

# POUR UNE VERITABLE POLITIQUE DE PROMOTION DE LA SANTE PAR LE SPORT

Nicolas Teri<sup>1</sup>  
Le 9 juin 2010



## Synthèse

*Le rattachement du ministère des sports au ministère de la santé aurait dû induire logiquement une meilleure prise en considération de l'impact du sport et de l'activité physique sur la santé publique. Or force est de constater que la prise en compte de cette problématique est limitée, et que les moyens dédiés à la promotion de l'activité physique pour tous afin d'améliorer le niveau global de la santé de la population restent faibles. Ce manque d'ambition politique est d'autant plus préoccupant qu'une diminution de l'activité physique est constatée dans l'ensemble des pays occidentaux depuis plusieurs années, et qu'elle entraîne des conséquences majeures pour la population en termes de santé publique.*

*Cette baisse d'activité résulte d'abord de la réduction des heures d'éducation physique et sportive en milieu scolaire. Elle tient aussi au fait que la sédentarité s'accroît, et qu'elle touche plus particulièrement les jeunes et les personnes socialement défavorisées du fait de leur mode de vie.*

*Le manque d'activité physique multiplie les risques sanitaires, et peut déboucher sur la surcharge pondérale, voire l'obésité, qui touche une part croissante de la population partout dans le monde. Près d'un français sur deux est en situation de surpoids ou d'obésité. Le taux de prévalence de l'obésité s'élève aujourd'hui à 14,5 % pour les adultes, et pourrait atteindre 22% d'ici à 2025.*

*Dans ce contexte préoccupant, la réponse gouvernementale reste insuffisante. Les moyens consacrés par le secrétariat d'Etat aux sports pour la promotion de la santé par le sport sont marginaux. D'une manière générale, le sport de haut niveau reste la priorité absolue du ministère (80% du total des crédits en 2010), et le sport pour tous est à la portion congrue. Les sommes consacrées à la promotion de la santé par le sport sont dérisoires lorsqu'on les met en regard des*

<sup>1</sup> Nicolas Teri est le pseudonyme d'un spécialiste des politiques sportives

sommes dépensées par l'assurance maladie pour la prise en charge des pathologies liées à l'obésité.

*La relance des activités physiques en vue de favoriser leur pratique à tous les âges de la vie devrait être érigée en priorité nationale, ayant vocation à s'intégrer dans une démarche de développement durable. Il convient pour cela de créer un environnement favorable, spécialement en milieu urbain, en donnant une place accrue aux modes de déplacement alternatifs - vélo, marche à pied,...., comme l'ont déjà fait avec succès quelques villes en Europe. L'implantation d'aires de jeux en ville et d'espaces de sports urbains doit aussi être encouragée. Il importe également de promouvoir la pratique d'une activité physique au quotidien, bénéfique à la santé publique et propice au lien social, en s'appuyant sur les acteurs de terrain que sont les associations, et les collectivités locales.*

*Dans un contexte budgétaire contraint, et face aux défis qu'engendrent le vieillissement de la population et la tendance au surpoids, la promotion du « sport santé », loin de représenter un coût pour les finances publiques, est susceptible de réduire le déficit de la branche maladie de la sécurité sociale en minorant les dépenses liées aux pathologies dues à l'obésité. Plus généralement, elle est de nature à améliorer le bien-être de la population, en contrebalançant les effets négatifs du stress et de la sédentarité, et en contribuant à renforcer le lien social.*



Note  
intégrale

Le rattachement du ministère des sports au ministère de la santé aurait dû induire une meilleure prise en compte de l'impact du sport et de l'activité physique sur la santé publique.

Force est cependant de constater que cette prise en compte reste limitée et que les moyens consacrés à la promotion d'une activité physique afin d'améliorer le niveau global de la santé de la population restent faibles, comme le soulignent les inspections générales santé et sports.

Ce manque d'ambition politique en la matière est d'autant plus préoccupant que depuis plusieurs années, l'activité physique – correspondant à tous les mouvements du corps produits par la contraction des muscles et entraînant une dépense énergétique supérieure à celle au repos – est en baisse constante dans l'ensemble des pays occidentaux.

Alors que la diminution générale de l'activité physique est un phénomène avéré dans l'ensemble des pays de l'OCDE et entraîne des conséquences importantes en matière de santé publique, la réponse du gouvernement en la matière reste insuffisante (1).

La relance des activités physiques devrait s'intégrer dans une démarche de développement durable et favoriser la pratique à tous les âges de la vie (2).

# 1 - LA REPONSE DU GOUVERNEMENT FACE A LA DIMINUTION DE L'ACTIVITE PHYSIQUE ET A SES CONSEQUENCES EN MATIERE DE SANTE PUBLIQUE EST INSUFFISANTE

## 1.1 - LA DIMINUTION DE L'ACTIVITE PHYSIQUE EST CONSTATEE DANS L'ENSEMBLE DES PAYS OCCIDENTAUX, D'ABORD EN MILIEU SCOLAIRE. ELLE TOUCHE PLUS PARTICULIEREMENT LES JEUNES ET LES PERSONNES SOCIALEMENT DEFAVORISEES DU FAIT DE LEUR MODE DE VIE

Dès 1999, une étude, confirmant les constats effectués antérieurement, mettait en évidence que *« l'éducation physique scolaire se trouve dans une situation critique dans toutes les régions du monde »*, avec une *« décroissance significative de l'affectation du temps qui lui est consacré observée partout dans le monde »*<sup>2</sup>.

Cette situation préoccupante serait imputable à la faible reconnaissance de sa valeur éducative (activité non productive, peu valorisée au plan intellectuel, servant souvent de compensation ...), et à l'insuffisance des moyens financiers, matériels et humains qui lui sont alloués.

Lors de la réunion des ministres européens du sport qui s'est tenue à Varsovie en septembre 2002 dans le cadre de Conseil de l'Europe, le rapport de synthèse présenté soulignait notamment un écart fréquent entre les politiques officiellement en vigueur, et les programmes effectivement mis en œuvre, se traduisant par une réduction de la dotation horaire. Un tel écart traduit le statut inférieur de l'éducation physique et du sport, et la priorité accordée à d'autres matières. Par ailleurs, la qualité de l'offre pose aussi problème, avec un *« modèle de programme privilégiant la compétition et les performances, réduisant ainsi les possibilités de participation des élèves »*.

La situation ne s'est guère améliorée par la suite, selon l'étude commandée par le Parlement européen en 2007, qui relève que *« l'éducation physique court le risque d'une marginalisation croissante, alors que le temps qui lui a été alloué depuis 2002 a diminué de 121 à 109 minutes par semaine à l'école primaire, et de 117 à 101 minutes à l'école secondaire »*<sup>3</sup>. Sa part relative par rapport aux autres matières a donc régressé. Le Parlement a publié un rapport sur "Le rôle du sport dans l'éducation" en avril 2007, indiquant notamment que *« la question centrale n'est pas de savoir si l'éducation physique à l'école est utile ou non, mais quelles sont les conditions requises pour qu'elle produise un effet bénéfique »*, et adopté ensuite une résolution comportant diverses préconisations d'ordre général à cette fin.

### La sédentarité s'accroît, notamment chez les jeunes

Selon l'enquête Eurobaromètre « Santé et alimentation » publiée en novembre 2006, seulement 15 % des Européens pratiquent régulièrement un sport, et la plupart restent assis en moyenne plus de 6

---

<sup>2</sup> « L'état et la situation de l'éducation physique en milieu scolaire au niveau mondial » Ken Hardman et M. J. Marshall, université de Manchester, nov. 1999

<sup>3</sup> *Current situation and prospects for physical education in the European Union*, Ken Hardman, université de Worcester, 2007

heures dans une journée normale. Entre les deux sondages Eurobaromètre réalisés en 2002 puis en 2005, le nombre de citoyens déclarant avoir pratiqué très peu ou aucune activité physique au cours des 7 derniers jours est passé de 46 % à 57 %.

D'après une enquête portant sur 39 pays développés (Europe et Amérique du Nord), en moyenne moins de 25 % des jeunes de 11 à 15 ans indiquent avoir 60 minutes d'activité physique modérée à soutenue, comme cela est recommandé chaque jour. Les niveaux de pratique physique quotidienne varient sensiblement selon les pays (de 1 à 3). Dans tous les pays cependant, les garçons sont plus actifs que les filles, et les jeunes davantage que les plus âgés. Il existe par ailleurs une relation significative entre faible niveau de revenu familial et bas niveau d'activité physique quotidienne<sup>4</sup>.

Il ne fait aucun doute que ces faibles taux d'activité résultent principalement du fait que les jeunes passent une partie croissante de leur temps de loisir devant les écrans de toutes sortes. A l'évidence, cette tendance sera difficile à infléchir, compte-tenu de la place que la télévision, les ordinateurs et l'internet occupent à présent dans nos existences.

Les jeunes d'aujourd'hui sont 40 % moins actifs physiquement que ceux d'il y a 30 ans<sup>5</sup>. En France, les jeunes passent en moyenne 117 minutes par jour à regarder la télévision, et 51 minutes par jour devant un ordinateur, et cette durée croît avec l'âge<sup>6</sup>. Aussi peut-on affirmer sans risque que de nombreux jeunes n'apprécient plus guère l'activité physique, ou en tout cas moins qu'antérieurement. C'est pourquoi il importe de réintroduire l'activité physique dans les écoles, davantage comme un jeu stimulant que comme un exercice de performance physique.

Cette situation « *de déclin et de marginalisation de l'éducation physique observée dans les pays de l'ensemble de l'Europe constitue un grave sujet de préoccupation* », notamment en matière de santé publique.

## **1.2 - LA REPONSE APPOREE PAR LE GOUVERNEMENT ACTUEL NE PERMET GUERE DE REpondre AUX ENJEUX DE SANTE PUBLIQUE POSES PAR LA SEDENTARITE**

**Le manque d'activité entraîne de graves conséquences en matière de santé et touche plus particulièrement les personnes socialement défavorisées.**

Le manque d'activité physique multiplie les risques sanitaires, et peut déboucher sur la surcharge pondérale, voire l'obésité, qui touche une part croissante de la population partout dans le monde.

---

<sup>4</sup> "Inequalities in youth people's health, section 3: physical activity", International report from the 2005/2006 survey, Child and adolescent health research unit, université d'Edimbourg

<sup>5</sup> Enquête internationale Health Behaviour in School-Aged Children

<sup>6</sup> Agence Française pour la sécurité des aliments, juillet 2009

En France, selon une enquête de l'Inserm, près d'un français sur deux (49,3%) présente un surpoids ou connaît une situation d'obésité<sup>7</sup>. Le taux de prévalence de l'obésité s'élève aujourd'hui à 14,5 % pour les adultes et pourrait atteindre 22% d'ici à 2025.<sup>8</sup>

La prévalence de l'obésité est plus forte chez les personnes socialement défavorisées. Ainsi, selon l'Insee, le taux de prévalence de l'obésité en 2003 s'élève à 15,9% chez les agriculteurs et à 12,7% chez les ouvriers contre 5,6% chez les cadres et les professions intellectuelles et supérieures. En 2003, l'obésité touchait 11,3% des individus appartenant aux 25% les plus pauvres de la population, alors que les 25% les plus riches n'étaient que 7,9% à connaître une situation de surpoids.<sup>9</sup>

L'obésité entraîne des conséquences majeures pour la population et la santé publique. Même si elle tend à se développer, l'obésité reste un phénomène socialement mal accepté et peut entraîner une dégradation des conditions de vie au quotidien (problèmes de mobilité, difficultés à accéder à un emploi...).

Surtout, la surcharge pondérale constitue un facteur de risque pour la santé des individus. Ainsi, l'Organisation Mondiale de la Santé estime que 25% des problèmes coronariens et près de 50% des cas de diabète seraient liés à l'obésité. 10% des décès et des années d'invalidité dans le monde auraient un lien avec un surpoids.

Selon Andrew Renehan, de l'Université de Manchester, 124 000 cas de cancer survenus en 2008 en Europe ont été causés par une surcharge pondérale, et « *l'obésité pourrait devenir la principale cause de cancer chez les femmes dans la décennie à venir* ».

Cette situation entraîne également des conséquences financières. L'OMS estime ainsi que l'obésité coûte près de 15 milliards d'euros par an. En France, le coût supporté par l'assurance maladie s'élèverait entre 2,6 et 5,1 mds € par an.

### **La réponse apportée par le gouvernement actuel ne permet pas de répondre aux défis posés par la progression de l'obésité**

En dépit de l'affichage d'une politique volontariste en matière de prévention de l'obésité par la pratique sportive et l'amélioration des pratiques alimentaires, la politique du gouvernement actuel est insuffisante.

---

<sup>7</sup> Etude nationale nutrition santé. Institut de veille sanitaire, Université Paris 13, Conservatoire national des Arts et métiers, 2007. Etude réalisée en 2006-2007 auprès d'un échantillon national représentatif de la population âgée de 3 à 74 ans (3115 adultes et 1675 enfants)

<sup>8</sup> Enquête Obépi 2009 : Enquête épidémiologique nationale sur le surpoids et l'obésité, Enquête INSERM, TNS Healthcare, Roche citée par le Conseil d'analyse stratégique dans sa note de veille n°166.

<sup>9</sup> **L'obésité en France : les écarts entre catégories sociales s'accroissent** - Insee Première N°1123 - février 2007

Cette lacune est soulignée par les inspections générales des ministères de la santé et des sports qui affirment, à propos du Programme national nutrition santé (PNNS) que « *la lutte contre la sédentarité et la promotion de l'activité physique occupent une place marginale dans le PNNS* ».

Les moyens consacrés par le secrétariat d'Etat aux sports pour la promotion de la santé par le sport sont insuffisants. Sur les 4,2 M€ prévus par le projet de loi de finances 2010 pour les actions de recherche, de prévention, de lutte contre les trafics de produits dopants et de promotion de la santé par le sport, seule une part marginale sera consacrée au « sport santé ». Ainsi que l'indiquent les documents budgétaires, les crédits destinés à la prévention par le sport sont noyés dans une enveloppe globale de 534 000€ servant à mener des actions de prévention contre le dopage, à accompagner les victimes de violences sexuelles et à promouvoir la santé par le sport<sup>10</sup>. D'une manière générale, le sport de haut niveau reste la priorité absolue du ministère (80% du total des crédits), et le sport pour tous est à la portion congrue. Par rapport aux crédits qui lui ont été consacrés en 2009, la diminution enregistrée est de 53 %.

Au mieux donc, seuls quelques centaines de milliers d'euros sont consacrés à la promotion de la santé par le sport. Un chiffre dérisoire lorsqu'on le met en regard des sommes dépensées par l'assurance maladie pour les pathologies liées à l'obésité.

Même s'il importe de distinguer d'une part la pratique sportive volontaire dans le cadre d'un club, et d'autre part l'activité physique indifférenciée et quotidienne, il est néanmoins possible d'admettre « *qu'il y a continuité entre l'activité physique de faible intensité et les sports de compétition organisés* ». <sup>11</sup>

Dans ce cadre, on ne peut donc que regretter et s'inquiéter de la baisse continue depuis 2007 du nombre de personnes licenciées dans un club sportif. Ainsi, si 25,2% de la population était affiliée à une fédération en 2007, ce taux est passé à 25% en 2009 et devrait s'établir à 24,9% en 2010<sup>12</sup>.

Face aux défis que pose la sédentarité pour la santé publique mais aussi pour la pratique sportive, il importe de proposer une politique favorisant l'activité physique au quotidien et à tous les âges.

---

<sup>10</sup> Projet annuel de performance 2010 : « Des actions nationales de prévention pour un montant de 0,534 M€ en AE=CP sont destinées au fonctionnement du numéro vert « Écoute dopage », au fonctionnement du dispositif d'accompagnement et de soutien des victimes de violences sexuelles et à l'organisation de regroupements (prévention du dopage et lutte contre les trafics). Il s'agit aussi de mettre en place et de développer des réseaux de santé, des outils de prévention, des formations d'éducateurs en matière de promotion de la santé par le sport pour la prise en charge de populations spécifiques (personnes sédentaires, seniors, jeunes obèses, diabétiques,...) conformément aux recommandations des programmes nationaux « Nutrition Santé » (PNNS2) et « Bien vieillir ». »

<sup>11</sup> Lignes directrices de l'UE pour l'activité physique, p. 13.

<sup>12</sup> Projet annuel de performance du programme Sports



## **2 - LA REINTRODUCTION DE LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITE PHYSIQUE REGULIERE S'INSCRIT DANS UNE DEMARCHE DE DEVELOPPEMENT DURABLE**

### **2.1 - LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITE PHYSIQUE AU QUOTIDIEN, BENEFIQUE A LA SANTE PUBLIQUE ET PROPICE AU LIEN SOCIAL, NECESSITE UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE**

A partir du constat que les opportunités de s'adonner à une activité physique s'amenuisent, aussi bien au travail que durant les loisirs, il importe de recréer un environnement favorable à l'activité physique pour compenser cette évolution tendancielle. Ce n'est pas tant une question d'installations sportives, car celles-ci existent généralement, mais plutôt d'aménagements urbains sécurisés incitant à la marche à pied ou au vélo. L'organisation de la ville, le cadre urbain et l'accès à l'environnement naturel peuvent encourager ou au contraire entraver un mode de vie actif<sup>13</sup>. Les urbanistes doivent prendre en compte cette évidence, et offrir à la population des équipements et des facilités susceptibles de l'inciter à être physiquement active. Pour les jeunes, cela peut passer notamment par le développement d'infrastructures de proximité permettant de pratiquer des sports utilisant l'espace urbain, tels que le roller, le skate ou le parkour<sup>14</sup>.

« Un environnement urbain qui encourage l'utilisation des véhicules motorisés et décourage la pratique des activités physique est un des facteurs de la tendance actuelle au surpoids et à l'obésité constatée aujourd'hui dans l'ensemble de la population », ainsi que le soulignent les lignes d'actions recommandées par l'Union européenne en matière d'activité physique » adoptées en 2008.

Ce document souligne aussi la part croissante des activités physiques et sportives non organisées (ou auto-organisées), et relève qu'elles sont exposées à de nombreuses limitations, d'ordre géographique, socio-économiques ou culturel, qu'il incombe aux pouvoirs publics d'alléger autant que possible.

On note parallèlement que les activités de déplacement sont probablement les plus adaptées pour inciter à marcher, courir ou faire du vélo, dès lors que les conditions de sécurité sont assurées, notamment au niveau de la circulation. Or dans la plupart des pays, et à quelques exceptions près telles que les Pays-Bas ou le Danemark, la pratique de la marche et du vélo a plutôt diminué. Un champ d'action considérable reste donc ouvert, et les bonnes pratiques citées peuvent constituer autant d'exemples à suivre, d'autant que les préoccupations liées à la préservation de l'environnement constituent une incitation supplémentaire.

Dans le programme des futures présidences du Conseil de l'Union européenne établi pour les 18 prochains mois, les lignes d'actions recommandées en matière d'activité physique figurent en bonne place. La mise en œuvre du Traité de Lisbonne, et notamment son article 165 qui donne à l'Union une compétence d'appui, de soutien et de coordination dans le domaine du sport, pourrait permettre de passer à un niveau d'action supérieur.

<sup>13</sup> « *Activité physique et santé en Europe : une évidence pour agir* », OMS, bureau pour l'Europe, 2006

<sup>14</sup> Le parkour est une pratique physique consistant à transformer des éléments du décor du milieu urbain ou rural en obstacles à franchir par des sauts, des escalades.

## **La pratique d'une activité physique quotidienne améliore la santé et a des impacts positifs en matière de socialité**

L'activité physique induite par un environnement favorable permet le maintien en forme, la prévention de l'obésité, et la diminution des dépenses de santé pour la collectivité. Ils contribuent également à pacifier la cité.

Les modes de déplacement alternatifs -marche ou vélo- qui ne produisent aucun rejet de CO<sub>2</sub>, ne peuvent qu'être favorisés dans le contexte actuel de prise en considération du changement climatique. La ville de Copenhague, qui a accueilli la conférence mondiale sur le changement climatique, peut être citée en exemple, avec près de 40 % des trajets quotidiens effectués en vélo, grâce à une politique d'aménagement spécifique menée depuis de nombreuses années (contre à peine 3 % en France !).

En termes de socialité, l'activité physique met plus facilement les gens en relation, et participe à l'amélioration de la vie en collectivité. La pratique sportive, notamment dans un cadre bénévole, favorise également l'engagement citoyen et contribue à limiter la montée de l'individualisme, notamment dans les grandes villes.

Enfin, le sport et l'activité physique sont particulièrement importants pour les jeunes du point de vue de la socialisation, de l'apprentissage des règles de vie collective et du civisme, (esprit d'équipe, développement du goût de l'effort...). Ils leur permettent aussi d'acquérir des aptitudes et des savoirs-faire qui pourront les aider à mener une existence de meilleure qualité durant toute leur vie.

## **2.2 - LA PRATIQUE REGULIERE D'UNE ACTIVITE PHYSIQUE A TOUS LES AGES DE LA VIE S'INTEGRE DANS UNE DEMARCHE DE DEVELOPPEMENT DURABLE**

### **La pratique régulière d'une activité physique s'intègre dans une démarche de développement durable et peut être favorisée par un environnement adapté**

Selon une étude commandée par le coordonnateur interministériel pour l'usage du vélo qui vient d'être publiée, les Français parcourent en moyenne 87 km par habitant et par an, loin derrière les Néerlandais qui en font 800 à 1 000 km, suivis des Allemands, Belges et Suisses qui sont crédités de 250 à 500 km par an. La marge de progression est donc importante en France par rapport aux pays voisins. En France, le vélo représente en moyenne 2,8% seulement des déplacements urbains. Toutefois, la pratique a pu progresser fortement dans les villes qui ont consenti des aménagements en sa faveur. Ainsi, elle a augmenté de 300% à Lyon entre 1995 et 2006, et de 200% à Paris entre 1991 et 2001. Les vélos en libre-service apparus ces dernières années y ont beaucoup contribué, et ont eu un impact réel sur la pratique des habitants.

L'effet de cette pratique sur la santé publique serait considérable : il est évalué à 5,6 milliards d'euros d'économies dans les dépenses médicales, selon une méthodologie utilisée dans une étude danoise. Trente minutes de pédalage quotidien par jour seraient suffisantes pour réduire d'un tiers les risques de mortalité. Cette pratique régulière est en effet bénéfique contre les maladies cardio-vasculaires,



certains cancers, l'obésité, le diabète de type II et même la dépression. Selon l'auteur de l'étude, si chaque habitant effectuait 350 kilomètres en vélo par an, il n'y aurait plus de trou de la sécurité sociale...<sup>15</sup>. L'objectif fixé est donc de parvenir à une moyenne de 250 à 350 km par an et par habitant, et de rejoindre le groupe des pays de tête en portant la part modale du vélo dans les déplacements entre 12% et 15% d'ici 2020. L'effort à consentir est important, car Strasbourg, ville championne au niveau hexagonal, n'en est qu'à 8%. Quant à Marseille, 2<sup>ème</sup> ville de France par la taille, elle ne dispose que d'une soixantaine de pistes cyclables !

### **La pratique d'une activité physique à tous les âges de la vie doit être recherchée**

Au-delà d'un environnement favorisant les mobilités douces, la pratique d'une activité physique quotidienne doit être recherchée à chaque âge de la vie. Si cette pratique nécessite une impulsion des pouvoirs publics et une volonté politique forte, les moyens à mobiliser sont relativement modestes en comparaison des bénéfices que les individus et la société pourraient en retirer.

Il importe surtout de proposer un projet fédérateur mobilisant les collectivités territoriales et les associations sportives susceptibles de générer une dynamique de proximité (comme le font par exemple la fédération française d'athlétisme et les clubs qui lui sont affiliés avec le dispositif « Coach Athlé Santé »). Les programmes Actimarch® et Atoutgym® de la fédération de gymnastique volontaire, ainsi que les actions de la Fédération française de la retraite sportive, 3<sup>ème</sup> fédération sportive en nombre de licenciés sont également à signaler.

Ainsi, pour la petite enfance, l'activité physique peut être favorisée par la multiplication des aires de jeu dans les crèches et dans les parcs municipaux. Pour répondre à une demande forte des parents, les associations sportives pourraient développer leurs activités d'initiation au sport et d'éducation motrice dès 3 ans sur le modèle des « bébés nageurs » ou « baby athlé ».

Pour les enfants et adolescents, la même démarche d'implantations d'aires de jeux en ville et d'espaces de sports urbains doit être encouragée. Surtout il importe de renforcer l'éducation physique et sportive de l'école primaire au lycée. Le projet présenté par le ministre de l'Education nationale, visant à libérer les après-midi des collégiens pour des activités sportives paraît intéressant, mais il reste expérimental et circonscrit à quelques centaines d'établissements. Sa généralisation ne semble pas envisagée, et en tout état de cause, il s'appuie sur le tissu associatif local. Celui-ci ne pourrait répondre à une sollicitation accrue qu'à condition de voir ses moyens d'action considérablement renforcés.

En ce qui concerne les adultes, la principale activité physique est celle liée aux déplacements quotidiens, notamment le vélo et la marche à pied.

Néanmoins, la pratique du sport dans l'entreprise pourrait être encouragée par les comités d'entreprises et comités d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail, au travers notamment de la prise en charge d'une partie du coût d'une licence sportive. La pratique d'activités pendant la

---

<sup>15</sup> L'économie du vélo en France, étude réalisée par Nicolas Mercat, cabinet Altermodal- Indiggo, et présentée à la 12<sup>ème</sup> journée d'études de la FUBicy à Strasbourg en avril 2010.

pause méridienne, sur le modèle du « running entreprise » est également à développer. Les entreprises elles-mêmes en retireraient des bénéfices, puisqu'un salarié pratiquant un sport est trois fois moins absent qu'un salarié normal.

Enfin, l'activité physique des personnes âgées apparaît fondamentale. Dans un contexte de vieillissement de la population, il importe de permettre aux personnes âgées de vivre le plus longtemps en bonne santé. L'action des associations de sport pour tous est ici à encourager. La pratique d'une activité physique douce (marche nordique par exemple) associant grands-parents et petits enfants peut renforcer la solidarité intergénérationnelle tout en améliorant la santé des acteurs. En ce sens, l'action de la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire, dont les actions « Gym mémoire » et « Ateliers équilibre » sont financés par les Caisses primaire d'assurance maladie, peuvent constituer un modèle à développer.

Dans un contexte budgétaire contraint et face aux défis qu'engendrent le surpoids et le vieillissement de la population, le développement du « sport santé » loin de représenter un coût pour les finances publiques, pourrait permettre de réduire le déficit de la branche maladie de la sécurité sociale en réduisant les dépenses liées aux pathologies dues à l'obésité.

Impulsée par l'Etat, une telle démarche devrait être appréhendée de manière globale et associer collectivités territoriales, mouvement sportif et urbanistes dans une logique de développement durable et de promotion de la santé par la pratique d'une activité physique.