Remettre en mouvement les Français(es) :

UN ENJEU MAJEUR

Nos 12 propositions

pour remettre en mouvement les Françaises et les Français

active

ACTIVITÉS DE LOISIRS PLEIN AIR & INDOOR

Fédération Nationale des Entreprises des Activités Physiques de Loisirs

95% des Français trop sédentaires. Il est temps de réagir…

Plus que jamais je suis fier et heureux d'avoir rassemblé les acteurs de l'activité physique et sportive au sein de la Fédération Nationale des Entreprises d'Activités Physiques et de Loisirs (FNEAPL – Active).

Plus que jamais, face au triste constat de la sédentarité de 95% des Français, notre activité pour conduire et adapter leur activité physique et sportive, est devenu un devoir, voire une mission d'utilité publique.

Les conséquences de cette inertie sur la santé physique et mentale sont indéniables.

Ainsi, les Françaises et les Français ont subi cet événement, sans précédent, qui les a contraint à un confinement et à une activité physique limitée. Ils ont également adapté leur mode de vie personnel et professionnel où le télétravail, les visioconférences, un certain don d'ubiquité, sont rentrés dans les usages.

De leur côté, nos entreprises, nos sites, nos équipes, nos éducateurs et nos formateurs, qu'ils soient en salle ou en plein air, ont subi de plein fouet cette terrible période, ce mauvais sort de la COVID-19.
Ces nombreux mois de fermeture de nos activités, liée à la crise sanitaire, ont produit une véritable paralysie.

Au lendemain de cette crise, et à la veille d'échéances sportives majeures dans notre pays, nous mesurons l'importance de la charge qui nous incombe pour relever le défi du réveil et de la remise en mouvement des Françaises et des Français sur tout le territoire.

Les bénéfices de l'activité physique sur la santé et la longévité sont prouvés et mesurés avec de plus en plus de précision par discipline, par les scientifiques, comme en témoigne l'étude récente réalisée par Jessica Gorzelitz[1] qui prouve que l'activité aérobique, sous toutes ses formes, diminue le risque de mortalité de 9 à 22%.

Les disparités d'éducation et de moyens pour pratiquer une activité physique et sportive ou de loisirs demeurent et se creusent dans notre pays, mais également avec les autres pays de l'UE et du monde. Ainsi, seulement 6% de nos concitoyens sont inscrits à un club de fitness, alors que la moyenne des autres européens est le double, soit 12% d'inscrits et de pratiquants dans un club[2].

Avec l'aide des pouvoirs publics, nous entendons non seulement recréer une dynamique, une énergie salvatrice, mais également la rendre accessible aux plus isolés, à celles et à ceux qui n'osaient pas se rendre dans un de nos sites, en raison de leur âge ou leur santé ou leur apparence.

L'article 17 du Projet de Loi de Financement de la Sécurité Sociale (PLFSS) introduit désormais trois consultations de prévention aux âges clés de la vie, et l'appréciation par le médecin de « la pratique d'une activité physique régulière suffisante et adaptée aux besoins et envies de la personne ».

Ces consultations doivent permettre de prescrire une activité physique adaptée… avant de tomber malade.
Elles devraient également permettre a u praticien de disposer d'une grille pour lui permettre la recommandation et le choix de plusieurs activités adaptées à son patient, en fonction de sa localisation, de son âge, de ses prédispositions et antécédents sportifs.

C'est dans ce cadre que notre Fédération étudie d'ores et déjà la création d'un référentiel co-construit entre le monde de l'activité physique et les professionnels de la santé.

C'est dans cette perspective que nous entendons nous engager pour ce mouvement, cette mise en mouvement de notre pays, et comme l'a écrit Pierre de Coubertin : "Chaque difficulté rencontrée doit être l'occasion d'un nouveau progrès."

Thierry DOLL
Président de FNEAPL-Active

[1] Etude Jessica Gorzelitz - Septembre 2022 :
https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0031940622000323#tbl0005
https://bjsm.bmj.com/content/early/2022/08/08/bjsports-2021-105315

[2] EUROBAROMETRE spécial 525 – Sport & Activité Physique dans l'UE et par Etat membre – Septembre 2022

Des constats et des chiffres éloquents …

95% des Françaises et des Français sont trop sédentaires…

« 95% de la population française adulte est exposée à un risque de détérioration de la santé par manque d'activité physique ou un temps trop long passé assis. Ces risques sont majorés lorsque le manque d'activité physique et l'excès de sédentarité sont cumulés. Certaines populations sont plus exposées. Promouvoir des modes de vie favorables à la pratique d'activités physiques et à la lutte contre la sédentarité doit constituer une priorité des pouvoirs publics, » selon l'Anses[3].

⇨ Cette étude montre ainsi que **seuls 5 % des adultes ont une activité physique suffisante pour être protectrice.**

⇨ Constat d'autant plus préoccupant qu'il est reconnu qu'en France :

- **un adulte sur deux est en surpoids, et 17 % des adultes sont obèses[4].**
- **75 % des enfants en surpoids ou en obésité sont issus des catégories populaires et inactives.**

⇨ L'obésité a multiplié par deux les risques d'entrée en réanimation des personnes atteintes de la Covid-19, et par un facteur compris entre deux et trois, les risques de décès.

[3] Source : *AVIS de l'Anses relatif à l'évaluation des risques liés aux niveaux d'activité physique et de sédentarité des adultes de 18 à 64 ans, hors femmes enceintes et ménopausées (PDF)*

[4] Sources : Obésité dans la région européenne de l'OMS - *Audition de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) sur le rapport 2022 - (r21-744-syn.pdf (senat.fr))*

Le surpoids et l'obésité sont reconnus comme la cinquième cause de mortalité par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et par l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE).

⇨ l'OCDE estime que le surpoids et l'obésité réduisent de 2,3 ans la durée de vie moyenne des Français.

⇨ *"À la création des IUFM (Instituts universitaires de formation des maîtres), on avait* **100 heures** *de formation consacrées à l'EPS (Éducation Physique et Sportive).*
30 ans plus tard, on arrive parfois à ***25 heures*** *dans certains départements"* avance Claire Pontais, chargée des questions d'éducation physique et sportive (EPS) en primaire au Snep-FSU.

Le coût total de la sédentarité estimé à 17 milliards d'euros par an en France

Le coût de la sédentarité dans le monde est selon l'OMS de 61 milliards d'euros par an.

Sur la base d'un taux de pratique de 25 %, le coût total de la sédentarité est estimé en France à près de 17 Mds € par an.

La très grande partie de ce coût est composée des dépenses de santé (81 %, soit 14 Mds€), complétées par les coûts indirects liées à l'invalidité (12 %), à la mortalité (5 %) et aux pertes de production (2 %).

À l'inverse, un **salarié sédentaire** qui se met à pratiquer régulièrement une activité physique et sportive peut voir sa productivité croître **de 6 % à 9 %.**

Une entreprise encourageant ses salariés à la pratique d'une activité physique et sportive peut enregistrer entre **2,5 % et 9,1 %** de gains de productivité[5].

Les JO de 2024 auraient pu permettre de relever ce défi de la sédentarité et devenir une échéance importante pour faire bouger les Françaises et les Français.

Or, notre pays a trop longtemps misé sur le spectacle et la performance du sport, le transformant en une pratique élitiste, réservée aux plus performants et à une minorité.

Pour de nombreux autres pays dans le monde, en Europe, aux États-Unis ou en Asie, pratiquer un sport et/ou une activité physique est une évidence dans la vie scolaire et sociale. Loin de cette approche, la France n'a pas réussi l'effet de ruissèlement qu'elle avait escompté, voire l'« héritage » attendu de la compétition vers la pratique.

L'accès à une activité physique, accessible et adaptée à tous les âges, comme à l'état de santé de chaque Française et de chaque Français, est devenu un enjeu majeur de santé publique pour notre pays.

La Fédération Nationale des Entreprises d'Activités Physiques et Sportives de Loisirs de Plein Air (FNEAPL-Active) représente des milliers d'acteurs et d'entreprises experts de cette remise en mouvement adaptée et accessible à chacun(e) sur tout le territoire.

Dans ce contexte d'urgence et d'utilité publique, la FNEAPL-Active rend compte de ses 12 propositions pour remédier à la sédentarité et remettre en mouvement les Françaises et les Français.

[5] Source : *Etude supra réalisée en France à la demande conjointe du MEDEF et du CNOSF*

Qu'ils soient entrepreneurs, éducateurs sportifs ou organismes de formation, nos membres et leurs équipes sont déterminés à agir pour prévenir et lutter contre la sédentarité et ses conséquences pour les Français(e)s, notamment en accompagnant celles et ceux qui subissent les disparités territoriales ou/et sociales d'accès à l'activité physique et sportive qui subsistent, voire augmentent dans notre pays.

LES PROPOSITIONS DE LA FNEAPL-ACTIVE en 5 axes et 12 propositions.

AXE 1 :

« REDYNAMISER LES RÉGIONS ET LES FRANÇAIS(E)S, GRÂCE AUX MILLIERS D'ACTEURS ET D'ENTREPRISES DÉDIÉS À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DE LOISIRS », ACCESSIBLES SUR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE

1. Mutualiser les expertises et les savoirs des entreprises, des formateurs de proximité pour remettre en mouvement les Français(e)s, dans leur diversité.

Valoriser davantage le maillage territorial, les expertises de ces métiers et de ces entreprises pour offrir les activités physiques les plus adaptées à l'âge et à la santé de chacun, qu'elles soient à proximité de son domicile ou de son lieu de travail, en salle ou en plein air.

Offrir sur tout le territoire, dans nos régions, nos villes et villages, les opportunités de découvrir ou de renouer avec un sport, une activité de plein air, individuelle ou familiale, ludique, comme des séjours actifs plus proches de la nature.

2. Participer à l'attractivité et au développement d'une nouvelle offre touristique de chaque région, grâce à l'engagement de nos entreprises de favoriser des expériences "One Health" et de faire découvrir une activité physique ou sportive écoresponsable, en adéquation avec l'écosystème du territoire.

AXE 2 :

PARTICIPER À LA COHÉSION DU TERRITOIRE ET INNOVER DANS L'ORGANISATION DE NOS ACTIVITÉS AUPRÈS DES PLUS ISOLÉS

3. Apporter des réponses aux inégalités d'accès au sport dans les territoires ruraux et les zones isolées[6] :

⇨ vers des personnes ou des communautés "isolées", géographiquement ou socialement, qui représentent près de 20 millions de Français habitant souvent en milieu rural, soit sur 80% du territoire[7] .

⇨ isolement « géographique » ou social renforcé par un accès très limité à Internet, comme aux outils numériques et aux aménagements urbains.

⇨ une vision de proximité, plus humaine s'impose, combinée avec une approche d'aménagement du territoire.

4. Des entreprises et des experts pour encourager une activité physique et/ou sportive régulière encadrée, dans les quartiers d'éducation prioritaire

Créer les conditions d'une interculturalité et d'une "mixité" intergénérationnelle.

Promouvoir les vertus et les valeurs du sport, qu'il s'agisse de bonne santé, d'engagement et de respect de l'autre.

Démultiplier l'effet d'émulation et d'incarnation de grandes événements sportifs, tels que la Coupe du monde de Rugby et les JO PARIS 2024 en France.

⇨ dans les quartiers défavorisés

⇨ dans les zones urbaines sous-équipées

5. Des acteurs engagés pour participer à la création de « tiers-lieux » dédiés à la santé et à l'activité physique dans chaque ville/village, pour rassembler autour d'un lieu et d'une programmation d'activités et de conseils, pour tous, pour tous les âges et à tous les moments-clés de la vie.

---

[6] Déclaration d'Helsinki sur la santé dans toutes les politiques 2013 ; OMS (WHA67.12) 2014.*« Contribuer au développement économique et social : une action intersectorielle durable pour améliorer la santé et l'équité en santé ».*

[7] Source : Association des Maires Ruraux de France.

⇨ mobilisation de la Fédération pour faire partager aux plus isolés les bienfaits du sport pour la santé mentale et physique, à tous les âges[8].

⇨ sensibilisation et actions ciblées auprès de de différents publics, dans une « approche populationnelle[9]» .

⇨ en collaboration avec les professionnels de santé, en offrant la possibilité de pratiquer des activités physiques adaptées à tous les âges et à l'état de santé de chacun [10].

Axe 3 :

Étendre le sport sur ordonnance à l'activité physique pour toutes et pour tous

6. Faire reconnaître les vertus d'un accompagnement par des experts du mouvement et de l'activité physique, essentielle dans le parcours de santé de TOUS les Françaises et les Français, dès le plus jeune âge.

Devenir des auxiliaires au service des professionnels de la santé… pour l'accompagnement de nombre de pathologies :

⇨ lutte contre le surpoids/l'obésité,

⇨ le diabète de type II, les maladies cardiovasculaires, l'AVC…

⇨ les pathologies liées à la santé mentale qui aujourd'hui concernent près de 2 Français sur 3 (troubles du sommeil, stress, dépression, burn-out...).

7. Permettre à nos entreprises d'offrir des accès alternatifs, accessibles et innovants aux « heures de moindre affluence » (AHMA) pour les plus jeunes, les plus précaires et les plus âgés

⇨ abonnements « AHMA » subventionnés pour l'accès des jeunes adultes, des plus précaires et des plus âgés

⇨ une offre adaptée aux besoins santé de publics spécifiques en fonction de leur âge

⇨ prévention de la chute, de l'ostéoporose ou des maladies neurodégénératives.

[8] Rapport du Pr. Chauvin, Président de la HASP: *« Dessiner la santé publique de demain »* (4 Mars 2022)

[9] *Appliquée en France, l'approche populationnelle est inspirée de la politique de santé publique du Québec, qui consiste, à partir d'une population d'un territoire donné, avec des acteurs de santé, à ce qu'ils s'accordent pour coopérer et s'engager à améliorer l'état de santé des populations sur leur territoire (source : FHF)*

[10] Vr. Proposition 9

Axe 4 :

Créer les conditions pour former un encadrement de qualité adapté à des nouveaux publics

8. Faire évoluer les modalités de mise en œuvre de formations dédiées à l'activité physique et sportive pour différents publics :

⇨ Formations plus accessibles et plus courtes

⇨ De nouveaux profils ou/et de nouvelles compétences dans nos équipes pour répondre à une diversification des publics et de leurs conditions d'accueil

⇨ Permettre aux professionnels de définir leurs propres modalités avec d'autres acteurs (santé, sciences humaines...) assorti d'un pouvoir de contrôle a priori et a posteriori par le(s) Ministère(s) concerné(s)

9. L'Active Score : une grille de lecture pour identifier les activités physiques et sportives les plus adaptées à l'âge et à l'état de santé de chacun (e):

⇨ inspiré du Nutriscore : classement de la/des activité(s) conseillée(s) en fonction de l'âge, de la pratique du sport, de l'état de santé (IMC, cardio, tension...) et du moment de la vie (adolescence, grossesse, ménopause...).

⇨ co-construit, notamment avec les sociétés savantes, les médecins et les représentants de patients.

10. Des entrepreneurs promoteurs d'un référentiel, de labels et de formations reconnus par notre branche professionnelle pour les structures qui cherchent à développer la prévention santé.

Axe 5

Une fiscalité innovante dédiée

11. Incitations fiscales à l'attention des particuliers, comme la création d'un crédit d'impôt pour les abonnements.

12. Baisse du taux de TVA sur les prestations d'activés sportives qui aiderait le secteur le plus engagé dans la politique de Santé Publique.

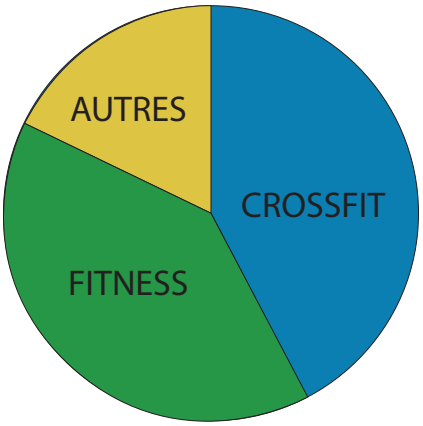
CHIFFRES CLÉS FNEAPL-ACTIVE

Notre communauté :

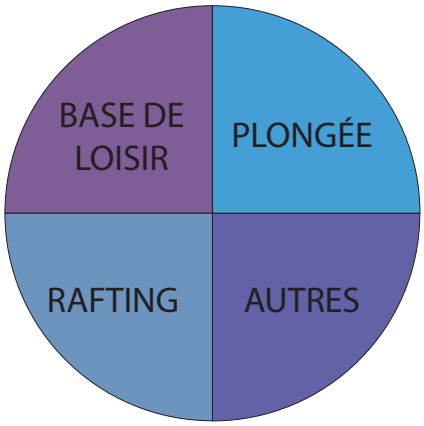
1.700 (SIRET) structures adhérentes et 6.000 salariés.

Nos disciplines :

INDOOR



OUTDOOR



Missionnés par le Conseil d'Administration de Active-FNEAPL

Ils ont participés à l'élaboration de ce document

BEDEL Jean Michel
BELIVIER Jean Christophe
CHAPART Nicolas
GILLET Florent
HURREAU Sébastien
LEROY Anne
LEROY Philippe
MALLEN Pascal
MARQUER Patrick
MAZEROT Patrick
POIRIER Dominique
PORTA Bernard
SCHROLL Guillaume

Contact :

Active - FNEAPL
Marine de Sisco - 20233 SISCO
✉ contact@ active-fneapl.fr
secretariat@active-fneapl.fr
www.active-fneapl.fr

active
ACTIVITÉS DE LOISIRS PLEIN AIR & INDOOR
Fédération Nationale des Entreprises des Activités Physiques de Loisirs

@loisirsfneapl