

### Communiqué

#### **Résumé du Rapport de Régis Juanico "Sport et Santé"**

La promotion des activités physiques ou sportives à tous les âges de la vie relève d'un enjeu majeur de santé publique. En effet, le sport, porteur de valeurs fondamentales, moyen d'éducation, facteur d'insertion sociale et professionnelle, vecteur de plaisir, est également un moyen pour vivre en bonne santé. A ce titre, le rapport insiste sur l'affirmation du lien sport-santé pour relever le défi sanitaire de la sédentarité, de l'obésité et du développement des maladies chroniques. Aujourd'hui, trop peu de personnes pratiquent régulièrement une activité physique favorable à la santé. Le temps consacré aux activités physiques et sportives à tendance à se restreindre. Le niveau d'activité physique moyen des enfants et des adolescents a diminué de près de 40 % en quelques décennies. De toute évidence, les heures d'éducation physique et sportive (EPS) à l'école, et la pratique d'activités physiques et sportives de loisirs, ne suffisent plus à compenser la diminution de l'activité physique dans la vie quotidienne. En outre, le déclin du temps moyen d'activité physique est un facteur important du développement du surpoids et de l'obésité, ainsi que de certaines maladies chroniques. L'obésité est un défi mondial croissant de santé publique. Un quart de la population mondiale est en surcharge pondérale. En France, le coût annuel pour l'assurance maladie de l'obésité est estimé à 10 milliards d'euros.

Or, les bienfaits des activités physiques et sportives sur la santé sont scientifiquement démontrés. Il a été prouvé que les personnes physiquement actives sont souvent en meilleure santé que les personnes inactives. L'activité physique a d'importants effets bénéfiques et permet, notamment, de prévenir ou de réduire de manière significative le risque de maladies chroniques parmi les plus répandues. Les bienfaits directs sur la santé entraînent aussi des effets économiques et sociaux positifs. Le soutien de l'activité physique et des loisirs actifs peut, par exemple, jouer un rôle positif dans la revitalisation d'un quartier, grâce à la création d'espaces verts, de pistes cyclables, de circuits pédestres, etc.

Malgré cette réalité scientifique, il convient de pointer les insuffisances de l'action publique en faveur des activités physiques et sportives, dont la promotion devrait au contraire être au cœur de toute stratégie de santé publique. Dès le 16 juillet 1984, le législateur a reconnu que les activités physiques et sportives contribuent à la santé. Pourtant, peu d'actions d'envergure ont été engagées au niveau de l'Etat depuis lors. Force est de reconnaître qu'au niveau national, les pouvoirs publics sont peu mobilisés sur le thème du sport-santé ; la volonté politique à ce niveau-là est insuffisante. En effet, les premières mesures prises pour concrétiser sur le terrain le lien sport-santé, sont de portée limitée. De plus, la question de la promotion des activités physiques et sportives est très peu abordée dans le programme national nutrition-santé. La création, en 2007, d'un grand ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, pouvait laisser espérer une mobilisation plus grande sur le thème des activités physiques et sportives, et sur la conduite d'actions coordonnées en faveur de la santé et du sport, de nature à donner un contenu concret au lien sport-santé. Cet espoir a été déçu. Cependant, en avril 2008, la ministre de la santé a indiqué sa volonté de mettre en place un

Permanence de Régis JUANICO, Député de la Loire

11, rue de la Résistance 42000 SAINT-ETIENNE - Tél. : 04 77 30 53 60 - Fax : 04 77 30 94 80

e-mail : [rjuanico@assemblee-nationale.fr](mailto:rjuanico@assemblee-nationale.fr) - <http://www.juanico.fr>

programme national de prévention par les activités physiques et sportives (PNAPS). A ce jour, sa mise en œuvre reste lente et pas à la hauteur des enjeux.

Seule une politique ambitieuse et bien plus déterminée peut permettre d'inverser la tendance à la réduction de l'activité physique, pour concourir à l'amélioration de la santé par le développement des activités physiques et sportives tout au long de la vie. Il convient à présent de développer une politique publique sport-santé forte et cohérente, déclinée à tous les niveaux. Il est temps, pour l'Etat, de définir les objectifs prioritaires d'une politique transversale visant à accroître l'activité physique pour le plus grand nombre, tout au long de la vie, ce qui suppose, en premier lieu, de proposer un plan ambitieux de construction et de modernisation des équipements sportifs sur l'ensemble du territoire. En outre, des réseaux santé-sport, dédiés à la promotion de l'hygiène de vie, à l'éducation alimentaire et à la nutrition, devraient être mis en place partout en France. Enfin, il faudrait également agir sur l'environnement, en développant des plans de déplacements actifs, à même de modifier les modes de déplacement, en favorisant la mobilité à force humaine, dite « mobilité douce » : création de nombreuses voies pédestres et cyclables, de sites VTT balisés, de « via ferrata », de plans de mobilité active domicile-travail et domicile-école, etc.

Plus généralement, donner ou redonner le goût de bouger aux enfants et aux adolescents est un enjeu majeur. Pour cela, il faut favoriser l'éveil sportif dès le plus jeune âge, et renforcer le sport à l'école et dans l'enseignement supérieur. A cet effet, l'on pourrait inciter les communes à mettre en place des « écoles multisports », en lien avec les clubs sportifs, pour permettre aux enfants de goûter à des activités physiques et sportives diverses, avant de se déterminer. Ainsi, à Saint-Etienne, « l'école municipale des sports » a pour objectif de faire découvrir un grand nombre d'activités sportives aux enfants, pour leur permettre d'acquérir, dès le plus jeune âge, une culture sportive. Les tarifs y sont modulés en fonction des ressources des parents. Plus généralement, à l'école, il serait souhaitable de prévoir quatre heures d'enseignement physique et sportif, à tous les niveaux, du primaire au lycée, ce qui suppose de mettre un terme au non-renouvellement des départs à la retraite des professeurs d'EPS, dont actuellement deux sur trois ne sont pas remplacés. Dans le même esprit, il serait souhaitable d'ouvrir et de mettre à disposition des pratiquants, les installations sportives scolaires, le soir et le week-end. En outre, les insuffisances du sport universitaire sont criantes. Pour les compenser, le recours et l'accès aux installations sportives publiques et privées existantes pourraient être améliorés et rendus plus faciles pour les étudiants, notamment le soir, le week-end, et pendant les vacances universitaires. Enfin, des créations de postes de professeurs d'EPS à l'université sont à envisager, tout comme une éventuelle valorisation de la pratique physique et sportive par l'attribution de crédits ECTS.

Par ailleurs, les pouvoirs publics doivent s'engager fermement afin de favoriser « la vie active » et le sport-santé-loisir pour tous, à tous les âges de la vie, y compris chez les seniors. Dans cette optique, il conviendrait de développer les pratiques « de plaisir », ludiques (les pratiques intergénérationnelles ou familiales du sport), face aux pratiques compétitives, et de mieux reconnaître et promouvoir les nouvelles activités physiques et les disciplines sportives émergentes. En outre, la promotion de la santé par les activités physiques et sportives des seniors doit également être encouragée. Ces dernières peuvent contribuer à limiter les affections pathologiques des seniors, et permettre un vieillissement réussi et une augmentation de l'espérance de vie en bonne santé. La clé de la vie active pour les seniors est l'adaptation des activités physiques à chacun, selon ses capacités fonctionnelles mobilisables. A cet égard, il faut aussi développer et faciliter la pratique des activités physiques et sportives par les personnes en situation de

handicap, en ce sens que cela peut être un vecteur de rééducation, d'intégration sociale, de solidarité et d'épanouissement individuel. Il apparaît également comme nécessaire de prendre en compte les difficultés particulières rencontrées par les personnes les plus éloignées de la pratique des activités physiques ou sportives, notamment les personnes en situation de précarité pour des raisons économiques ou sociales. A ce titre, on citera par exemple l'appel à projets « Publics Eloignés de la Pratique Sportive » (PePS), lancé par la région Rhône-Alpes. Enfin, il convient de mieux intégrer les pratiques physiques et sportives dans l'entreprise, afin de réduire le stress professionnel, facteur d'absentéisme, de répondre à la demande de mieux-être au travail des salariés, et d'améliorer le climat social dans l'entreprise. A cet égard, il semble indispensable que soit mentionné dans le code du travail le fait que les activités physiques et sportives sont bénéfiques pour la santé, et de fixer dans celui-ci une obligation pour les comités d'entreprise de consacrer une partie de leurs moyens financiers au développement des activités physiques et sportives.

Bien entendu, la mise en place d'une politique ambitieuse du sport-santé suppose la structuration d'une véritable filière de formation sport-santé, à même de développer de nouveaux métiers dans ce domaine.