

La lutte contre la sédentarité dans la Stratégie Nationale Sport-Santé

Soutenu par



Lancée au printemps 2019 en France, la Stratégie Nationale Sport-Santé (SNSS) comporte notamment une série de mesures destinées à lutter contre la sédentarité au quotidien et à tous les âges de la vie.

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la sédentarité est responsable, chaque année, de deux millions de décès dans le monde et de nombreuses pathologies chroniques. Elle pèse aussi sur les finances publiques. Ce coût a pu être chiffré dans le monde à 61 milliards d'euros par an¹. En France, d'après le ministère des Sports², son impact économique serait de 17 milliards d'euros par an, dont 14 milliards pour les dépenses de santé.

Face à ces évolutions, il convient d'agir à la fois sur l'inactivité physique, en encourageant une pratique quotidienne régulière, et de lutter contre la sédentarité, en rompant les temps passés assis au cours de la journée. C'est une des ambitions de la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019/2024, dont les premières actions opérationnelles ont été lancées au cours du dernier trimestre 2019.

Ainsi en matière de sensibilisation, la SNSS prévoit par exemple le développement de campagnes de communication adaptées aux différents publics cibles et au contexte

Agir à l'école et en milieu professionnel

socio-culturel de chaque territoire. Il est notamment prévu de faire, chaque année, du mois de septembre le « Mois de l'activité physique et sportive », avec une première édition programmée en 2020.

Au niveau des publics à cibler en priorité, la SNSS vise particulièrement les scolaires et les étudiants, les salariés et les agents de la fonction publique, les seniors et les personnes avançant en âge ou encore les personnes sous-main de justice. Le public jeune est particulièrement concerné par les comportements sédentaires. Parmi les mesures identifiées figure le développement de programmes d'APS pendant et hors le temps scolaire (écomobilité, pauses actives, aménagements des salles et des cours de récréation, etc.), en s'inspirant notamment des programmes de type ICAPS (« Intervention auprès des collégiens centrés sur l'activité physique et la sédentarité »).

Un appel à manifestation d'intérêt a d'ailleurs été lancé par le ministère de l'Éducation nationale et de la jeunesse à destination des écoles maternelles et élémentaires pour promouvoir dès la rentrée 2020 « 30 minutes d'activité physique par jour » en complément de l'enseignement d'EPS. L'école donc, mais aussi le milieu

professionnel, qui constitue l'un des environnements de vie où les temps sédentaires sont les plus nombreux. L'État et ses partenaires entendent pour cela faciliter la pratique d'APS en milieu professionnel. Un plan d'action spécifique vise ainsi à valoriser, outiller et sensibiliser les chefs d'entreprises comme les employeurs publics.

Par ailleurs et conformément aux engagements du Président de la République, le ministère des Sports et le ministère des Solidarités et de la Santé ont reconnu une première liste de 138 Maisons Sport Santé partout sur le territoire en 2020 et s'apprentent à lancer un deuxième appel à projets fort attendu par le secteur. Ces établissements physiques ou virtuels permettent d'accompagner des personnes malades ou non qui souhaitent se (re)mettre à l'activité physique de manière encadrée avec des professionnels du sport et de la santé.

1. THE LANCET (2016), The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases

2. Estimation du Bureau du sport professionnel et de l'économie du sport

www.sports.gouv.fr

Combating the sedentary lifestyle in the National Sport-Health Strategy

Launched in the spring of 2019 in France, the National Sport-Health Strategy (SNSS) consists of a series of measures aimed at combating inactivity in everyday life, for all age groups.

According to the World Health Organisation (WHO), inactivity is responsible every year for two million deaths in the world and numerous chronic diseases. It makes a heavy demand on public finances. Its global cost has been calculated at 61 billion euros per year¹. In France, according to the Sport Ministry², the financial impact amounts to 17 billion euros per year, of which 14 billion is spent on health.

In the light of this, action is necessary on two fronts: that of physical inactivity, by encouraging regular, daily activity, and the sedentary lifestyle, by breaking up the time spent sitting down during the day. That is one of the ambitions of the National Sport-Health Strategy 2019-2024, and the first operations

were launched in the last quarter of 2019.

As an example, when it comes to raising awareness among the general public, the SNSS intends to develop communication campaigns adapted to targeted sectors of the community and the social and cultural context of each region. One of the intended measures is a "Month of Sport and Physical Activity" every year in September, and the first is planned for 2020.

Among the priority target groups, the SNSS is aiming particularly at school pupils and students, employees and civil servants,

older people and the prison population. Young people are especially concerned by sedentary behaviour. One of the schemes identified is the development of sport and physical activity (SPA) in and out of school time (eco-mobility, active breaks, equipment in rooms and playgrounds and so on), inspired by programmes like the ICAPS (interaction with pupils based on physical activity). The Ministry for National Education and Youth has launched a call for shows of interest aimed at primary schools to promote "30 minutes of physical activity per day" from the start of

the school year in 2020, in addition to normal PE lessons. School is a target, and so is

the workplace, which is one of the places where the most time is spent sitting. The State and its partners mean to make it easier to do SPA in the workplace. A specific action plan aims to recognise, equip, and inform company directors like public employers. In addition, and in accordance with the commitments of the President of the Republic, the Ministry of Sports and the Ministry of Solidarity and Health have recognised an initial list of 138 Maisons Sport-Santé (Sports Health Houses) throughout the country in 2020 and are preparing to launch a second call for projects, eagerly awaited by the sector. These physical or virtual establishments make it possible to accompany people, whether ill or not, who wish to (re)engage in physical activity in a supervised manner with sports and health professionals.

1. THE LANCET (2016), The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases

2. Estimation from the French office for professional sport and the sport economy

Taking action at school and in the workplace