville)
- Jeunes en difficulté (décrochage scolaire, harcèlement...)



MISE EN PLACE ET MOYENS NECESSAIRES

La mise en œuvre d'un programme d'activité physique et sportive, afin de lutter contre des situations d'exclusion sociale, se déroule idéalement en deux temps :

- Mise en place d'ateliers dédiés aux personnes en situation d'exclusion sociale afin de remobiliser leurs aptitudes, de renforcer leurs compétences et capacités, notamment d'adaptation. L'activité physique et sportive adaptée permet d'augmenter l'estime de soi et la confiance.

- Orientation vers une association sportive ou de loisirs, afin de favoriser l'inclusion des participants, de réduire les frontières sociales et de les engager vers une pratique durable. L'activité physique et sportive est alors utilisée pour faciliter la communication et créer du lien social.

À noter que l'ensemble des actions d'inclusion sociale nécessite la mise en place d'une équipe pluridisciplinaire, dotée de compétences spécifiques.

COÛTS ET FINANCEMENTS

En fonction du public-cible, les financements possibles de cette action sont les suivants :

- Conseil départemental
- Conférence des financeurs de la perte d'autonomie

- Appels à projet de fondations
- Agence Régionale de Santé (ARS)
- Complémentaires santé

CONSORTIUM POSSIBLE

C'est une démarche transversale orchestrée par les collectivités territoriales qui engage de nombreux acteurs publics, privés, associatifs :

- Municipalités et intercommunalités
- Conseil régional
- Conseil départemental
- Ateliers santé ville

- Structures sociales et médicosociales (Maisons Sport Santé, CIAS, CCAS, Samu social, Centres d'hébergement d'urgence, IME, ESMS...)
- Etablissements de soins
- Services déconcentrés de l'Etat
- Pôle Emploi
- Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie

EXEMPLES DE PROJETS

A. Samu Social de Paris/UFOLEP

Description : Lancé en 2018, le programme « Bouger à l'hôtel » propose des ateliers d'activité physique et sportive à destination des femmes hébergées à l'hôtel social afin de lutter contre l'obésité, l'insécurité alimentaire et les risques de dépression qui touchent les personnes, et plus particulièrement les mères vivant dans ces lieux d'hébergement.

Outils et Ressources : <https://www.samusocial.paris/mieux-vivre-lhotel>

Contact : <https://www.samusocial.paris/>

B. Action Prévention Sport

Description : L'Espace Dynamique d'Insertion (EDI) vise à proposer des dispositifs d'accompagnement et de formation aux personnes en difficulté qui s'engagent dans une démarche d'insertion ou de réinsertion sociale et professionnelle. Ce programme permet d'accueillir des jeunes de 16 à 25 ans.

Outils et Ressources : <https://www.actionpreventionsport.fr/>

Contact : aps@actionpreventionsport.fr
01 48 85 08 32

C. Azur Sport Santé

Description : Projet « Activ'Attitude » de remobilisation par l'activité physique et sportive mené avec Pôle emploi à Nice, à destination des femmes en chômage de longue durée des Quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV).

Outils et Ressources : <https://azursportsante.fr/>

Contact : contact@azursportsante.fr
- 09 87 19 79 14

D. Côte Basque Sport Santé

Description : Programme « Pass'Sport Santé » de sensibilisation et d'accompagnement à la reprise de l'activité physique et sportive visant les personnes précaires et/ou en situation de réinsertion sociale et professionnelle.

Outils et Ressources : www.cotebasquesportsante.fr

Contact : cotebasquesportsante@gmail.com
- 06 17 06 67 56

E. Dispositif « Tremplin » CDOS 81

Description : Le dispositif Tremplin (CDOS81), mis en place à Mazamet, Albi, Gaillac et Castres, permet d'accompagner des populations vulnérables (usagers de Centres d'Hébergement et de Réinsertion Sociale, usagers de Centres d'Accueil pour Demandeurs d'Asile, adhérents d'associations d'insertion sociale, bénéficiaires

du RSA en situation d'handicap psychique, souffrant d'addictions, familles monoparentales ou ayant un problème de santé) vers une pratique d'activité physique et sportive autonome ou en club.

F. Nancy

Description : une action portée par le Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogue (CAARUD), ayant pour objectif de développer la pratique d'APS, de contribuer au renforcement de l'estime de soi et de la confiance en soi des usagers de drogue.

G. Maison Sport-Santé Fondation Edith Seltzer

Dispositif sport-santé « primo arrivants » à destination d'un public étranger issu de l'Union Européenne (primo arrivant en situation régulière).

Contact : direction@fondationseltzer.fr
- 04 92 25 31 52

H. Maison Sport-Santé de Villeurbanne

« En forme dans mon quartier » est un ensemble d'activités physiques gratuites, accessibles à toutes et tous, et organisées depuis 2016 dans l'espace public proche de chez soi.

Contact : simon.movermann@mairie-villeurbanne.fr
- 04 78 03 67 67

CRITÈRES D'EVALUATION

- Nombre de créneaux proposés.
- Nombre de participants à chaque séance par catégorie d'âge.
- Satisfaction des participants.

RESSOURCES UTILES

- Ministère des Sports : Insertion sociale et éducation par le sport
- Ministère des Solidarités et de la Santé / Ministère des Sports : Stratégie Nationale Sport Santé 2019-2024

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



SPORT ET EMPLOI : LE RECOURS AU JOB-DATING

Lancer une démarche innovante

ACTION

Le sport est un outil efficace pour permettre à certains publics éloignés de l'emploi de reprendre confiance et de mobiliser leurs compétences dans un contexte ludique, différent de celui des entretiens classiques. Utilisé dans le cadre de journées de job datings organisées par des collectivités, il a démontré d'excellents résultats, avec plus de 1 000 demandeurs d'emploi accompagnés.

Depuis 2019, le programme « du stade vers l'emploi » est développé dans le cadre d'une collaboration entre le mouvement sportif (Fédération Française d'Athlétisme), Pôle-Emploi, les entreprises du territoire, la collectivité organisatrice et les demandeurs d'emploi.

Ces journées comprennent :

- Une matinée d'activités sportives (en équipes, mixant anonymement recruteurs et recrutés),
- Un déjeuner en commun convivial,
- Une après-midi d'entretiens de recrutement.

Les exercices physiques et sportifs facilitent la mise en mouvement et mettent en valeur des savoir-être recherchés. Ce processus de recrutement différent et novateur se révèle très efficace (50% de mise à l'emploi).

OBJECTIFS

- Favoriser l'insertion professionnelle de demandeurs d'emploi grâce au sport et à une méthodologie innovante,
- Faire du sport un tremplin vers l'emploi et un outil de satisfaction des besoins des entreprises,
- Mobiliser les demandeurs d'emplois autour d'une action collective de pratique sportive et de préparation à la recherche d'emploi,
- Identifier leurs atouts, compétences et les mettre en valeur.



MODALITÉS D'ORGANISATION

Le succès des jobs datings repose sur une dynamique partenariale entre l'ensemble des acteurs.

Par exemple, dans le cadre d'une opération du stade vers l'emploi mobilisant 100 demandeurs d'emploi et 15 à 20 entreprises, l'organisation se déroule comme suit :

La collectivité organise et prend en charge :

- La mise à disposition des infrastructures d'un stade (piste d'athlétisme ou terrain de foot...) et/ou Salle omnisports (80m x 40m), en prévoyant une solution en cas d'intempéries,
- La mise en valeur de l'événement.

Le club organise et prend en charge :

- La mise à disposition des animateurs qui prennent en charge l'échauffement/les ateliers,
- La mise en place technique de la journée, l'assurance,
- La restauration,
- La venue de l'éducateur / responsable de l'opération.

Le Pôle emploi prépare et organise :

- Sélection et préparation des demandeurs d'emploi (80 à 100 personnes),
- Recherche des entreprises (15 à 20 personnes),
- Communication événement,
- La coordination de la journée.

La Fédération Française d'Athlétisme prépare et organise :

- La venue du chef de projet / responsable de l'opération,
- La restauration (midi),
- La mise en place technique de la journée,
- La mise en place du service médical.

BUDGET

Le coût global d'une telle opération est de l'ordre de 10 000 Euros (hors Outre-mer)

Le budget comprend :

- La restauration pour 150 personnes,
- Le service médical,
- Les déplacements du chef de projet,
- Les éducateurs,
- Les structures sportives.

Certains coûts peuvent être valorisés en échange, comme l'utilisation des structures sportives.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Pôle Emploi,
- Agence d'intérim,
- Entreprises locales,
- Les Fondations.

BONNES PRATIQUES

Fédération Française d'Athlétisme : Du stade à l'Emploi

Contact : Philippe LAMBLIN - 06 82 58 28 28 ou p.lamblin@yahoo.com

RESSOURCES UTILES

Programme indicatif :

- 8h00 : Arrivée des bénévoles (club) et des conseillers Pole Emploi (installation) + Signature attestation bénévoles
- 8h45 : Briefing des bénévoles sur les ateliers
- 9h00 : Accueil des participants par Pole-emploi, remise des dossards + café
- 10h00 : Briefing des participants / Echauffement doux en équipe
- 10h20 : Début des épreuves
- 12h00 : Repas
- 13h30 : Lancement du Job Dating
- 15h30 / 16h00 : Fin du Job Dating, rangement

Les épreuves sportives sont adaptées. Il ne s'agit pas d'une compétition, donc nul besoin de certificat médical. Un échauffement en équipe est organisé pour chacun des ateliers.

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



**LE MAIRE
ET L'ACTION
EN FAVEUR
DES PUBLICS
SPÉCIFIQUES**

**FICHES ACTION
TERRE DE JEUX 2024**

LES DISPOSITIFS SPORT-SANTÉ À DESTINATION DES PUBLICS SPÉCIFIQUES

Construire une nouvelle offre



Georgijevic/Getty images

ACTION

Vous souhaitez concevoir, mettre en œuvre et suivre un dispositif sport-santé à destination de publics dit spécifiques, pour lesquels il n'existe pas ou peu d'offre de pratique sportive (jeunes enfants, femmes enceintes ou en post partum, personnes âgées, personnes en situation de handicap et personnes atteintes d'une maladie chronique) ? **C'est possible, en vous appuyant sur les recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).**

Les publics « spécifiques » n'ont pas ou pu la possibilité de pratiquer une activité physique et sportive adaptée à leurs capacités et besoins. L'OMS rappelle que tout le monde a intérêt à être plus actif, et moins sédentaire. Ces nouvelles recommandations, récemment publiées, préconisent d'encourager la pratique d'une activité physique et sportive adaptée aux possibilités et capacités de chaque public.

OBJECTIFS

- Construire et proposer une offre sport-santé à destination de publics pour lesquels elle est souvent inexistante.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

1. Identifier l'offre de pratique sport-santé existante, les acteurs clés et les politiques importantes conduites sur le territoire (cf fiche « diagnostic territorial de sport-santé »),
2. Cibler un ou des publics spécifiques qui ne disposent pas d'une offre sport-santé sur votre territoire,
3. Construire et rendre lisible une offre sport-santé de qualité, en lien avec les acteurs identifiés lors de la première étape,
4. Communiquer sur le dispositif (réseaux sociaux, flyers, relais avec les Maisons Sport-Santé et tous les acteurs identifiés préalablement sur le territoire...),
5. Suivre et évaluer le dispositif au travers d'indicateurs,
6. Réadapter le dispositif en fonction du suivi et de l'évaluation.



BUDGET

Coûts :

Le coût varie selon l'ampleur du dispositif, les ressources humaines sollicitées, le type de public, le nombre de personnes accueillies en fonction de leur capacité physique :

- Coût moyen d'un intervenant dispensant une séance d'activité physique adaptée d'une heure : entre 35 et 50 € (en incluant le temps pédagogique de préparation).

Co-financements possibles :

- Collectivités territoriales (Conseil Régional, Conseil Départemental, intercommunalité etc.),
- Agence Régionale de Santé (contrat local santé, appels à projet, etc.),
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie (actions pilotes décidées par le conseil d'administration de la Caisse départementale),
- Direction Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES),
- Conférence des financeurs,
- CAF,
- Mutuelles.

PARTENARIATS POSSIBLES

Secteur du sport :

- Services déconcentrés chargés du sport (DDRAJES – SDJES),
- Mouvement sportif (CROS / CDOS), associations sportives fédérales, associations œuvrant dans le sport-santé etc.),
- Structures sportives commerciales.

Secteur de la santé :

- Agence Régionale de Santé,
- Communautés Professionnelles Territoriales de Santé (CPTS),
- Établissements de santé,
- Établissements médico-sociaux,
- Professionnels de santé et paramédicaux,
- Associations de patients.

Intersectoriels :

- Maisons Sport-Santé,
- Réseaux Sport-Santé Bien-Être,
- Centres médico-sportifs,
- Autres collectivités territoriales.

Secteur éducatif :

- Écoles maternelles.

Autres :

- CCAS,
- Tous les autres acteurs clés en lien avec le public ciblé,
- PMI.

BONNES PRATIQUES

A. Ministère des Sports – Guide pour la pratique pendant la grossesse et après l'accouchement

Réalisation d'un guide pratique à destination des femmes et de leur entourage pour une pratique d'APS pendant la grossesse et après l'accouchement.
[guide-apsetmaternite.pdf](#)

B. Romilly-sur-Seine (10) : dispositif " bébés-sport "

Activité proposant une approche ludique du sport et permettant aux parents d'orienter leurs jeunes enfants (3 à 6 ans) vers des disciplines sportives choisies et déjà découvertes.
<https://www.ville-romilly-sur-seine.fr/sport>
Contact : 03 25 21 88 78.

C. Nice : activité physique adaptée

Organisation d'activités physiques et sportives adaptées aux spécificités de chaque usager et encadrées par des professionnels des Activités Physiques Adaptées.
[NICE-activites-sportives-adaptees](#)
Cellule Sport Handicap et Santé de la Ville de Nice : 04 97 13 31 31.

D. Briançon : programmes à destination des seniors et des personnes atteintes de maladies chroniques

Programmes « sport-santé senior » et « sport-santé maladies chroniques » proposés par la fondation Edith Seltzer. Ces programmes ont pour objectifs de reprendre et de maintenir une activité physique adaptée dans un cadre sécurisant, tout en partageant des moments conviviaux.
www.fondationseltzer.fr
Contact Maison Sport-Santé : 04 92 25 58 31 sport-sante@fondationseltzer.fr



RESSOURCES UTILES

Lignes directrices de l’OMS sur l’activité physique et la sédentarité

Formations des professionnels de l’activité physique et sportive :

- Formations du ministère chargé des Sports,
- Formations universitaires,
- Formations fédérales.

Sensibilisation et aide à la prescription d’une APA :

- Haute Autorité de Santé, guide de promotion, consultation et prescription médicale d’activité physique et sportive pour la santé chez les adultes,
- CNOSF, le Médicosport-santé,
- Mooc « Prescrire le Sport Santé sur ordonnance »,
- Informations sur le site du Pôle Ressources National Sport-Santé – Bien-Être du ministère chargé des Sports.

Déclinaison régionale de la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024

Rapport de l’Observatoire Nationale de l’Activité - Physique et de la Sédentarité et du Pôle Ressources National Sport-Santé – Bien-Être du Ministère chargé des Sports

Physique et de la Sédentarité et du Pôle Ressources National Sport-Santé – Bien-Être du Ministère chargé des Sports : L’activité physique sur prescription en France : Etat des lieux en 2019.

Rapport de l’Observatoire Nationale de l’Activité Physique et de la Sédentarité : état des lieux de l’activité physique et de la sédentarité en France – personnes avançant en âge (édition 2018).

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l’expertise du Ministère chargé des Sports et de l’ONAPS



INITIATION OU REMISE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LES SENIORS ISOLÉS

Permettre une pratique régulière et durable



© skynesher/Getty Images

ACTION

Vous cherchez une réponse peu coûteuse et adaptée, à l'échelle de votre commune ou d'un quartier, pour prévenir la dépendance des personnes âgées isolées et favoriser leur autonomie ?

De nombreuses actions simples à mettre en œuvre permettent de proposer aux seniors une reprise de l'activité physique, en leur permettant de retrouver une pratique régulière et durable.

Le dispositif type consiste à proposer de façon gratuite ou très accessible une activité physique collective encadrée, 1 ou 2 fois par semaine soit en initiation (pendant une durée suffisante pour que la personne en tire un bénéfice physique social et/ou mental et ait envie de poursuivre), soit à l'année.

Pour s'approcher autant que possible des recommandations d'activité physique préconisées par l'OMS, il est idéalement conseillé de proposer deux séances par semaine, contenant à la fois des exercices d'endurance, de renforcement et de mobilisation musculaire et articulaire.

Dans le cas d'une initiation (de quelques séances à 3 mois), une proposition de poursuite d'activité physique, autonome ou encadrée doit être proposée à l'issue de l'initiation.

OBJECTIFS

- Sensibiliser, initier ou remettre les personnes âgées à la pratique d'activités physiques et sportives régulières,
- Favoriser le bien-être des seniors,
- Maintenir voire améliorer la santé des personnes âgées,
- Prévenir la dépendance et favoriser le maintien à domicile,
- Renforcer le lien social et rompre l'isolement.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

1. Recruter un ou plusieurs éducateurs diplômés (professeur d'activités physiques adaptées, coach sportif, éducateur formé), qu'ils soient salariés d'associations, faire partie de groupements d'employeurs, ou employés de la ville,
2. Identifier les sites de pratique en fonction de la facilité d'accès,
3. Réserver une salle auprès de la municipalité pour chaque séance en cas de conditions météorologiques défavorables,
4. Communiquer en direction du public cible.

BUDGET

Le coût des actions est variable selon la fréquence des actions menées :

- Intervention d'un éducateur sportif : 35 à 50 euros l'heure par éducateur, c'est-à-dire 1 200 à 1 700 euros pour une séance par semaine (hors vacances scolaires) sur une année,
- Achat de matériel, par exemple : bâtons nordiques, matériel de gymnastique douce (élastiques, médecine ball, haltères...),
- Gratuité ou faible coût de l'action pour les personnes âgées.

PARTENARIATS POSSIBLES

- Comité Départemental des Offices Municipaux des Sports (CDOMS),
- Coordonnateur territorial de santé,
- Centre local d'information et de coordination en gérontologie (CLIC),
- Assistantes sociales Carsat,
- Associations d'aide à domicile,
- Communautés de Communes et/ou communes (Centre communal d'action social),
- Associations disposants d'éducateurs formés.

CRITÈRES DE QUALITÉ DE LA DÉMARCHE

- Recours à un dispositif contenant le moins de contraintes possibles, facilement reproductible et comportant une dimension conviviale,
- Choix d'une activité physique demandant le moins de matériel et d'aménagement spécifique possibles, en privilégiant des activités extérieures accessibles à tous, par exemple : marche nordique, randonnée, circuits d'exercices,
- Envisager une solution pour les participants qui n'ont pas de moyen de locomotion (ex : les faire véhiculer par le ou les animateurs ou un personnel de la commune, organiser un système de co-voiturage...),
- Prévoir un moment de convivialité, soit lors de chaque séance (mettre à disposition une salle de la municipalité) soit de façon plus ponctuelle (pique-nique lors d'une sortie, événement de fin de programme...),
- Prévoir une alternative en salle (exercices de renforcement, mobilisation musculaire et articulaire) si les conditions météorologiques empêchent une pratique extérieure.

BONNES PRATIQUES

A. Auvergne Rhône-Alpes : Marchons dans nos campagnes

Séance de marche encadrée et au rythme des bénéficiaires, organisée 1 fois par semaine toute l'année, avec mise à disposition d'une salle municipale pour des moments conviviaux et lorsque les conditions météorologiques sont défavorables, et véhiculage des participants par l'animateur sportif.

L'action est déclinée dans les départements suivants : Puy-de-Dôme, Allier, Cantal, Haute-Loire, et Isère.

Variante avec l'action « Redansons dans nos campagnes », qui a pour objectif de faire danser de façon pédagogique et sans danger les bénéficiaires âgés de 60 ans et plus, au profil sédentaire, isolés et en perte d'autonomie, à travers des séances hebdomadaires d'une heure.

Contact :

- Comité régional des offices municipaux des sports d'Auvergne-Rhône-Alpes : croms.aura@gmail.com
Tel. 04 73 35 15 53

B. Briançon : Programme sport santé Senior

Programme sport santé avec diagnostic initial et final, 4 séances collectives d'activités physiques adaptées, 3 ateliers nutrition, puis 2 séances passerelles dans une association sportive et un soutien ou réorientation.

Contact :

- Vincent KIEFFER, Fondation Edith Seltzer :
sportsante@fondationseltzer.fr
Tel. 04 92 25 58 31

C. Nice : Programme Prévention Active Senior

Le dispositif Prévention Active Senior propose une offre gratuite d'un programme de 3 mois d'activité physique (2 séances encadrées + 1 en autonomie), suivie d'une pérennisation de l'offre.

Contact :

- David Fuente, Azur Sport Santé :
fuente@azursportsante.fr
Tel. 06 19 30 94 70

D. Mobil'Sport / Mobil'Forme

Le Mobil'Sport propose aux territoires ruraux une prestation sportive via une structure mobile, un fourgon contenant du matériel sportif et un éducateur sportif professionnel. Le Mobil'Sport vient dans votre commune et s'installe sur les places et les salles polyvalentes des villages.

<https://www.mobil sport.fr>

Contact :

- Johann Behr, Fédération nationale de sport en milieu rural : contact@mobilsport.fr
Tel. 04 26 62 41 10



MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

Les éducateurs font passer une série de questionnaires et de tests de condition physique validés scientifiquement, recueillis de manière non-nominative auprès des participants, au début et à la fin de l'action (une évaluation intermédiaire est possible). Une analyse de l'évolution est ensuite réalisée.

L'exemple de tests proposés sur l'action " Marchons dans nos campagnes " :

- Test « 6 minutes marche » : test validé permettant d'évaluer la condition physique, principalement les capacités cardio-respiratoires,
- Test « 30 secondes assis-debout » : test validé qui a pour objectif de mesurer la force des membres inférieurs et la capacité des muscles à se contracter

pour produire un mouvement, en réalisant le plus de flexions assis-debout possible pendant une période de 30 secondes,

- Qualité de vie des participants : profil de santé de Duke,
- Niveau d'activité physique et de sédentarité : IPAQ court,
- Estime de soi : échelle de Rosenberg,
- Motivation : l'échelle de motivation pour l'activité physique à des fins de santé (EMAPS),
- Questionnaire de satisfaction et de suivi.

D'autres questionnaires validés pour cette population existent et peuvent être utilisés.

RESSOURCES UTILES

Onaps – bulletin Debout l'Info ! n°8 – activité physique en milieu rural (présentation de Marchons dans nos campagnes et du dispositif Mobil'Sport) [onaps_bulletin_08.pdf](#)

1. Marchons dans nos campagnes :

- Présentation de l'action : [croms-aura.fr](#)
- Rapport d'évaluation de la deuxième année de fonctionnement : [marchons-dans-nos-campagnes](#)
- Boîte à outils pour l'évaluation [mobilite-et-transport](#)

2. Programme Sport Santé Senior :

[www.fondationseltzer.fr](#)

3. Mobil'Sport :

[www.mobil sport.fr](#)

4. Programme Prévention Active Senior :

[https://azursportsante.fr/initiatives/seniors/](#)

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



ACCESSIBILITÉ DE LA PRATIQUE POUR LE GRAND PUBLIC

Développer la pratique d'activité physique en milieu rural

ACTION

Votre territoire rural compte des villages isolés ?

Pour des raisons d'accessibilité géographique ou de manque d'équipements, les habitants ont des difficultés à pratiquer des activités physiques et sportives ? Plusieurs possibilités s'offrent à vous pour leur permettre de bouger !

Simple et efficace, deux actions, éventuellement complémentaires, peuvent être mises en œuvre :

- Déployer une structure itinérante, équipée et animée par un éducateur formé, qui va à la rencontre des publics de tous âges pour proposer de l'activité physique ou sportive (action 1),
- S'appuyer sur un club sportif ou un comité

Variantes possibles :

Intégrer la prescription d'activité physique et sportive en lien avec les réseaux de santé locaux et les professionnels de santé.

départemental existant dans une autre commune pour implanter l'activité, en utilisant vos équipements ou espaces naturels (action 2).

L'action a des avantages multiples, notamment :

- D'aller au-devant des publics isolés ou en incapacité à se déplacer,
- De développer la vie associative et sportive des territoires, là où l'offre de pratique d'activités physiques et sportives est réduite ou inexistante,
- De renforcer le lien social au sein du territoire, à travers des activités qui peuvent être intergénérationnelles.

Intégrer une approche pluriprofessionnelle globale autour des comportements favorables à la santé, avec par exemple un axe sur l'alimentation.

PUBLICS-CIBLES ET OBJECTIFS

Publics cibles :

- Toute personne isolée ou ayant une incapacité à se déplacer vers une structure proposant de l'activité physique et sportive (enfants, adolescents, adultes, seniors, personnes en situation de handicap...),
- Personnes qui, en raison de leur état de santé, ne peuvent pratiquer une activité physique ou sportive dans des conditions habituelles.

Objectifs :

- Sensibiliser, initier ou favoriser la remobilisation physique et sportive d'une population cible,
- Accompagner la population cible jusqu'à une pratique autonome et durable,
- Renforcer le lien social et rompre l'isolement des bénéficiaires,
- Développer l'attractivité territoriale des zones rurales, en incitant à la création de nouvelles associations ou au développement de celles déjà existantes.



ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

1. Constitution d'un groupe de travail composé d'élus communaux et des services concernés,
2. Diagnostic territorial sur l'offre d'activité sportive et sur les équipements (cf. fiche Diagnostic territorial du sport-santé),
3. Le cas échéant, choix de l'opérateur qui déploiera l'action : les éducateurs doivent être diplômés pour dispenser une activité physique et sportive (professeur d'activités physiques adaptées, coach sportif, éducateurs formés),
4. Organisation de parcours en mutualisant les déplacements autant que possible, en lien avec les communes voisines et l'opérateur,
5. Communication en direction du public cible, notamment via des relais locaux impliqués,
6. Formation d'acteurs « relais » au sein du public cible, pour dynamiser l'activité locale autour de l'activité physique et du maintien en bonne santé, en lien avec le tissu associatif local,
7. Evaluation des besoins et attentes des bénéficiaires du dispositif pour adapter le dispositif.

BUDGET

Coûts :

Afin de réduire les coûts, soyez attentifs à mutualiser les déplacements et l'organisation des ateliers (plusieurs interventions en direction de publics différents, dans une même journée et sur une même zone). A titre d'exemple, concernant l'action 1, une intervention d'1h30 nécessite environ 3h30 de travail, comprenant le temps de trajet, d'installation et de désinstallation du matériel.

La mise en place de l'action peut être confiée à un opérateur disposant d'un véhicule adapté (cf. partenariat possible et bonnes pratiques). Dans ce cas, les coûts comprennent :

- L'intervention d'un professionnel de l'activité physique (35 à 50 euros l'heure par éducateur),
- L'achat éventuel de matériel pour travailler l'équilibre, le renforcement musculaire, la souplesse (élastiques, médecine ball, haltères...), de vélos d'appartement,
- Des coûts liés à la communication autour de l'action.

Dans le cas contraire, il faut ajouter aux coûts l'aménagement d'un véhicule (camionnette, bus).

Concernant l'action 2, le coût sera à définir avec le club ou le comité sportif, et concernera principalement la rémunération de l'éducateur sportif et ses frais de déplacement.

Financeurs potentiels :

- Communes et communautés de communes,
- Conférences des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie,
- Futures Conférences des financeurs du sport,
- Conseil départemental,
- Conseil régional,
- Mutualité sociale agricole (MSA),
- Carsat,
- Fondations,
- Agence Nationale du Sport (ANS),
- Délégations régionales académiques à la jeunesse, à l'engagement et au sport (DRAJES).

PARTENARIATS POSSIBLES

La démarche est transversale et peut engager de nombreux acteurs. Elle peut être orchestrée par une collectivité territoriale, en lien avec un opérateur et le tissu associatif sportif local.

Pour la mise en place des actions :

- Fédération nationale du sport en milieu rural et Comités départementaux du sport en milieu rural,
- Associations œuvrant pour le sport santé disposant d'éducateurs formés,
- Offices Municipaux des Sports,
- Clubs et comités sportifs.

Pour le relai local auprès des habitants des zones rurales :

- Centres communaux d'action sociale (CCAS), centres sociaux,
- Coordonnateur territorial de santé,
- Centres locaux d'information et de coordination en gérontologie (CLIC),
- Associations locales (de retraités, de patients, de parents d'élèves...),
- Réseaux de santé, professionnels de santé.



Jacques/Getty Images

BONNES PRATIQUES

A. Mobil'Sport – Fédération nationale de sport en milieu rural

Site internet : www.mobilsport.fr

Initié en 2015 par le Comité Départemental du Sport en Milieu Rural Ardèche-Drôme (CDSMR 07/26), le dispositif compte aujourd'hui 10 véhicules en circulation, couvrant 16 territoires : Ardèche, Seine-Maritime, Hautes-Alpes, Provence-Alpes-Côte d'Azur, Pyrénées-Orientales, Drôme, Aisne, Haute-Garonne, Normandie, Auvergne. Certains dispositifs ont une action bi-départementale voire régionale.

En 2018/19, pour 8 camions en circulation, 830 animations ont été réalisées dans 115 villages, pour 1 678 heures d'encadrement. Le dispositif a permis de faire participer 13 620 personnes à des ateliers.

Le Mobil'Sport s'installe dans les espaces mis à disposition par les communes (espaces verts, places, salles des fêtes...) et propose une quarantaine d'activités physiques différentes.

A noter qu'une variante du dispositif inclut une dimension sur la prescription d'activité physique (le Mobil'Forme, en région PACA).

Johann Behr, Chargé de développement Mobil'Sport
contact@mobilsport.fr / 04 26 62 41 10

Arnaud Beinse, Agent de Développement Sportif, Mobil'Sport66

sportrural66@mobilsport.fr / 06 66 97 17 05 /
Page Facebook : @mobilsport66

B. APA Mobile – DK-PULSE

Service de sport-santé mis en place depuis 2019 par l'association DK Pulse, sous la forme d'un bus se déplaçant deux fois par semaine dans les communes reculées de l'agglomération de Dunkerque pour proposer des activités physiques encadrées.

Le bus peut prendre en charge 7 à 8 personnes. Il est aménagé avec du matériel - vélos d'appartement - pour travailler l'équilibre et le renforcement musculaire. Chaque séance dure une heure et le programme est adapté à chaque bénéficiaire.

A noter la mise en place, en lien avec un réseau de santé, d'un programme de prévention santé complet alliant atelier diététique, approche psychologique et activité physique destiné aux habitants des quartiers prioritaires.

Contact : dkpulse.nord@yahoo.fr

Page Facebook : Dk Pulse

C. Comité Drôme Ardèche de Handball

Le Comité Drôme Ardèche de Handball a initié une politique volontariste pour favoriser la pratique sportive des adultes et des enfants dans les zones rurales qui disposent d'une salle multisport, mais pas d'un club de handball. Le dispositif a pour ambition de :

- Faire émerger une nouvelle offre de pratique dans les territoires ruraux,
- S'impliquer directement dans la recherche d'acteurs locaux pour faire perdurer les embryons de clubs,
- Proposer un accompagnement dans la durée pour garantir la pérennité des clubs.

Le dispositif s'articule autour de la démarche suivante :

- Repérage des communes disposant d'un gymnase mais sans pratique du handball,
- Prise de contact avec les mairies ou Communautés de Communes pour les engager dans la démarche et obtenir des créneaux dans les lieux de pratique,
- Participation au forum des associations et communication sur le territoire,
- Rémunération d'un éducateur d'un club proche ou d'un indépendant disponible pour animer les premières séances,
- Mobilisation de parents dans l'encadrement et l'administration d'un futur club et appui administratif et en matériel pour le lancement de l'activité.

Contact : 5126000@ffhandball.net / 04 75 75 47 75

MÉTHODOLOGIE ET CRITÈRES D'ÉVALUATION

- Une série de questionnaires (qualité de vie, motivation, estime de soi, niveau d'activité physique) et de tests de condition physique validés scientifiquement peuvent être proposés aux bénéficiaires par les éducateurs au début et à la fin de l'action, de manière à évaluer l'évolution de ces paramètres,
- Nombre de bénéficiaires à chaque séance, nombre de bénéficiaires réguliers,
- Nombre de bénéficiaires intégrant en fin d'action une association proposant des activités physiques et sportives.

RESSOURCES UTILES

Onaps – bulletin Debout l'Info ! n°8 – activité physique en milieu rural (qui inclut une présentation du dispositif Mobil'Sport).

https://onaps.fr/wp-content/uploads/2021/04/onaps_bulletin_08.pdf

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



PRESCRIPTION D'APA PAR LE MÉDECIN ET STRUCTURATION D'UN DISPOSITIF TERRITORIAL SPORT-SANTÉ

Accompagner les personnes en perte d'autonomie



ACTION

Le dispositif d'activité physique adaptée sur prescription vise à orienter et à accompagner les personnes en perte d'autonomie, en situation de handicap, ou atteintes d'une maladie chronique/affection de longue durée vers une activité physique adaptée prescrite par le médecin.

Le « sport-santé » recouvre la pratique d'Activités Physiques ou Sportives (APS) qui contribuent au bien-être et à la santé du pratiquant, à la fois d'un point de vue physique, psychologique et social, conformément à la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé.

Le « sport-santé » regroupe ainsi :

- L'ensemble des APS qui ont pour principales finalités la santé et le bien-être des pratiquants (prévention primaire) ;
- Les Activités Physiques Adaptées (APA) qui ont pour but d'adopter un mode de vie actif, afin de réduire les facteurs de risques et les limitations fonctionnelles liées à une affection de longue durée (préventions secondaire et tertiaire).

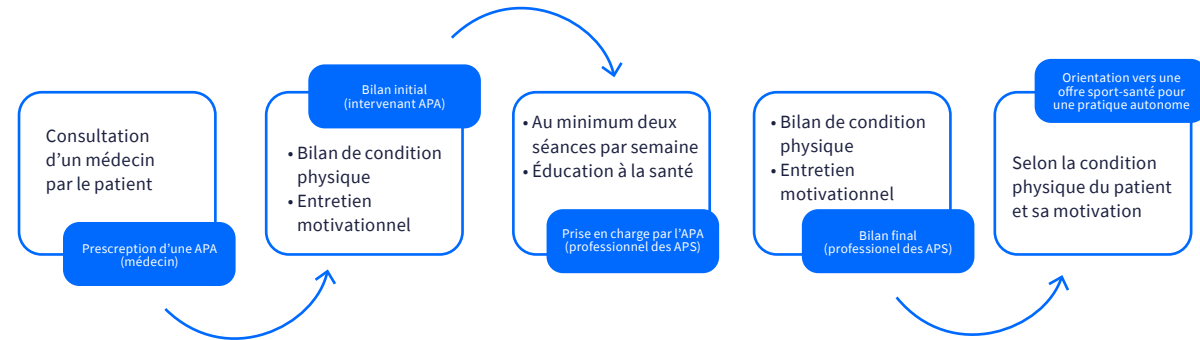
OBJECTIFS

- Faciliter la prescription d'une APA par les médecins.
- Structurer un parcours d'APA complet pour les patients/pratiquants (de l'entrée à la sortie du dispositif).
- Informer, conseiller et orienter les personnes en perte d'autonomie, en situation de handicap ou atteintes d'une maladie chronique ou d'une affection de longue durée vers une offre adaptée à leur état santé.
- Inciter et faciliter la pratique d'activité physique régulière, et dans la mesure du possible en autonomie.

ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

- Réaliser un diagnostic territorial pour identifier l'offre de pratique d'APA existante, les acteurs-clés et les politiques importantes sur le territoire (voir fiche Diagnostic Territorial).
- Établir et rendre lisible une offre APA de qualité pour encadrer et suivre les personnes entrées dans le dispositif (encadrement qualifié dans le domaine du sport-santé, nombre de personnes encadrées limitées).
- Informer et faire le lien notamment avec le secteur de la santé, ainsi que tous les acteurs-clés du territoire identifiés lors du diagnostic.

Structurer le parcours d'APA :



Exemple schématisé d'un dispositif territorial sport-santé. Ce dispositif est à adapter en fonction du contexte territorial.

- Communiquer sur le dispositif (réseaux sociaux, flyers, relais avec les MSS et tous les acteurs identifiés préalablement sur le territoire...).
- Suivre et évaluer le dispositif à travers des indicateurs (nombre de médecins prescripteurs, nombre de bilans initiaux réalisés, nombre de personnes lors de chaque séance, nombre de bilans finaux réalisés, nombre de personnes orientées à l'issue du dispositif vers une structure sport-santé partenaire du dispositif).
- Réadapter le dispositif en fonction du suivi et de l'évaluation.

BUDGET

Coûts

Le coût varie selon l'ampleur du dispositif.

Dans le cadre d'un dispositif proposant un programme d'APA de 3 mois pour 10 personnes, à raison de 2 séances d'une heure encadrées par semaine, le coût moyen de l'encadrement pour un intervenant est estimé au minimum à 1 500 € (24 séances à 50€ + bilan initial et bilan final).

Il est également nécessaire de prévoir des frais liés au fonctionnement du dispositif dont notamment des frais de coordination (au minimum deux journées d'équivalent temps plein par mois pour un petit dispositif).

Exemples de financements

- Collectivités territoriales
- ARS (contrat local santé, appels à projet, etc.) ; éventuellement les fonds Européens Leader
- CPAM (actions-pilotes décidées par le conseil d'administration de la Caisse départementale)
- DRAJES
- Conférence des financeurs
- Complémentaires santé

PARTENARIATS POSSIBLES

Secteur du sport : DRAJES – DDCCS(PP), mouvement sportif (CROS / CDOS, associations sportives fédérales etc.), structures sportives commerciales.

Secteur de la santé : ARS, CPTS, établissements de santé, établissements médico-sociaux, professionnels de santé et paramédicaux, associations de patients.

Intersectorielle : Maison Sport-Santé, Réseau Sport-Santé Bien-Être, collectivités territoriales.

Autres secteurs : CCAS, ainsi que tous les autres acteurs clés identifiés dans le diagnostic.

BONNES PRATIQUES

- L'association Biarritz Côte basque Sport Santé avec son dispositif « Sport sur Ordonnance ». <https://www.cotebasquesportsante.fr/>
- La ville de Villeurbanne avec son dispositif « En Forme sur Ordonnance ». <https://www.villeurbanne.fr/mon-quotidien/ma-sante/en-forme-a-villeurbanne>
- La Maison Sport-Santé de Libourne avec son dispositif « Sport sur Ordonnance ». https://www.libourne.fr/fileadmin/medias/Arborescence/Utile/Sport/Flyer_Sport_sur_Ordonnance.pdf
- La Maison Sport-Santé d'Antibes avec son dispositif « Pass Form Santé ». <https://www.antibes-juanlespins.com/sport/sport-sante>
- La Maison Sport-Santé Moselle Mouv'. <https://mosellemouv.fr/#Presentation>
- Le réseau Prescri'Forme Ile-de-France. <https://www.lasanteparlesport.fr/>
- Le réseau Prescri'mouv Grand-Est. <https://www.prescri-mouv-grandest.fr/>
- Le réseau Sport Santé Bourgogne Franche-Comté. <https://espass-bfc.fr/>
- Le réseau Français des villes-Santé de l'OMS. <http://www.villes-sante.com/activites-du-reseau/groupes-travail/>

RESSOURCES UTILES

Formation des intervenants en APA :

- Formation du ministère chargé des Sports
- Formation universitaire
- Formation fédérale https://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_snss_2019-2024_cs6_v5.pdf
- Informations sur le site du Pôle Ressources National Sport - Santé – bien-être du Ministère chargé des Sports.

Sensibilisation et aide à la prescription d'une APA :

- HAS, guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes. https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-10/guide_aps_vf.pdf
- CNOSF, le Médicosport-santé. <https://medicosport.cnosf.org/uploads/documents/medicosport-sante-2020.pdf>
- Mooc « Prescrire le Sport Santé sur ordonnance ». <https://www.mooc-sportsante.com/presentation-du-mooc-prescrire-le-sport-sante-sur-ordonnance/>
- Déclinaison régionale de la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024.

Contact
BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



DÉVELOPPEMENT D'UNE OFFRE DE PRATIQUES PARTAGÉES POUR LES FAMILLES

Développer les relations intergénérationnelles



Stusya/Getty images

ACTION

Développer les pratiques sportives partagées offre plusieurs avantages ; cela permet d'optimiser l'offre d'activités physiques et sportives (APS) proposée, puisque vous pouvez satisfaire les besoins des enfants, des adultes et des seniors sur un même lieu de pratique et un même créneau horaire.

C'est aussi un outil précieux pour développer les relations intergénérationnelles et participer à l'animation sociale de votre territoire.

Cette action se base sur plusieurs constats :

- Selon France Stratégie, le manque de temps représente un des freins majeurs pour pratiquer une APS.
- Dans les familles avec des enfants en bas âges et/ou avec des jeunes enfants, cette contrainte est récurrente.
- Le manque de temps décourage souvent les parents à pratiquer une APS.
- Le manque de support social représente également un frein à la pratique, et plus particulièrement chez les personnes avançant en âge.

OBJECTIFS ET PUBLICS CIBLES

Objectifs :

- Construire et développer une offre intergénérationnelle favorisant les liens sociaux.
- Optimiser l'offre d'APS ainsi que les différentes ressources locales.

Publics-cibles :

Une pratique partagée est une offre d'APS associant, sur un même créneau horaire et lieu de pratique :

- Les enfants
- Les parents
- Les grands-parents

Elle peut se réaliser :

- Soit lors d'un temps intergénérationnel où toutes les catégories d'âge vont pratiquer la même APS, mais de manière adaptée à chacun.
- Soit par des pratiques d'APS séparées entre enfants, parents et grands-parents.

MISE EN PLACE ET MOYENS NECESSAIRES

- Réaliser un diagnostic de l'offre existante.
- Identifier les caractéristiques sociodémographiques des habitants de votre territoire.
- Identifier un lieu de pratique facile d'accès (transports en commun, mobilités actives, transports motorisés), pouvant recevoir du public (avec accès à des sanitaires, vestiaires etc.), y compris par mauvais temps (possibilité de s'abriter et de pouvoir continuer la séance).
- Enquêter sur les attentes en matière de pratique des APS et de créneaux horaires.
- Construire une offre de pratique partagée, en fonction des ressources disponibles localement (équipements, encadrements ...), du lieu identifié, et de l'enquête sur les besoins et attentes en matière des APS.
- Communiquer sur cette nouvelle offre (notamment via des structures relais : écoles, CCAS, OMS, Maison Sport-Santé etc...).
- Suivre et évaluer le développement de cette nouvelle offre.

COÛTS ET FINANCEMENTS

Le coût varie selon le modèle adopté. L'offre peut être dispensée :

- En régie par des ETAPS (coût d'un pourcentage d'ETP).
- Par le mouvement sportif local (attribution éventuelle d'une subvention ou prestation de service).
- Par une structure privée marchande (prestation de service).
- À la fois par les ETAPS, le mouvement sportif et/ou une structure privée marchande.

Les coûts de cette action comprennent :

- L'encadrement par au moins un professionnel des APS.
- Le coût en ressources humaines estimé au minimum à 2 000 € (sur la base d'une offre intergénérationnelle dispensée au moins 1 fois par semaine, 10 mois par an, pour une séance d'1H30, temps pédagogique inclus).
- Le coût du matériel, ainsi que la maintenance des équipements sportifs.

CONSORTIUM POSSIBLES

La démarche est transversale et peut engager de nombreux acteurs :

- CROS / CDOS.
- Associations sportives locales.
- Structures privées marchandes.
- Professionnels des APS.
- CCAS.
- Maisons Sport-Santé.

EXEMPLES DE PROJETS

A. Nice côte d'azur athlétisme

Développer et contrôler la pratique de l'athlétisme sous toutes ses formes dans le cadre de la délégation accordée par le ministère chargé des sports à la FFA et dans celui du développement durable.

<http://ncaa.athle.com/>

B. Mobil'Ainés à Bordeaux

Le programme Mobil'Ainés à Bordeaux (4 ans d'expérience) pour l'intergénérationnel.

<https://villesamiesdesaines-rf.fr/files/partages-experience/300/350-pe-mobilaines.pdf>

C. ASPTT Rouen : Sport et autisme en famille

Depuis 2018, l'ASPTT Rouen organise les JO de l'Autisme #JournéeOrange. Le but ? Rassembler les personnes porteuses du Trouble du Spectre de l'Autisme et leurs familles pour une journée sportive à Rouen.

<https://rouen.asptt.com/journee-sport-et-autisme/>

CRITÈRES D'EVALUATION

- Nombre de créneaux de pratiques partagées proposées.
- Nombre de participants à chaque séance par catégorie d'âge.
- Satisfaction des participants.

RESSOURCES UTILES

- Cartographie des Maisons Sport-Santé.
<https://pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr/la-carte-interactive-des-maisons-sport-sante-est-en-ligne/>
- Cartographie de l'offre Sport-Santé.
<https://bretagne-sport-sante.fr/trouver-une-activite/>
- Localisation des équipements sportifs, espaces et sites de pratique.
<https://www.res.sports.gouv.fr/>
- Rapport de France Stratégie : Activité physique et pratique sportive pour toutes et tous : Comment mieux intégrer ces pratiques à nos modes de vie ?
<https://www.strategie.gouv.fr/sites/strategie.gouv.fr/files/atoms/files/fs-rapport-activite-physique-sportive-22-11-2018-web.pdf>
- Autres sources données :
<https://www.data.gouv.fr/fr/reuses/niveau-de-vie-des-francais-la-carte-par-commune/>
<https://www.insee.fr/fr/accueil>

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



5

**LE MAIRE
ET LA PROMOTION
D'ACTIVITÉ PHYSIQUE
ET SPORTIVE AUPRÈS
DES PERSONNES EN
SITUATION DE HANDICAP**

**FICHES ACTION
TERRE DE JEUX 2024**

PROMOTION ET DÉVELOPPEMENT DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Changer les regards sur le handicap

ACTION

Vous souhaitez développer une offre d'activité physique et sportive (APS) pour les personnes en situation de handicap ? C'est possible, notamment par la mise en réseau des acteurs accompagnant ce public et le soutien aux actions déjà existantes.

Au-delà des bénéfices sur la santé, démontrés quels que soient l'âge et l'état de santé, la pratique régulière d'APS est un vecteur d'autonomie, d'inclusion sociale et d'amélioration de la qualité de vie. C'est un moyen de se réapproprier son corps, de prendre confiance et de changer son regard et celui des autres sur le handicap.

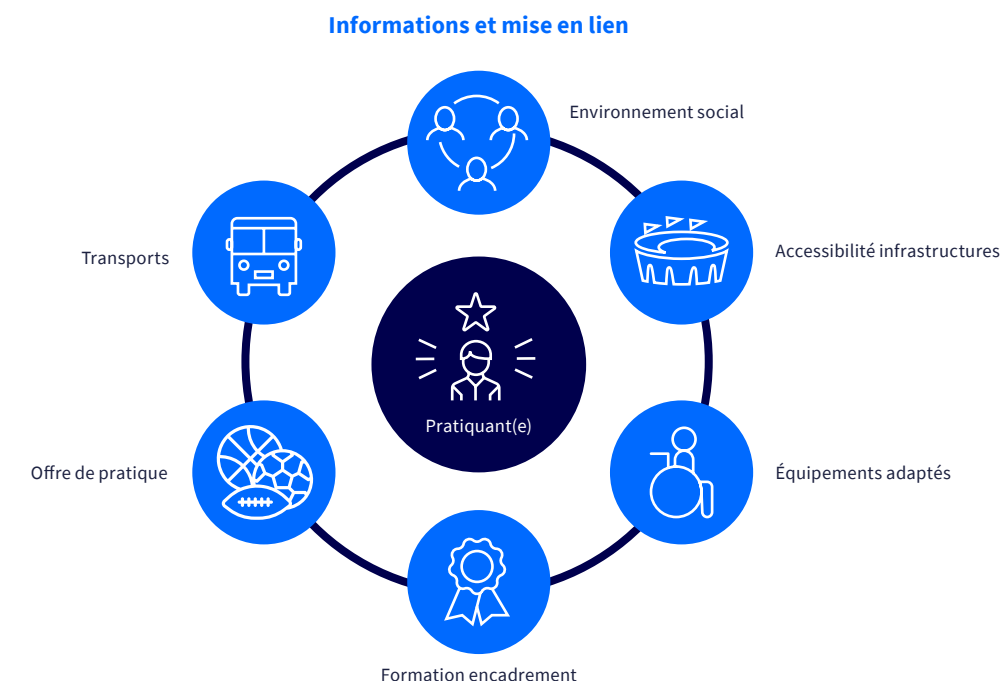
Face à la diversité des situations qu'englobe le handicap, à la multiplicité des acteurs et à la méconnaissance des bienfaits de l'activité physique, plusieurs leviers peuvent être mobilisés à court et moyen termes.

OBJECTIFS

- Encourager les personnes en situation de handicap (PSH) à pratiquer une APS de manière encadrée ou individuelle, en compétition ou en loisir.
- Créer du lien entre les acteurs locaux impliqués dans l'accompagnement des PSH et les structures sportives pour développer une vision commune.
- Participer à l'animation des réseaux proposant une offre d'activité physique ou sportive à destination

de ces publics, en particulier en mobilisant le réseau des clubs sportifs existants.

- Favoriser l'accessibilité réelle et universelle de l'espace public (voierie, parcs, installations sportives).
- Appréhender l'accès à l'activité physique et sportive en adoptant le point de vue du pratiquant et une approche globale (schéma ci-dessous).



ÉTAPES POUR LA MISE EN PLACE ET MOYENS NÉCESSAIRES

- Identifier l'offre de pratique existante, les acteurs clés et les politiques importantes conduites sur le territoire (cf. fiche « Approche globale d'une politique territoriale sport santé »).
- Faciliter la mise en œuvre et soutenir les projets multipartenaires, notamment en s'appuyant sur le référent régional du Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF) ou les référents des services déconcentrés du ministère des Sports (voir la partie « Ressources utiles »).
- Encourager les actions ponctuelles et régulières, en ville, à l'école, en milieu professionnel, favorisant la pratique mixte ou spécifique, notamment en accompagnant les clubs dits ordinaires qui seraient volontaires pour accueillir des personnes en situation de handicap.
- Évaluer les ressources mobilisables pour améliorer les conditions d'accès à la pratique (créneaux dans les installations sportives, matériel, formations à destination des encadrants, transports, outils d'information...)
- Rendre lisible l'offre de pratique, en utilisant les outils disponibles et avec les acteurs identifiés lors de la première étape.
- Relayer les actions mises en place sur le territoire (réseaux sociaux, flyers, relais avec les Maisons Sport-Santé et tous les acteurs identifiés préalablement sur le territoire...) et informer les relais auprès des pratiquants potentiels (voir partie « Partenaires possibles »).
- Renforcer la prise en compte de l'accessibilité dans l'aménagement urbain et dans l'aménagement des nouveaux équipements sportifs, y compris ceux en accès libre.

COÛTS ET FINANCEMENTS NÉCESSAIRES

Le coût de cette action varie selon l'ampleur du dispositif, les ressources humaines sollicitées, le type de public, le nombre de personnes accueillies en fonction de leur capacité physique.

Exemple : le coût moyen d'un intervenant en prestation dispensant une séance d'activité physique d'une heure est de 50 € (incluant le temps pédagogique de préparation).

Les financements possibles :

- Collectivités territoriales (conseil régional, conseil départemental, intercommunalité etc.).
- Agence Nationale du Sport, appels à projet, enveloppe de mise en accessibilité des équipements sportifs, aides dédiées pour les associations sportives. Agence Régionale de Santé (contrat local santé, appels à projet, etc.).
- Direction Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES).
- Conférence des financeurs.
- Caisse d'allocation familiale (CAF), Maison départementale des personnes handicapées (MDPH), Maison départementale de l'autonomie (MDA).

PARTENAIRES POSSIBLES

Secteur du sport :

- DRAJES – SDJES.
- Centre d'expertise sport-handicaps (CESH).
- Mouvement sportif : référents des fédérations sportives, Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF), réseau territorial du CNOSF (CROS / CDOS), Fédérations sportives, dont Française Handisport et Fédération Française de Sport Adapté, associations sportives fédérales, associations œuvrant dans le sport-santé etc.
- Structures sportives commerciales en mesure d'accueillir des PSH.

Secteur médico-social :

- Agence Régionale de Santé (ARS).
- Etablissements de santé, Professionnels de santé et paramédicaux.
- Etablissements et services médico-sociaux (ESMS) (annuaire des ESMS disponible sur les sites régionaux des ARS).
- Associations de PSH, aidants.

Intersectoriels :

- MDPH, MDA, Centres communaux d'action sociales (CCAS), Caisse d'Allocation Familiale (CAF).
- Maisons Sport-Santé, Réseaux Sport-Santé Bien-Être.
- Centres médico-sportifs.
- Autres collectivités territoriales.
- Secteur éducatif.
- Écoles, Instituts médicoéducatifs, établissements avec « classes ULIS » (Unité Locale pour l'Inclusion Scolaire), dispositif pour la scolarisation d'élèves en situation de handicap dans le premier et second degré.

Autres :

- Tous les autres acteurs clés en lien avec le public ciblé.

BONNES PRATIQUES

A. Cellule sport handicap santé de Nice

La Cellule Sport Handicap Santé de la Ville de Nice accompagne notamment les personnes en situation de handicap dans la pratique du sport et facilite la recherche d'un club ou d'une association sportive.

<https://www.nice.fr/fr/sports/activites-sportives-adaptees>

B. Le dispositif d'appui à l'inclusion sportive (DAIS)

C'est un dispositif transversal et pluridisciplinaire qui, dans le Gard, aide les sportifs à accéder à leur propre excellence au travers d'un projet sportif personnalisé et du suivi de ce projet (démarches administratives, logistique, transport, etc.). Le DAIS accompagne aussi le club à l'accueil de sportifs en situation de handicap. Cela passe par un soutien aux éducateurs sportifs, de la formation, la valorisation des démarches inclusives. Il devient ainsi une structure de liaison avec tous les acteurs.

C. Le projet de formation des clubs para-accueillants à Paris

Ce projet de formation consiste à équiper et accompagner des clubs ordinaires dans une démarche para-accueillante, à travers une formation des encadrants et des dirigeants d'une part, et un suivi dans la construction du projet de club, conduite par la Ville de Paris, le CPSF, la FFH et la FFSA.

D. Le programme ESMS X CLUB

Mise en lien et financement d'actions pérennes entre clubs sportifs et ESMS par le CPSF.

<https://france-paralympique.fr/esms-x-clubs/>

E. Centre sport adapté de Paris

Des animateurs sportifs de la Ville se déplacent dans une dizaine de centres dédiés aux personnes en situation de handicap mental (essentiellement des Instituts médicoéducatifs). Différentes activités sont proposées en partenariat avec la FFSA. Des activités sportives périscolaires sont également proposées aux élèves des classes

ULIS. <https://www.paris.fr/pages/faciliter-la-pratique-sportive-des-personnes-en-situation-de-handicap-6795>

RESSOURCES UTILES

- Stratégie Nationale Sport et Handicaps. <https://sports.gouv.fr/IMG/pdf/stategienationalesporthandicaps20202024.pdf>
- Guide et cartographie des activités physiques et sportives pour les personnes en situation de handicap. (<https://www.handiguide.sports.gouv.fr/>)
 - Plateforme et cartographie régionales.
 - Etats des lieux régionaux publiés par le CPSF.
 - Différents sites fédéraux (FFH, FFSA, FFGolf...).
- Liste des référents régionaux du CPSF. (<https://france-paralympique.fr/en-regions/>)
- Guide d'accueil des pratiquants en situation de handicap. (https://france-paralympique.fr/wp-content/uploads/2019/11/plaquette_web_bien-accueillir-ph.pdf)
- Formations des professionnels de l'activité physique ou sportive.
 - Formations du ministère chargé des Sports. <http://www.sports.gouv.fr/emplois-metiers/diplomes-et-encadrement/le-bpjeps/Reglementation-4-UC/Certificats-Complementaires/>
 - Formations universitaires.
 - Formations fédérales et ressources pédagogiques FFH et FFSA.
- Accès à du matériel adapté/mise en accessibilité du bâti.
 - Enveloppe accessibilité de l'Agence nationale du sport. https://www.agencedusport.fr/IMG/pdf/notedeserviceequipements2020-3.3.2020_signee.pdf
 - Site et Guide de la FFH. <http://www.handisport.org/materiel/> <https://extranet.handisport.org/documents/viewDocument/2694>
- Plateforme numérique de recensement, partage et location de matériel adapté. www.toolib.fr
- Ministère de l'Education Nationale– Réseau Canopé - Ecole inclusive (Informations et ressources pédagogiques pour favoriser la pratique d'activité physique des enfants en situation de handicap). <https://www.reseau-canope.fr/cap-ecole-inclusive/amenager-et-adapter/fiche-adaptation/permettre-la-pratique-des-activites-sportives-collectives.html> <https://www.reseau-canope.fr/cap-ecole-inclusive/amenager-et-adapter/fiche-adaptation/permettre-la-pratique-des-activites-athletiques-pour-un-eleve-avec-des-troubles-des-fonctions-motric.html>

Contact

BougerPlus2024@gmail.com

Réalisée par le Collectif pour une France en Forme pour Paris 2024 avec l'expertise du Ministère chargé des Sports et de l'ONAPS



Paris 2024 remercie ses Partenaires pour leur engagement.

Partenaires Mondiaux



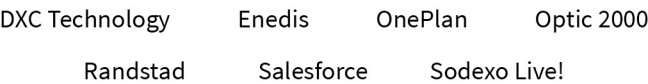
Partenaires Premium



Partenaires Officiels



Supporteurs Officiels





20
IMPACT
24