



## Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban 2014-2016) : chapitre activité physique et sédentarité

- ÉQUIPE DE SURVEILLANCE ET D'ÉPIDÉMIOLOGIE NUTRITIONNELLE (ESEN), 2017. *Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban 2014-2016) : Chapitre activité physique et sédentarité* [en ligne]. 2017. Santé publique France. Disponible à l'adresse : <http://invs.santepubliquefrance.fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Environnement-et-sante/2017/Etude-de-sante-sur-l-environnement-la-biosurveillance-l-activite-physique-et-la-nutrition-Esteban-2014-2016-Chapitre-Activite-physique-et-sedentarite>

« Le volet nutritionnel de l'Étude de Santé sur l'Environnement, la Biosurveillance, l'Activité physique et la Nutrition (Esteban 2014-2016) avait pour objectif de décrire les consommations alimentaires, l'activité physique, la sédentarité et l'état nutritionnel de la population résidant en France métropolitaine. Il s'agissait pour ce volet nutritionnel d'une reconduction de l'Étude nationale nutrition santé (ENNS), réalisée en 2006-2007, afin de disposer de données fiables d'évolution des indicateurs ayant déjà fait l'objet d'un premier recueil 10 ans auparavant. Esteban a été réalisée sur un échantillon d'enfants de 6 à 17 ans et d'adultes de 18 à 74 ans résidant en France métropolitaine. Suite à un tirage au sort selon un plan de sondage à trois degrés, l'inclusion des sujets s'est déroulée d'avril 2014 à mars 2016 pour tenir compte de la saisonnalité de l'alimentation et des expositions éventuelles. Le recueil de données sur l'activité physique et la sédentarité visait à évaluer le niveau d'activité physique de la population et son adéquation avec les recommandations en matière de santé. Il s'agissait de mesurer le niveau d'activité physique (en termes de fréquence, durée, intensité de la pratique) et le niveau de sédentarité (durée quotidienne des activités sédentaires, temps passé devant un écran) des adultes et des enfants, dans le cadre de l'ensemble de leurs activités (professionnelles, scolaires, domestiques, de loisirs etc.). Ces données ont été recueillies par auto-questionnaires et ont porté sur un échantillon national représentatif de 2 678 adultes et 1 182 enfants de 6 à 17 ans. Les résultats indiquent qu'en 2015, 53 % des femmes et 70 % des hommes atteignaient les recommandations de l'OMS en matière d'activité physique. Il n'y avait pas de différence selon le niveau de diplôme. Entre 2006 et 2015, le niveau d'activité physique a diminué chez les femmes quel que soit leur âge. Il a augmenté chez les hommes de 40-54 ans et est resté stable dans les autres classes d'âge. Près de 90 % des adultes (sans distinction entre hommes et femmes, ni en fonction du niveau de diplôme) déclaraient 3 heures ou plus d'activités sédentaires par jour et 41 % plus de 7 heures. Un adulte sur cinq cumulait les deux facteurs de risque, à savoir un niveau de sédentarité élevé et un niveau d'activité physique bas, inférieur aux recommandations. La durée quotidienne moyenne passée devant un écran a fortement augmenté ces 10 dernières années. Alors qu'en 2006, 53 % des adultes déclaraient passer 3 heures ou plus devant un écran chaque jour en dehors de toute activité professionnelle, ils étaient 80 % en 2015. Cette augmentation touchait toutes les classes d'âge et tous les niveaux de diplôme, mais était plus prononcée chez les femmes. Enfin, bien qu'elle soit conséquente pour l'ensemble de la population adulte, la sédentarité semblait davantage le fait de « loisirs sédentaires » (du type temps passé devant un écran) chez les personnes les moins diplômées et davantage le fait d'une activité professionnelle sédentaire chez les plus diplômés. Concernant les enfants de 6-17 ans, seuls 28 % des garçons et 18 % des filles atteignaient les recommandations de l'OMS en matière d'activité physique en 2015. Il n'y a pas eu d'évolution significative de cet indicateur ces 10 dernières années. Les enfants de 6-10 ans étaient les plus actifs bien que leur niveau global d'activité physique ait baissé depuis 2006. L'inactivité physique augmentait considérablement au-delà de 11 ans. Toutefois entre 2006 et 2015, une tendance à une augmentation de la pratique physique chez les 15-17 ans a été observée. Près de la moitié des enfants de 6-10 ans déclaraient passer 3 heures ou plus devant un écran chaque jour, cette proportion atteignait 70 % des 11-14 ans, 71 % des filles et 87 % des garçons de 15-17 ans. En moyenne, entre 2006 et 2015, le temps quotidien passé devant un écran a augmenté de près de 30 minutes chez les enfants de 6-10 ans, d'1h15 chez les enfants de 11-14 ans et de près de 2h chez les 15-17 ans. Ces résultats mettent en lumière des niveaux d'activité physique encore faibles et une sédentarité élevée chez les adultes et les enfants résidant en France métropolitaine en 2015, ainsi qu'une dégradation quasi-générale de ces indicateurs au cours des 10 dernières années. Il apparaît donc nécessaire, dans une perspective de santé publique, d'intervenir conjointement pour augmenter le niveau d'activité physique de la population et limiter le temps passé dans des comportements sédentaires. Une attention particulière doit être portée aux femmes et aux enfants, chez qui ces facteurs se sont dégradés de manière plus prononcée au cours de ces 10 dernières années. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (1,3 Mo ; 59 p.)

En ligne

## Pratiques physiques ou sportives des femmes et des hommes : des rapprochements mais aussi des différences qui persistent

- PÉNICAUD, Émilie et GLEIZES, François, 2017. Pratiques physiques ou sportives des femmes et des hommes : des rapprochements mais aussi des différences qui persistent. *Insee Première* [en ligne]. 23 novembre 2017. Vol. 1675. Disponible à l'adresse : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/3202943>

« En 2015, 45 % des femmes et 50 % des hommes de 16 ans ou plus déclarent avoir pratiqué une activité physique ou sportive au cours des douze derniers mois. Un tiers de femmes comme d'hommes en pratiquent une régulièrement, au moins une fois par semaine. Entre 2009 et 2015, la part de pratiquants est passée de 40 % à 45 % chez les femmes ; elle est demeurée stable chez les hommes. Les écarts entre femmes et hommes restent pourtant élevés parmi les plus jeunes : 50 % des femmes de 16 à 24 ans ont pratiqué au moins une activité physique ou sportive dans l'année, contre 63 % des hommes de cette classe d'âge. Le manque de temps ou la faible médiatisation du sport féminin peuvent expliquer la moindre pratique physique ou sportive des jeunes femmes. Les stéréotypes de genre contribuent à maintenir des différences dans le choix des disciplines. En 2010, la marche à pied est l'activité physique ou sportive la plus pratiquée par les femmes et les hommes. Certaines disciplines restent par ailleurs peu féminisées : les femmes sont largement minoritaires parmi les adeptes de sports collectifs et de raquette alors qu'elles sont surreprésentées en danse et en gymnastique. La majorité des pratiquants femmes comme hommes s'exercent le week-end et par leurs propres moyens. Pour les deux sexes, se distraire et rester en forme sont les principales motivations à la pratique physique ou sportive. Participer à une compétition sportive est l'apanage des jeunes hommes, ces derniers déclarant chercher davantage que les jeunes femmes à dépasser leurs limites. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (725 Ko ; 4 p.)

En ligne

## L'état de santé de la population en France, rapport 2017

- L'état de santé de la population en France, rapport 2017* [en ligne]. Ministère des Affaires sociales et de la Santé. 2017. Disponible à l'adresse : <http://drees.social-sante.gouv.fr/etudes-et-statistiques/publications/recueils-ouvrages-et-rapports/recueils-annuels/l-etat-de-sante-de-la-population/article/l-etat-de-sante-de-la-population-en-france-rapport-2017>

« Cette édition 2017 du rapport L'état de santé de la population en France conjugue des approches transversales, par population, par déterminants et par pathologies, pour illustrer l'état de santé globalement bon des Français. Il met également en lumière les principaux problèmes de santé auxquels est confronté notre pays et auxquels les politiques publiques doivent répondre. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (29,6 Mo ; 436 p.)

En ligne

Le document

## Sport santé sur ordonnance : contexte et exemples de mises en oeuvre

- BIGOT, Jacques, LARRAS, Benjamin et PRAZNOCZY, Corinne, 2017. *Sport santé sur ordonnance : contexte et exemples de mises en oeuvre* [en ligne]. septembre 2017. Disponible à l'adresse : <https://pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr/guides-et-brochures/>

« La présente publication permet un éclairage pertinent et argumenté sur l'état des lieux actuels du sport santé sur ordonnance en France. Ce travail est une excellente synthèse conceptualisée des éléments législatifs, administratifs, mais aussi politiques et des connaissances actuelles sur cette problématique. Les exemples et témoignages montrent la force et la capacité d'innovation de nos territoires. » (Extrait avant-propos)

1 fichier .pdf (3,7 Mo ; 64 p.)

Le document

## Audition de Mmes Agnès Buzyn et de Mme Laura Flessel sur le thème « Activités physiques, activités sportives et santé »

- Commissions des affaires culturelles et des affaires sociales : Mmes Agnès Buzyn et Mme Laura Flessel, ministres - Mardi 26 septembre 2017 [vidéo en ligne]. Disponible à l'adresse : [http://videos.assemblee-nationale.fr/video/4905013\\_59ca5c9a27cb8.commissions-des-affaires-culturelles-et-des-affaires-sociales--mmes-agnes-buzyn-et-mme-laura-flesse-26-septembre-2017](http://videos.assemblee-nationale.fr/video/4905013_59ca5c9a27cb8.commissions-des-affaires-culturelles-et-des-affaires-sociales--mmes-agnes-buzyn-et-mme-laura-flesse-26-septembre-2017)

"Audition, conjointe avec la commission des affaires sociales, de Mme Agnès Buzyn, ministre des solidarités et de la santé, et de Mme Laura Flessel, ministre des sports, sur le thème "Activités physiques, activités sportives et santé" en présence du docteur Thierry Bouillet, oncologue à l'hôpital américain de Paris, et de M. Alexandre Feltz, adjoint au maire de Strasbourg. »

En ligne

### Obésité chez les enfants : le sport améliore aussi le fonctionnement du cerveau

- RAINE, Lauren B., KHAN, Naiman A., DROLLETTE, Eric S., PONTIFEX, Matthew B., KRAMER, Arthur F. et HILLMAN, Charles H., 2017. Obesity, Visceral Adipose Tissue, and Cognitive Function in Childhood. *The Journal of Pediatrics*. 1 août 2017. Vol. 187, pp. 134-140.e3. DOI 10.1016/j.jpeds.2017.05.023
- Obésité chez les enfants : le sport améliore aussi le fonctionnement du cerveau [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.science-et-vie.com/cerveau-et-intelligence/obesite-chez-les-enfants-le-sport-ameliore-aussi-le-fonctionnement-du-cerveau-9578>

Article de revue anglophone repris par sur le site de *Science et Vie*.

« Une étude américaine révèle le double bénéfice de l'activité physique pour les enfants obèses : elle leur fait perdre du poids, en même temps qu'elle améliore leurs performances cognitives. » (Présentation éditeur)

[En ligne](#) [Site du journal \(accès restreint\)](#)

### Sport et santé au travail, l'équation gagnante de votre entreprise

- UNIVERSITÉ SAVOIE MONT BLANC, 2016. Sport et santé au travail, l'équation gagnante de votre entreprise [vidéo en ligne]. 2 juin 2016. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=r2B4Mhp0Kbw>

« Sport et santé : comment intégrer ces paramètres dans le développement de votre entreprise ? Quelles sont les innovations et l'état de l'art de la recherche sur le sujet ? Laurent Messonnier, Directeur du laboratoire LIBM et Professeur des universités à l'USMB, Annique Smeding, Directrice Adjointe du laboratoire LIP/PC2S et Maître de conférences HDR à l'USMB, Tarik Chakor, chercheur au laboratoire IREGE et Maître de conférences à l'USMB et le Dr Daniel Habold, Président d'EPI Santé, ont apporté leurs réponses à ces questions lors de la conférence "Synergies Recherche et Innovation – Sport / Bien-être / Travail : quelles relations ?" le 28 avril 2016. Une vidéo proposée dans le cadre des rencontres Synergies Recherche Innovation, organisées par Savoie Technolac, le CRITT de Savoie et l'Université Savoie Mont Blanc. » (Présentation éditeur)

[En ligne](#)

### Adherence to the 24-Hour Movement Guidelines among 10- to 17-year-old Canadians

- JANSSEN, Ian, ROBERTS, Karen C. et THOMPSON, Wendy, 2017. Adherence to the 24-Hour Movement Guidelines among 10- to 17-year-old Canadians. *Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada : Research, Policy and Practice* [en ligne]. novembre 2017. Vol. 37, n° 11, pp. 369-375. DOI 10.24095/hpcdp.37.11.01. Disponible à l'adresse : <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/health-promotion-chronic-disease-prevention-canada-research-policy-practice/vol-37-no-11-2017/ar-01-eng.pdf>

"INTRODUCTION: The Canadian 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth were released in 2016. They contain specific recommendations on the daily time that 5- to 17-year-olds should devote to moderate-to-vigorous physical activity, recreational screen time, and sleep. The objective of this study was to estimate the proportion of Canadians aged 10 to 17 years that meet the recommendations contained within the 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth. METHODS: A nationally representative sample of 22 115 young people was examined. Movement behaviour data were self-reported. Adherence to the guideline recommendations were based on the following: accumulation of at least 60 minutes per day of moderate-to-vigorous physical activity, no more than 2 hours per day of recreational screen time, and 9 to 11 hours/night of uninterrupted sleep for those aged 10 to 13 years or 8 to 10 hours/night for those aged 14 to 17 years. RESULTS: Only 3% of the sample met all three of the key recommendations contained in the guidelines. Twenty-five percent met two of the recommendations, 51% met one of the recommendations, and 21% met none of the three recommendations. More children and youth met recommendations for sleep duration (66%) than for moderate-to-vigorous physical activity (35%) and screen time (8%). CONCLUSION: A small minority (< 3%) of Canadians aged 10 to 17 years met all three of the key recommendations contained in the 24-Hour Movement Guidelines for Children and Youth." (Présentation auteur)

1 fichier .pdf (153 Ko ; 7 p.)

[En ligne](#)

## Sources et ressources "public spécialisé"

### Synthèse pour les professionnels des recommandations de l'Anses de février 2016 sur l'activité physique et la sédentarité

- Synthèse pour les professionnels des recommandations de l'Anses de février 2016 sur l'activité physique et la sédentarité*, 2017. [en ligne]. ANSES. Disponible à l'adresse : <http://invs.santepubliquefrance.fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Maladies-chroniques-et-traumatismes/2017/Synthese-pour-les-professionnels-des-recommandations-de-l-Anses-de-fevrier-2016-sur-l-activite-physique-et-la-sedentarite>

« Les repères du PNNS sur l'activité physique et la sédentarité ont été actualisés en février 2016 dans un rapport d'expertise collective coordonnée par l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses). Des recommandations distinctes ont été formulées sur l'augmentation de l'activité physique et la réduction de la sédentarité. Les types d'activités physiques recommandés ont été précisés : endurance, renforcement musculaire, souplesse et équilibre. Des recommandations spécifiques aux enfants, adolescents, adultes, femmes enceintes, en période de post-partum, ménopausées, personnes âgées de 65 ans et plus, et personnes ayant une limitation fonctionnelle d'activité ont été énoncées. La technicité de ces nouvelles recommandations a néanmoins mis en évidence la nécessité de les vulgariser et d'en simplifier la formulation pour les rendre accessibles au grand public et facilement utilisables par les professionnels travaillant à promouvoir l'activité physique et à réduire la sédentarité. Dans l'optique d'une première étape de vulgarisation, Santé publique France a coordonné un groupe de travail constitué d'experts ayant contribué au rapport de l'Anses et d'une personne de la Direction générale de la santé. Ce document est le résultat du travail de ce groupe. Il présente les nouvelles recommandations vulgarisées, fidèles aux recommandations scientifiques du rapport de l'Anses et illustrées par de nombreux exemples. Il est à la disposition de tous les professionnels qui souhaitent transmettre les recommandations actualisées ou les utiliser dans le cadre de leurs interventions. Ce travail de vulgarisation des nouvelles recommandations sur l'activité physique et la sédentarité sera poursuivi par Santé publique France, en vue de formuler des repères pour le grand public qui seront testés par le biais d'enquêtes auprès de la population et des professionnels de la santé et du social. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (635 Ko ; 35 p.)

[Le document](#)

## Activité physique et sédentarité : une synthèse vulgarisée des nouvelles recommandations

- ESCALON, Hélène, 2017. Activité physique et sédentarité : une synthèse vulgarisée des nouvelles recommandations. *La Santé en action*. septembre 2017. N° 441, pp. 46-48.

« Les recommandations françaises sur la pratique d'activité physique et la réduction de la sédentarité ont été actualisées en février 2016, dans un rapport d'expertise collective et un avis de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses). Elles ont évolué sur plusieurs points : la distinction entre l'activité physique et la sédentarité, la précision des types d'activités physiques à pratiquer et la spécificité des recommandations pour les enfants ; les adolescents ; les adultes ; femmes enceintes, en période de post partum, ménopausées ; les personnes âgées de 65 ans et plus ; et les personnes ayant une limitation fonctionnelle d'activité. Elles ont fait l'objet d'un travail de vulgarisation par Santé publique France en collaboration avec des experts ayant contribué aux travaux de l'Anses et une personne de la Direction générale de la santé. Cette première étape de vulgarisation a fait l'objet d'une synthèse consultable sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) [...] Sont présentées ici les recommandations pour les adultes, les enfants et les adolescents et des conseils aux parents. Les recommandations pour les autres populations sont détaillées dans la synthèse complète. Celle-ci est à disposition de tous les acteurs de terrain qui souhaitent diffuser les nouvelles recommandations ou les utiliser dans leurs interventions. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (1,3 Mo ; 3 p.)

En ligne

## Sport sur ordonnance : le dispositif se précise

- BERTHIER, Laurent, 2017. Sport sur ordonnance : le dispositif se précise. *Jurisport, la revue juridique et économique du sport*. septembre 2017. N° 178, pp. 38-41.

"Les activités physiques et sportives contribuent officiellement au renouvellement des politiques publiques de santé depuis la loi du 26 janvier 2016. Le dispositif « prescription d'activité physique adaptée » a depuis été précisé par le décret du 31 décembre 2016 et l'instruction du 3 mars 2017." (Présentation auteur)

Site du journal (accès restreint)

## Activité physique, sédentarité et sommeil au programme de Debout l'info ! n°5

- ONAPS, 2017. Activité physique, sédentarité et sommeil au programme de Debout l'info ! [en ligne]. *Debout l'info*. novembre 2017. N°5. Disponible à l'adresse : <http://www.onaps.fr/news/activite-physique-sedentarite-et-sommeil-au-programme-de-debout-l-info-ndeg5/>

« Le cinquième numéro du bulletin trimestriel, Debout l'info ! de l'Onaps, consacré à l'Activité physique, sédentarité et sommeil » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (1,99 Mo ; 12 p.)

Le document

## Prendre soin : santé et bien-être en éducation

- Prendre soin : santé et bien-être en éducation. *Diversité*. septembre 2017. N° 189.

« Ce numéro propose une réflexion autour des questions du soin, de la santé et du bien-être des jeunes. Bien-être et santé ont toujours eu partie liée ; dès 1946, l'OMS définit la santé comme un « état de complet bien-être physique, mental et social ». Le bien-être est donc une question globale, participant à la « culture de la santé », et éminemment éducative, en ce qu'elle concerne tous les aspects de la vie des enfants et des jeunes, dans leur développement, et tout particulièrement lors du passage de l'enfance à l'âge adulte. Ce numéro propose une réflexion autour des questions du soin, de la santé et du bien-être des jeunes : il aborde les risques liés au mal-être ; il présente des travaux et témoignages portant sur des pratiques éducatives qui visent le développement de l'estime de soi, de l'empathie, de la motivation, la gestion des émotions, etc. » (Présentation éditeur)

Site de la revue

## ETP en scène : 9 films supports pour intervenir en éducation du patient

- *ETP en scène : 9 films supports pour intervenir en éducation du patient* [vidéo en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://www.cres-paca.org/a/489/etp-en-scene-9-films-supports-pour-intervenir-en-education-du-patient/>

« L'outil pédagogique "ETP en scène" a pour objectif de renforcer les compétences psychosociales des personnes atteintes de maladie chronique. Il comprend 9 films supports destinés aux professionnels pour intervenir en séances d'éducation thérapeutique du patient, ainsi qu'un guide de l'utilisateur. Lancé en octobre 2017, "ETP en scène" a été réalisé par le CRES PACA et financé par l'Agence régionale de santé.

Film n°1 : Poser des questions en consultation (4'19'') Film n°2 : La place des médicaments dans le traitement (2'58'') Film n°3 : Ce qui influence l'évolution de la maladie (4'20'') Film n°4 : Faire face à la pression de l'entourage (3'58'') Film n°5 : Mettre en place une activité physique (3'05'') Film n°6 : Faire face au regard des autres (3'22'') Film n°7 : Se positionner face à la maladie (2'25'') Film n°8 : Parler de sa maladie (3'41'') Film n°9 : Résister à la tentation alimentaire (3'49'') (Présentation éditeur) » + le guide de l'utilisateur 1 fichier .pdf (8 Mo ; 28 p.)

En ligne

Le document

## Fibromyalgie - Le bénéfice de l'activité physique

- La CASDEN Banque Populaire et la Fondation de l'Avenir remettent le Prix CASDEN du Jeune Chercheur 2016. Casden [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://www.casden.fr/Votre-banque-cooperative/Suivre-nos-actualites/Espace-presse/La-CASDEN-Banque-Populaire-et-la-Fondation-de-l-Avenir-remettent-le-Prix-CASDEN-du-Jeune-Chercheur-2016>
- Réseau CHU : Le Dr Stéphanie Ranque-Garnier, Prix CASDEN 2017. Réseau CHU, l'Actu des CHU [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.reseau-chu.org/article/le-dr-stephanie-ranque-garnier-prix-casden-2017>
- DALAT, Antoine, 2017. Fibromyalgie - Le bénéfice de l'activité physique. *Le Quotidien du Médecin* [en ligne]. 4 octobre 2017. Disponible à l'adresse : [https://www.lequotidiendumedecin.fr/specialites/article/2017/10/04/le-benefice-de-lactivite-physique\\_850931](https://www.lequotidiendumedecin.fr/specialites/article/2017/10/04/le-benefice-de-lactivite-physique_850931)

"La CASDEN Banque Populaire et la Fondation de l'Avenir remettent le Prix CASDEN du Jeune Chercheur 2016 au Docteur Stéphanie RANQUE-GARNIER du CHU de la Timone à Marseille pour ses travaux en faveur de la qualité de vie des patients atteints de fibromyalgie. [...] Le projet « Fibromy'activ » du Docteur Stéphanie Ranque-Garnier vise à apporter ce niveau de preuve scientifique. Le projet consiste en une recherche-action de soin permettant la pratique encadrée d'activité physique adaptée pour les patients atteints de fibromyalgie." (Présentation éditeur CASDEN)

En ligne

En ligne

Site du journal (accès restreint)

Sources et ressources "grand public" :  
pages et sites Web, articles de presse, émission de radio, etc.

## Une chronique à lire debout

- CABUT, Sandrine, 2017. Une chronique à lire debout. *Le Monde, cahier Science et médecine*. 15 novembre 2017. pp. 8.

« : la sédentarité nuit gravement à la santé.

Il faut sortir de l'engrenage de la sédentarité et lutter contre l'addiction à la chaise, plus dangereuse que le tabac, plus mortelle que le VIH, et plus traître que le parachutisme." (Présentation auteur)

[Site du journal \(accès restreint\)](#)

## Se mettre au sport quand on est diabétique

- Se mettre au sport quand on est diabétique, 2017. Allo docteurs [en ligne]. Disponible à l'adresse : [http://www.allodocteurs.fr/emissions/allo-docteurs/allo-docteurs-du-20-10-2017\\_26496.html](http://www.allodocteurs.fr/emissions/allo-docteurs/allo-docteurs-du-20-10-2017_26496.html)

Les invités : Pr Martine Duclos, chef du service de médecine du sport et des explorations fonctionnelles au CHU de Clermont-Ferrand ; Claude Sokolowski, témoin

[En ligne](#)

## Le sport sur ordonnance

- Le sport sur ordonnance, 2017. RFI [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://www.rfi.fr/science/20170927-le-sport-ordonnance>

Émission de radio. « Dr Sène, vous nous parlez régulièrement des bienfaits de l'activité physique pour la santé. Aujourd'hui, vous souhaitez évoquer la parution en Mars 2017 d'un nouveau décret qui donne la possibilité aux médecins en France de faire des prescriptions d'activité physique adaptée, encore appelée APA. D'abord pourquoi faire des APA ? Et quels sont les bénéfices attendus pour les patients ? » (Présentation éditeur)

[En ligne](#)



Retrouvez-nous sur le site Internet du pôle ressources

Actualité, agenda, ressources documentaires, information du réseau...

[Cliquez](#)



Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Être  
CREPS Vichy-Auvergne  
2 route de Charmeil - BP 40013  
03321 BELLERIVE-SUR-ALLIER Cedex  
04 70 59 52 79  
[pole-sante@creps-vichy.sports.gouv.fr](mailto:pole-sante@creps-vichy.sports.gouv.fr)  
[pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr](http://pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr)



Directeur de la publication : Jacques Bigot | Création graphique : Christelle Bayon  
Crédit photos : CanStockPhoto | CREPS Vichy Auvergne

[Version en ligne](#) | [Vie privée et mentions légales](#)

©2017 Pôle Ressources National Sport-Santé-Bien-Être. Tous droits réservés.