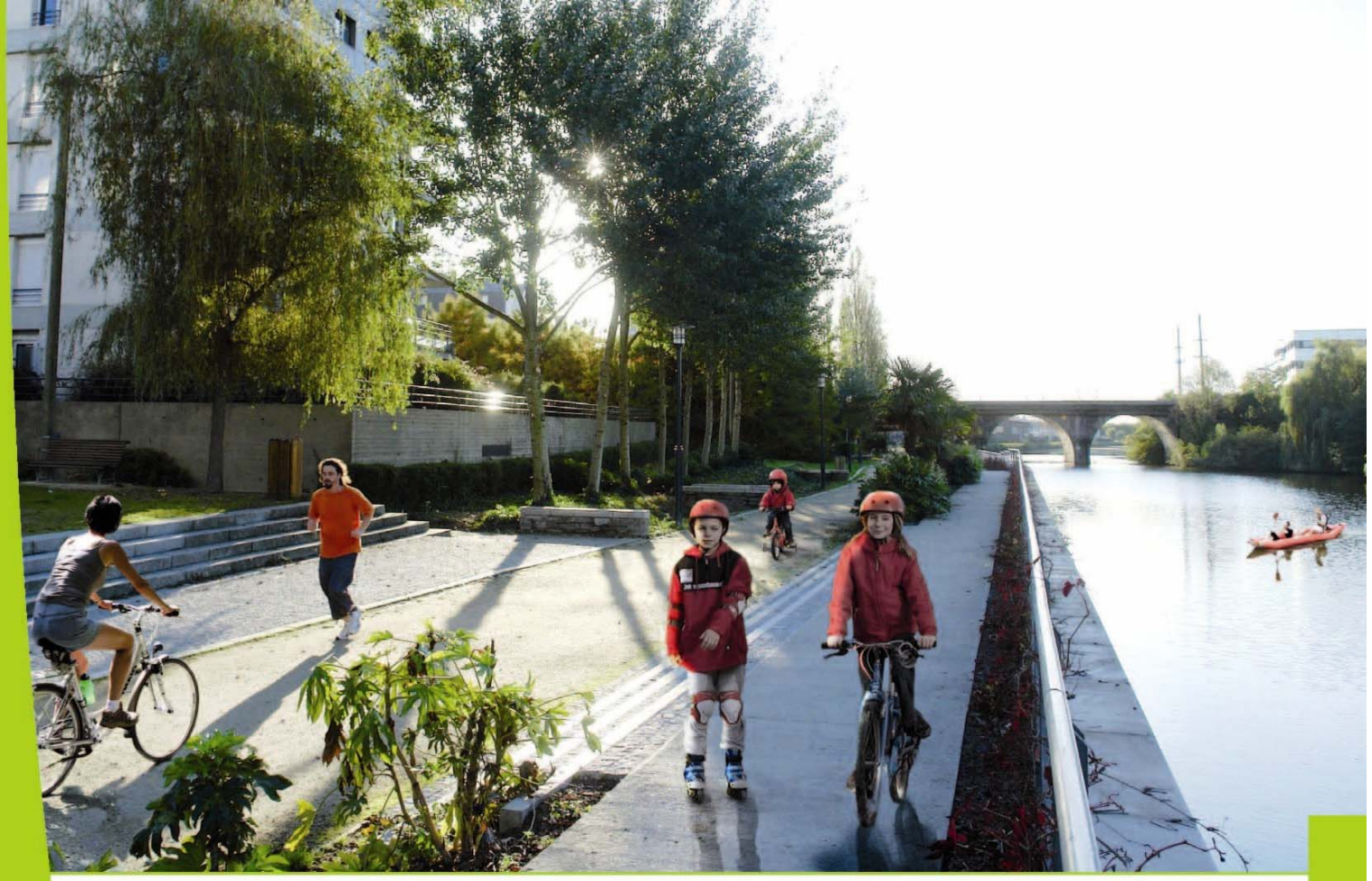


étude

À vos marques, prêts... bougez !

En avant pour une région active et sportive

rapporteurs

Mme Monique HERROU et M. Lucien THOMAS

Mars 2010

Région BRETAGNE
Conseil économique et social

A vos marques, prêts… bougez !

En avant pour une région active et sportive

Copyright © Région Bretagne – Conseil économique et social de Bretagne
7 rue du Général Guillaudot – 35069 RENNES Cedex
Mars 2010

Les rapports du CESR peuvent faire l'objet d'une présentation orale publique par les rapporteurs.
Les demandes doivent être adressées au Président du Conseil économique et social de Bretagne.
Pour mieux connaître le fonctionnement et les activités du CESR, venez visiter le site Internet : http://www.cesr-bretagne.fr

Avant-propos

« A vos marques, prêts… Bougez ! En avant pour une région active et sportive », ce titre pourrait, à première vue, paraître quelque peu éloigné des compétences dédiées de la Région Bretagne. Il faut préciser que cette autosaisine du Conseil économique et social régional de Bretagne (CESR), initiée et réalisée par sa commission « Qualité de Vie, Culture et Solidarités », avec la forte mobilisation de ses membres, s'inscrit dans le prolongement de travaux du CESR tels que ceux ayant abordé les modes de vie, les jeunes, le bien vieillir, l'économie sociale en Bretagne, etc.

Alors que le progrès scientifique laisse entrevoir de nouvelles possibilités d'allongement de la vie, autant bien s'y préparer ! S'il faut vivre plus longtemps, que cela se fasse en bonne forme, avec des fonctions vitales préservées et la meilleure qualité de vie possible, pour mourir à cent ans, voire au-delà, en pleine jeunesse !

Il faut se rappeler cet adage qui reste plus que jamais d'actualité : *« les bonnes habitudes se prennent tôt ».* C'est d'ailleurs ce que se plaisaient à répéter nos maîtres, soucieux de notre éducation, ainsi que nos parents, attentifs à notre santé.

Le souci d'afficher une bonne forme est omniprésent, mais au-delà des apparences, il est surtout nécessaire de la posséder réellement. Dans notre société mondialisée, les repères ont été déplacés, tout s'accélère à la vitesse « grand V », ce qui provoque parfois un véritable « choc des cultures ». Face à des institutions, donc à des hommes et des femmes quotidiennement confrontés aux mutations brutales et au stress permanent, comme l'a souligné un médecin auditionné : *« Il faut être en super santé pour se permettre de ne pas faire d'activité physique ».*

Confrontés chaque jour à la concurrence, à la compétitivité, à la recherche de l'excellence, les plus faibles risquent de rester au bord du chemin. La crise financière vécue depuis deux années, la crise économique qui s'en suit et qui vire actuellement à la crise politique, particulièrement en Europe, font monter le taux de chômage d'une façon plus qu'inquiétante.

Perdre son emploi, la difficulté d'en trouver un pour les plus jeunes, de le conserver ou de retrouver pour les plus âgés, sont autant de facteurs favorisant la mauvaise santé d'un individu pris dans son ensemble. Rappelons que pour l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé est *« un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ».*

Cette situation provoque naturellement, dans les milieux les moins favorisés, une précarité. Il en découle un pouvoir économique nettement affaibli qui entraîne une alimentation à bas coût, souvent déséquilibrée, qui peut, combinée à d'autres facteurs, favoriser le surpoids ou l'obésité, en progression rapide chez les enfants et adolescents.

Cet excès pondéral est aggravé par la sédentarité et l'inactivité. Inactivité de ceux qui n'ont plus le courage de se lever le matin, sédentarité des plus jeunes dont la scolarité ou les loisirs ne favorisent pas un style de vie physiquement actif : télévision, ordinateur, jeux électroniques etc.

A cela s'ajoute un découpage du temps et de la vie scolaire, de l'enseignement Primaire à la fin du Secondaire, avec une semaine de 4 jours remise en cause, une fois de plus, par l'Académie de médecine, qui laisse les enfants assis près de 6 heures par jour alors que, dans le même temps, le Plan national nutrition santé les incite à « bouger plus » au quotidien…

Face à ce constat, le Conseil économique et social de Bretagne a choisi d'aborder la problématique de l'activité physique et du sport en Bretagne dans l'optique de faire des préconisations à l'ensemble des acteurs concernés. Notre ambition est de contribuer à freiner cette dérive vers des modes de vie toujours plus sédentaires, facteurs de risques autant que d'inégalités de santé.

Dans cette optique, le rapport du CESR, après un bref rappel historique, souligne la distinction à faire entre le sport et l'activité physique. Il cherche à apporter des réponses à la problématique suivante : *Quelles sont les contributions du sport et de l'activité physique favorables à la dimension humaine et sociale du développement durable dans les territoires en Bretagne ?*

Nous pouvons ici rapprocher notre réflexion de l'étude du CESR sur l'économie sociale et solidaire en Bretagne, adoptée en 2006. De multiples expériences de terrain ont en effet apporté la démonstration que le mouvement associatif, essentiel au sein des activités sportives, est bien souvent porteur d'une véritable dynamique territoriale susceptible de provoquer localement la mise en place de réponses aux nouveaux enjeux que sont par exemple la protection de l'environnement, le développement de solidarités intergénérationnelles, interculturelles, et qu'elles ont des répercussions essentielles sur la vitalité territoriale, sociale, économique, touristique, environnementale,… d'une région.

Trois champs de recherche ont été privilégiés par le CESR : la santé ; l'éducation et la formation tout au long de la vie ; le développement social et territorial.

La santé, parce qu'elle est primordiale à tout âge, et que l'activité physique – et surtout les sports – contribuent fortement au développement humain et durable de la Bretagne, de ses territoires et de ses habitants.

L'éducation, car elle permet d'acquérir les fondamentaux qui permettent de se construire en bonne santé. Surtout, s'il repose sur des valeurs humanistes et un projet citoyen, le sport contribue à l'éducation et à la formation tout au long de la vie. Il reste sans doute encore beaucoup à faire pour que les acquis de l'éducation non formelle liés aux activités physiques et à la pratique sportive au sein des clubs, soient mieux pris en compte dans l'évaluation globale de l'enfant, du jeune, en complément de ses acquis scolaires. Quelques expériences de terrain, là encore, ont également apporté la démonstration qu'un lien étroit entre la pratique sportive de jeunes passionnés et leur formation scolaire apportait les meilleurs résultats. Encore faudrait-il que les moyens effectifs de l'Education physique et sportive à l'école soient à la hauteur des missions qui lui sont confiées…

Le sport, placé au cœur de *la vie sociale,* participe fortement à un *développement territorial durable.* Pourtant, s'il peut servir de nombreuses causes, le sport ne saurait être considéré seulement comme un instrument : le développement durable *par* le sport ne peut-être séparé de l'enjeu – et des moyens – d'un développement durable *du* sport lui-même, c'est-à-dire du « sport pour le sport ».

Tout ceci ne peut se concevoir sans une approche globale et territoriale réunissant l'ensemble des acteurs publics et privés où chacun, selon son degré et son niveau d'intervention, peut s'inscrire dans une démarche d'animation et de gestion concertées, permettant d'adapter les réponses au plus près des besoins diagnostiqués.

Le CESR propose une stratégie régionale multi-niveaux et territorialisée reposant sur quatre piliers :

- Un plan régional de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport ;
- L'éducation et la formation par le sport tout au long de la vie ;
- Le sport au service de la vie sociale et d'un développement territorial durable ;
- Le développement durable *par* le sport qui suppose un développement durable *du* sport lui-même.

Nous souhaitons que cette étude soit partagée par le plus grand nombre et qu'elle incite les gens qui le souhaitent à retrouver la possibilité et le goût de bouger, à la fois individuellement et collectivement, pour l'épanouissement personnel et social de tous.

Bouger pour le plaisir de « retrouver sa liberté de mouvement », mais aussi bouger pour le plaisir du « sport pour le sport », car cette dimension n'a pas échappé à notre étude.

Le sport est avant tout une activité vivante portée par l'énergie et l'enthousiasme de la société civile elle-même. Il peut être un vecteur de paix, donner un sens à la vie et surtout, apporter du bonheur.

Nos remerciements les plus sincères vont à toutes les personnes qui, par leur audition ou contribution, ont enrichi l'information et la réflexion du CESR tout au long de ses travaux. Chacune, en ce qui la concerne, s'est faite le témoin engagé et le « relayeur » d'une Bretagne déjà bien active et très sportive.

Merci donc à tous ceux grâce auxquels cette étude aura permis une vision très large des enjeux de l'activité physique et du sport :

- l'ensemble des personnes auditionnées, qui, à titre professionnel ou bénévole, ont pris de leur temps pour enrichir l'étude, soit au CESR à Rennes, soit dans leurs territoires d'intervention ;
- toutes celles qui ont adressé des contributions écrites, en particulier lors de l'enquête territoriale ;
- les élu(e)s du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne* ;
- tous les représentants des organismes qui ont apporté des éléments de connaissance statistique, historique, générationnelle… indispensables à l'analyse ;
- l'ensemble des membres de la Commission « Qualité de vie, Culture et Solidarités » pour leur mobilisation et leurs apports ;
- l'équipe du CESR : Pierre LE FOLL, directeur, Valérie PLANCHAIS, secrétaire de la Commission pour sa patience et son implication dans la mise en forme du rapport, Fabien BRISSOT, conseiller technique, pour la qualité de son écoute, la rigueur de ses recherches, ses capacités de synthèse et de rédaction ;
- Jean LEMESLE, Président de la Commission « Qualité de vie, Culture et Solidarités » pour sa constante mobilisation et la pertinence de sa réflexion ;
- Alain EVEN, Président du CESR de Bretagne, pour la patience qu'il nous a manifestée en acceptant de nous laisser un temps important, nécessaire à l'aboutissement de l'étude.

Les co-rapporteurs de l'étude,
Mme Monique HERROU et M. Lucien THOMAS

Composition de la Commission

Deuxième assemblée de la Région Bretagne, le Conseil économique et social régional (CESR) dans sa fonction consultative émet des avis sur le budget du Conseil régional et sur les grandes politiques de la Région. Par son droit d'autosaisine, ou sur saisine de l'exécutif régional, il élabore, sous forme de rapports, des réflexions et propositions sur des sujets d'intérêt régional. Il est composé d'acteurs du tissu économique et social de la Bretagne, représentant tous les courants de la société civile. Ce travail a été réalisé par la Commission « Qualité de vie, culture et solidarités ».

Rapporteurs : Mme Monique HERROU et M. Lucien THOMAS

1. Membres de la Commission

M. Jean LEMESLE, Président
Mme Monique HERROU, Vice-Présidente
M. Michel COLLET, Secrétaire
M. Pascal BLANDEL
M. Jean-Claude CERRUTI
M. Jean-Claude CROCQ
Mme Christine DIVAY
M. Bernard DUBOIS
M. Patrick GALLÉE
Mme Annie GAULTIER-LEFEUVRE
M. Marc GONTARD
Mme Annie GUILLERME
M. Daniel HARDY
M. Pierre JAMET
Mme Marie-France KERLAN-GUEZO
Mme Francine LAIGLE
M. Claude LAURENT
Mme Marie-Martine LIPS
M. Philippe MAGRIN
M. Gilles MARECHAL
M. Alain MONNIER
M. Michel MORVANT
M. Bernard PIVETTE
M. Sylvère QUILLEROU
M. Daniel ROUSSEL
Mme Viviane SERRANO
M. Pierrick SIMON
M. Jean-Bernard SOLLIEC
M. Lucien THOMAS
Mme Marie-France THOMAS
M. Jean-Yves TOUPIN

2. Assistance technique

M. Fabien BRISSOT, Conseiller technique

En collaboration avec :

Mme Valérie PLANCHAIS, Assistante de commission
Melle Erika DENIS, Assistante de commission (remplacement temporaire)
Mme Anne GADBY, Assistante de direction (remplacement temporaire)
Melle Marine MARECHAL, stagiaire de l'IEP de Rennes
M. Bruno GUERIN-DUGRANDLAUNAY, stagiaire de l'IEP de Rennes

Sommaire

Synthèse

Introduction

PARTIE 1
« Kino-Bretagne » : pour une stratégie régionale de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport 11

Chapitre 1
Eléments d'état des lieux sur la sédentarité, l'activité physique et la pratique sportive 15
1. Définitions de la santé, de l'activité physique et du sport selon l'Organisation Mondiale de la Santé 20
2. La part du sport dans l'activité physique quotidienne est à relativiser 22
3. Le déclin historique de l'activité physique 24
4. Etat des lieux de la sédentarité, de l'activité physique et du sport aujourd'hui en France 25

Chapitre 2
L'activité physique, le sport et la santé : une relation complexe..... 89
1. Les bénéfices de l'activité physique et du sport pour la santé 95
2. Les risques liés à la pratique excessive ou inadaptée de l'activité physique et du sport 145
3. Bilan : sauf pratique excessive, les bénéfices de l'activité physique ou sportive pour la santé l'emportent largement sur les risques encourus..... 214

Chapitre 3
« Kino-Bretagne » : proposition d'une stratégie multifactorielle et territorialisée de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport 217
1. La promotion de l'activité physique doit reposer sur une stratégie multifactorielle prenant autant en compte les populations que leurs environnements de vie 223
2. Kino-Québec 229
3. « Kino-Bretagne » : pour un Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive en Bretagne à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux 233

PARTIE 2
L'éducation et la formation par le sport tout au long de la vie 305

Chapitre 1
Le sport : une école de vie et de citoyenneté ? 309
1. La fonction éducative du sport est largement reconnue 314
2. Pourtant, le sport n'est éducatif que s'il sert un projet d'éducation fondé sur une culture humaniste 315

Chapitre 2
Résultats de l'enquête menée auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 321
1. Les principaux résultats de l'enquête réalisée auprès des jeunes du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 326

Chapitre 3
L'éducation physique et sportive, ses prolongements et le sport à l'école..... 347
1. L'éducation physique et sportive à l'école : un enjeu démocratique, des moyens insuffisants..... 352
2. Les associations sportives scolaires : une fonction éducative et sociale à mieux reconnaître..... 372
3. Le sport : une ressource pédagogique transdisciplinaire 384

Chapitre 4
L'éducation par le sport en dehors de l'école : une réalité plurielle au cœur des territoires..... 403
1. L'éducation par le sport elle plurielle et se pratique tout au long de la vie .. 408

Chapitre 5
L'éducation par le sport : un projet fédérateur au défi d'une nouvelle gouvernance territoriale..... 451
1. Rassembler les acteurs de l'éducation et de la formation par le sport en s'inspirant de la méthode de concertation de la SREF et du PPI 456
2. S'inspirer des recommandations de l'Agence pour l'éducation par le sport en les adaptant aux spécificités de la Bretagne et de ses territoires 457

PARTIE 3
Le sport au cœur de la vie sociale et d'un développement territorial durable 465

Chapitre 1
Approche intégrée du développement durable par le sport. 469
1. Quelques points de repères sur le football en Bretagne et sa dimension territoriale 474
2. Le Tournoi international de football de Dirinon (29) : un retour aux fondamentaux humanistes du sport 476
3. « En Avant Guingamp » ou le football professionnel commme catalyseur général et multiforme du développement territorial 488
4. « Les 3 jours de Plouay » : un événement sportif majeur géré par des bénévoles 497
5. Lanarvily : le cyclocross !..... 502

Chapitre 2
Approche de la dimension environnementale du développement durable par le sport..... 515
1. De l'Agenda 21 du sport français au développement durable des sports de nature en Bretagne 520
2. La Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) des Côtes d'Armor : un pionnier environnemental devenu référence nationale 531
3. L'action de l'ADEME pour mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives..... 534
4. Témoignage de Michel DESJOYEAUX sur l'impact environnemental de la course au large : « On n'avance pas qu'avec le vent ! » 539

Chapitre 3
Approche de la dimension économique du développement durable par le sport 541
1. La course au large, un vent porteur pour le développement économique régional 546
2. Evaluer l'impact économique régional d'un événement sportif : exemple de la Coupe du monde de rugby en 2007 550

PARTIE 4
Pour un développement durable du sport pour tous dans tous les territoires 555

Chapitre 1
« Tous les sports pour tous » 559
1. L'accès des jeunes aux pratiques sportives et à l'activité physique : exemple des lycéennes, lycéens, apprenties et apprentis de Bretagne 564
2. Filles, adolescentes, femmes : lutter contre les inégalités de genre dans les pratiques sportives à tous les âges de la vie 571
3. L'accès à l'activité physique régulière et aux pratiques sportives des personnes en situation de handicap : un enjeu pour le développement humain, social et sportif de la Bretagne 581
4. Personnes rencontrant des difficultés d'insertion 604

Chapitre 2
Des moyens pérennes pour un développement durable du sport en Bretagne 609
1. Quelques éléments sur le contexte économique et le financement du sport en France 616
2. L'emploi sportif en France : intégration ou dualisation ? Un état des lieux, des enjeux et scénarios d'avenir sur la base des travaux de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault 623
3. Eléments et réflexions sur la situation de l'emploi et du bénévolat sportifs en Bretagne 632
4. Les besoins en équipements sportifs selon le mouvement olympique et sportif de Bretagne 640

Chapitre 3
Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport et de l'activité physique en Bretagne 643
1. Contexte et enjeux de la gouvernance du sport en Bretagne 648
2. Quelques exemples de gouvernance territoriale du sport en Bretagne 649
3. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale intégrée de l'activité physique et du sport en Bretagne 664

Conclusion 669

Auditions 673

Annexes 683

Table des matières 729

Synthèse

Introduction

- **D'où vient le sport ?**

« Bagatelle la plus sérieuse du monde », selon l'expression de l'ethnologue Christian Bromberger[1], le sport moderne est une pratique physique originale qui émerge en Angleterre, avec la société industrielle, au tournant des XVIIIème et XIXème siècles[2]. Il emprunte à cette dernière l'idée de progrès et de mesure de la performance. C'est également en Angleterre que se développent les premiers « clubs » sportifs, cellules de base de l'institutionnalisation du sport moderne. A l'origine réservé à une élite sociale masculine, le sport, espace de socialisation et d'éducation par la médiation du jeu, se structure autour de la pratique non-violente et compétitive d'une discipline sportive dotée de règles collectives.

En France, en complément des multiples jeux traditionnels et populaires existants, comme par exemple en Bretagne[3], c'est à partir du milieu du XIXème siècle qu'il se développe. Les clubs sportifs se structurent et se multiplient sur les fondements de la loi du 1er juillet 1901 relative au contrat d'association, alors que la gymnastique scolaire prend son essor sous la IIIème République. Au tournant du XIXème siècle et du XXème siècle, certaines disciplines sportives, telles que le cyclisme ou le football, commencent à se populariser, tandis que, comme l'a rappelé l'historien du sport Jean Durry lors de son audition, Pierre de Coubertin, au Congrès international olympique de 1894, pose les principes fondamentaux de l'olympisme moderne, et de son idéal humaniste, pacifique et universaliste.

L'Entre-deux-guerres se caractérise par une diffusion et une certaine démocratisation des pratiques et du spectacle sportif, mais aussi parfois par une instrumentalisation idéologique et belliciste du sport, y compris pendant la Seconde Guerre mondiale. A partir de la Libération, le sport devient progressivement un loisir de masse, y compris en se féminisant lentement. Ses enjeux économiques sont de plus en plus forts alors que se développe, notamment à travers les médias, le sport spectacle. Son organisation institutionnelle et son développement reposent alors sur trois piliers : le mouvement olympique et sportif, l'Etat et les collectivités locales. En ce début de XXIème siècle, le sport s'est massifié, féminisé, individualisé et mondialisé. Multiforme, il représente en 2010 un « fait social total[4] » en même temps qu'un enjeu économique et territorial majeur.

- **Qu'est-ce que le sport ?**

Il est autant de définitions du sport que d'auteurs d'ouvrage ou de déclarations officielles sur le sport : à la fois un et pluriel, il est une mosaïque de pratiques. La définition proposée par le Conseil de l'Europe, dans sa Charte européenne du sport, semble assez large et souple pour traduire cette diversité : *« On entend par "sport" toutes formes d'activités physiques qui, à travers une participation organisée ou non, ont pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux ».*
Cette approche intègre donc les pratiques sportives « libres » -individuelles ou collectives-, non affiliées au mouvement olympique et sportif, qui sont aujourd'hui majoritaires dans la population française[5]. Ainsi, si 58% des français déclarent pratiquer habituellement un sport, près de 6 sportifs sur 10 (57,9%) le font *en dehors* d'un club affilié à une fédération sportive officielle[6].

[1] Christian Bromberger, « Football, la bagatelle la plus sérieuse du monde », 1998
[2] Audition de Luc Robène, Maître de conférences et chercheur au LARES, Université de Rennes 2, le 1er avril 2008
[3] Audition de la FALSAB, 8 juillet 2008
[4] Par référence au concept forgé par le sociologue Marcel Mauss (phénomène appelant une approche globale)
[5] Audition de Patrick Mignon, 30 septembre 2008
[6] INPES, Baromètre santé 2005

Pourtant, bouger et se dépenser physiquement ne fait pas société. Le sport a fondamentalement une dimension culturelle, sociale et politique. Il est un espace civil autonome de et dans la société, un terrain de jeu et d'enjeux sociétaux qui crée des liens entre les individus et les peuples, par-delà leurs intérêts et leurs différences, et dont les Jeux Olympiques sont devenus la manifestation la plus universelle.

En Bretagne, les travaux du CESR de Bretagne ont montré que, dans les territoires, le sport qui se pratique et celui qui se regarde, le sport de masse et le sport d'élite, le sport en club et les pratiques libres, le sport traditionnel et les nouvelles pratiques, même s'ils ont chacun leurs expressions et logiques spécifiques, se complètent, bien plus qu'ils ne s'opposent. Ce système sportif « intégré » constitue d'ailleurs l'une des spécificités majeures, non seulement du sport en Bretagne, mais également du modèle sportif français et européen.

- **La Bretagne est parmi les régions les plus sportives**

Avec 951 320 licenciés sportifs en 2008/2009[7] pratiquant dans plus de 9000 clubs, soit près d'un habitant sur trois, la Bretagne est la première région sportive française si l'on considère le taux de licenciés par habitant[8]. Selon une estimation du CNRS réalisée en 2002[9], sur près de 800 000 bénévoles associatifs en Bretagne, le bénévolat sportif arrive en tête : il représenterait environ 1 bénévole sur 4, soit approximativement 200 000 personnes. Si l'on ajoute à ces bénévoles sportifs, les 22 000 emplois de la filière sport estimés par le GREF Bretagne en 2008[10], on mesure l'importance sociale et économique du sport en Bretagne. A terre, comme en mer, elle est aussi une région sportive de haut niveau, que ce soit dans le sport amateur ou professionnel.

- **Qu'est-ce que l'activité physique ?**

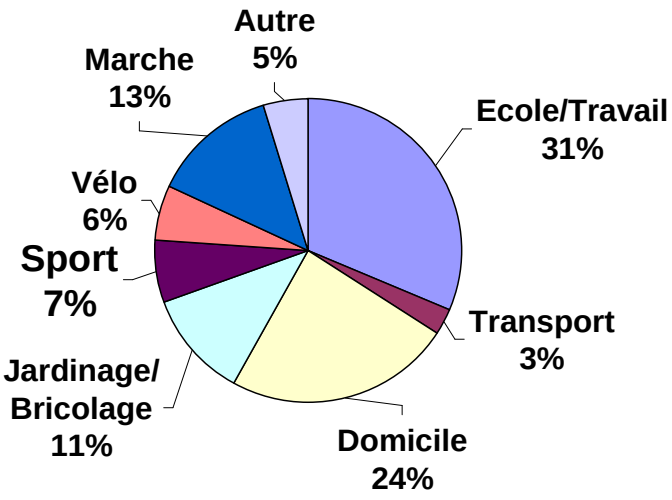
Il est important de bien distinguer le sport et l'activité physique, car de même que le sport ne se réduit pas à l'activité physique, celle-ci ne se réduit pas au sport. L'activité physique peut être définie comme étant toute dépense d'énergie corporelle supérieure à celle du repos. L'INPES[11] précise qu'elle est « l'ensemble des activités physiques pratiquées dans la vie de tous les jours » : à l'école, lors des déplacements, en milieu de travail (rémunéré ou non), pendant les loisirs, en réalisant des activités domestiques (ex : ménage, bricolage, jardinage…), etc.

- **Dans l'activité physique de tous les jours, la place du sport est à relativiser**

Dans l'activité physique régulière de tous les jours, la place du sport est à relativiser. En effet, une étude européenne a mis en évidence que le sport ne représente en moyenne, dans la population, que 7% de la dépense d'énergie physique quotidienne[12.]

[7] http://www.sports.gouv.fr/francais/communication/statistiques/chiffres-cles/ (données au 4 janvier 2010)
[8] CROS Bretagne, janvier 2010
[9] Viviane Tchernonog (CNRS) : « Poids et profil du secteur associatif en Bretagne », Mai 2002. Le secteur « Sports, chasse et pêche » représente 23,2% des 796 000 bénévoles, soit 184 672 personnes.
[10] Groupement régional emploi formation (GREF) Bretagne, CRESLB, estimation 2009
[11] Institut national de prévention et d'éducation à la santé, INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010
[12] source : voir graphique ci-après

Répartition des sources quotidiennes de dépense énergétique liée à l'activité physique en Europe



Source : Professeur Jean-François Toussaint, « Retrouver sa liberté de mouvement-PNAPS-2008

Dans son Baromètre santé-nutrition 2008, l'INPES, appliquant une autre méthodologie[13], propose une vision plus large du champ du travail incluant l'activité professionnelle rémunérée *ou bénévole ainsi que le travail domestique*[14]. Ce faisant, il constate que *« l'activité physique est majoritairement réalisée dans le cadre du travail ». Ainsi, lors d'une semaine habituelle, l'activité physique des Français de 15 à 75 ans « est réalisée, dans sa plus grande proportion au travail (46,4% du temps de l'activité physique totale) ; viennent ensuite l'activité physique réalisée pour se déplacer (28,3%), puis l'activité physique de loisirs (25,3 %)».* En moyenne, même si l'écart se réduit au fil de la vie, *« les hommes sont plus actifs physiquement que les femmes, quel que soit l'âge ».*

- **La problématique centrale de l'étude : la dimension humaine et sociale de l'activité physique et du sport dans la vitalité des territoires en Bretagne**

L'étude du CESR de Bretagne cherche essentiellement à répondre à la problématique suivante : *Quelles sont les contributions du sport et de l'activité physique à la dimension humaine et sociale du développement durable dans les territoires en Bretagne ?* Pour approcher ces contributions, trois champs de recherche ont été privilégiés : la santé ; l'éducation et la formation tout au long de la vie ; le développement social et territorial. Compte tenu de l'enjeu majeur de la relation activité physique et santé, ce champ a été particulièrement approfondi.

Elle montre que l'activité physique -et surtout le sport- contribuent fortement au développement humain et durable de la Bretagne, de ses territoires et de ses habitants. En effet, même si des risques existent, les bénéfices pour la santé d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières et adaptées l'emportent largement, d'où l'intérêt d'envisager un plan régional « Kino-Bretagne » (1.). En outre, s'il repose sur des valeurs humanistes et un projet citoyen, le sport contribue à l'éducation et à la formation tout au long de la vie (2.). Au cœur de la vie sociale, il participe fortement à un développement territorial durable (3.). Pourtant, s'il peut servir de nombreuses causes, le sport ne saurait être entièrement instrumentalisé : le développement durable *par* le sport ne peut être séparé de l'enjeu -et des moyens- d'un développement durable *du* sport lui-même (4.).

[13] Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) de l'OMS
[14] ménage, jardinage, bricolage, etc.

1. « Kino-Bretagne » : Pour un plan régional de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport

« Pour votre santé, bougez plus » ou « pratiquez une activité physique régulière », sont deux exemples, aujourd'hui banalisés, de messages de santé publique issus du Plan national nutrition santé[15]. Mais pourquoi faut-il bouger plus ? Et, que faut-il faire, au quotidien, pour pratiquer une activité physique régulière favorable à la santé ? Quels sont les occasions et les environnements qui peuvent la stimuler ? En d'autres termes, comme nous y invite le récent rapport du Professeur Jean-François Toussaint au Ministère de la santé et des sports[16], proposant un Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS), comment ne pas en rester aux slogans publicitaires et passer à l'acte pour « retrouver sa liberté de mouvement » ?

S'il est devenu urgent de retrouver la possibilité et le goût de bouger pour améliorer sa santé et sa qualité de vie, c'est qu'il est aujourd'hui scientifiquement avéré que les risques sanitaires associés au fardeau de la sédentarité sont majeurs. Alors, que faire en Bretagne pour favoriser des modes de vie physiquement actifs ?

1.1. L'inexorable progression de la sédentarité est devenue un problème majeur de santé publique

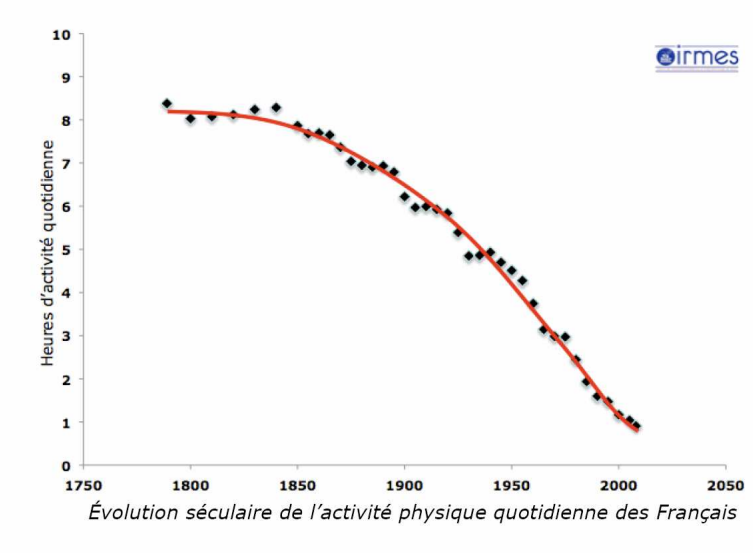
Le déclin historique de l'activité physique a fait de la sédentarité un problème majeur de santé publique : un peu plus de la moitié de la population française n'atteint pas un niveau d'activité physique favorable à la santé.

1.1.1. Le déclin historique de l'activité physique…

Le déclin de l'activité physique est un phénomène historique. Il est même possible d'avancer l'hypothèse que jamais l'humanité, en tendance générale, n'a connu une telle progression de la sédentarité dans ses modes de vie quotidiens. Le passage, d'une économie centrée sur l'agriculture à une économie industrielle et tertiaire, où la motorisation et la numérisation ont fortement supplanté la force physique humaine, sont quelques uns des facteurs explicatifs de ce phénomène de sédentarisation.

[15] www.mangerbouber.fr
[16] Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, Pr J-F Toussaint : « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive », 2008

Évolution de la durée d'activité physique quotidienne des Français depuis 1800



Source : IRMES, PNAPS, Rapport du Pr Jean-François Toussaint, 2008, p 11

1.1.2. … a fait de la sédentarité un problème majeur de santé publique

Selon l'INPES, *« le comportement sédentaire est représenté par le temps passé en position assise ou allongée pendant une journée, hors durée normale de sommeil »*[17].

Comme l'a résumé le Docteur Michel Trégaro, lors de son audition[18] : *« il faut être en super santé pour se permettre de ne pas faire d'activité physique ! »*. Si le progrès technique a libéré une partie de l'humanité de nombreuses activités à forte pénibilité physique, ce dont il faut se réjouir, la sédentarité –scolaire, professionnelle ou de loisir- qui en a résulté, est aujourd'hui devenue un véritable problème de santé publique, tant sa progression a été fulgurante au XXème siècle, en lien notamment avec l'évolution des modes de vie.

En effet, les maux sanitaires qui lui sont en partie associés se développent : mortalité précoce toutes causes confondues, morbidité cardiovasculaire accrue, pathologies métaboliques, cancéreuses, neurodégénératives, moins grande capacité musculo-squelettique, psychopathologies, maladies induites ou aggravées par l'excès pondéral ou l'obésité, etc.

Il faut toutefois relativiser l'impact de la sédentarité sur la santé générale, car on observe aussi, depuis le XIXème siècle un allongement régulier de l'espérance de vie.

1.1.3. Plus de la moitié de la population française n'atteint pas un niveau d'activité physique favorable à la santé, avec de fortes inégalités populationnelles

Selon l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA)[19], un peu plus de la moitié de la population française âgée de plus de 15 ans n'atteint pas le niveau minimum d'activité physique favorable à la santé, soit l'équivalent d'*au moins* 30 mn de marche *rapide* par jour :

[17] INPES, Baromètre santé nutrition 2008
[18] Audition du 4 novembre 2008
[19] AFSSA, étude INCA 2- 2006/2007, Rapport 2009

- *chez les adolescents* tout d'abord : près de 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans, n'atteignent pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé. La différence selon le sexe est flagrante : près de 4 adolescents sur 10 (36.7%) âgés de 15 à 17 ans n'atteignent pas le niveau minimum, contre 8 adolescentes sur 10 (75.6%).

- *chez les adultes ensuite* : plus de la moitié des adultes âgés de 18 à 79 ans (55.2%) n'atteignent pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé. Comme à l'adolescence, la différence selon le sexe est importante : la moitié des hommes (51,6%) n'atteint pas les minima recommandés, contre près de 6 femmes sur 10 (58,7%).

Selon une étude plus récente de l'INPES[20] portant sur les personnes âgées de 15 à 75 ans, en 2008, alors que la moitié des hommes atteignait un niveau d'activité physique favorable, seule une femme sur trois y parvenait. Outre ces inégalités de genre, d'autres inégalités populationnelles corrélées au niveau socioéconomique, au niveau d'étude, aux milieux de vie, à l'activité professionnelle, aux facteurs individuels, etc., sont à prendre en compte.

Par exemple, selon l'INPES[21], de façon surprenante, les personnes de statut socio-économique élevé ont une probabilité plus faible, dans leur vie de tous les jours, d'atteindre un niveau d'activité physique régulière favorable à la santé, alors qu'elles ont une tendance plus importante à déclarer une activité physique de loisirs. Ainsi, il a été mis en évidence que la pratique sportive habituelle d'un sport augmentait avec le niveau d'étude et de revenu[22]. Sachant que les ménages sont les premiers financeurs du sport en France (49% de la dépense sportive en 2007[23]), et même si des aides publiques existent, le coût de la pratique demeure un frein important à l'égal accès de tous au sport, notamment des enfants et jeunes issus de milieux défavorisés.

1.2. Les bénéfices d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières l'emportent largement sur ses risques

Le sport, c'est la santé ? Tel n'est pas toujours le cas. L'INSERM, dans son rapport « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008), souligne ainsi que *« la relation entre activité physique et santé est complexe »*. D'où l'intérêt d'une analyse bénéfices/risques de l'activité physique et du sport pour la santé.

1.2.1. Les risques associés à une pratique excessive ou inadaptée sont réels et doivent inciter à une certaine prudence

« En tout, l'excès est nuisible », il en va ainsi de l'excès de sédentarité comme de l'excès d'activité physique ou de pratique sportive, notamment lorsque celles-ci ne sont pas adaptées aux capacités et à l'âge des individus.

Les accidents de sport sont ainsi, avec leurs divers traumatismes plus ou moins graves, la deuxième cause d'accidents de la vie courante en France[24]. Certaines disciplines sportives étant plus à risque que d'autres même si, le plus souvent, le danger n'est pas lié à la discipline elle-même mais davantage à la manière dont elle est pratiquée, régulée et encadrée – ou à ses aléas.

[20] l'INPES, dans son Baromètre santé nutrition 2008, publié en janvier 2010, estime à 57,5% le taux de français de 15 à 75 ans n'atteignant pas un niveau d'activité physique favorable à la santé. Alors que 51,6% des hommes atteignent ce niveau, seules 33,8 % des femmes sont dans ce cas, l'écart étant maximal à l'adolescence et s'estompant avec l'âge.
[21] INPES, Baromètre santé nutrition 2008
[22] AFSSA, INCA 2, 2009 et audition du sociologue Patrick Mignon le 30 septembre 2008
[23] Ministère de la santé et des sports, Stat-info n°09-02, septembre 2009
[24] Source : CNAM, Point Stat n°41, avril 2005

Plusieurs études médicales[25] confirment qu'une pratique excessive ou inadaptée des activités physiques et sportives, relativement à son âge et à ses capacités physiques ou psychologiques, peut induire ou révéler certains risques pour la santé : risques cardio-vasculaires, traumatismes et maladies ostéoarticulaires, syndrome de surentraînement, troubles psychopathologiques tels que l'anxiété, la dépression, des troubles des conduites alimentaires, des conduites addictives, des conduites dopantes – dont le dopage sportif- , certains comportements agressifs ou violents.

La performance compétitive à tout prix, le refus absolu des limites, la recherche de sensations extrêmes, l'absence d'éthique personnelle ou collective, la violation de l'esprit sportif et des règles du jeu, l'absence de suivi médical ou de respect des avis des professionnels de santé, les pratiques solitaires non encadrées par des bénévoles ou des professionnels formés et compétents, sont autant de facteurs aggravants du risque sanitaire lié à une pratique physique ou sportive excessive.

1.2.2. Les bénéfices d'une activité physique régulière sont aujourd'hui scientifiquement avérés

Lors de son audition, le Professeur Pierre Rochcongar a montré que *« l'activité physique est un déterminant majeur de l'état de santé des individus à tous les âges de la vie »*[26]*.* Ainsi, selon l'INSERM[27], il est aujourd'hui scientifiquement avéré que la pratique *régulière* d'une activité physique, *même d'intensité modérée*, peut constituer un élément de *prévention* ou de *traitement* de nombreuses maladies et améliorer le bien-être physique, mental et social :

- elle réduit le risque de mortalité prématurée toutes causes confondues par rapport au fait d'être inactif (de 30% selon une étude publiée en 2007[28]), notamment la mortalité cardiovasculaire ; elle est en effet un élément important de la prévention et du traitement des maladies cardiovasculaires ;
- elle a un rôle déterminant dans la prévention du diabète de type 2 (ou non insulinodépendant), qui représente aujourd'hui 90% des cas de diabète en France : chez les sujets à risque, le risque d'apparition de la pathologie est réduit en moyenne de moitié.
- elle est un *traitement* à part entière de la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO), principale maladie respiratoire des fumeurs dont la prévalence est galopante ;
- elle permet, associée à un régime alimentaire adapté, de limiter le gain de poids et participe à son contrôle ;
- elle réduit le risque de développer certains cancers : diminution moyenne de 40% à 50% du risque de développer un cancer du côlon chez les sujets physiquement actifs, et probablement, de 30% à 40% pour le cancer du sein chez les femmes ; elle pourrait aussi réduire le risque du cancer de l'endomètre ;
- elle est, sous réserve des précautions nécessaires, un facteur de développement harmonieux des enfants et adolescents ;
- elle maintient et développe la fonction musculaire et le capital osseux (sauf pratique excessive) pendant la croissance et freine son déclin à l'âge adulte, notamment chez la femme ; elle agit dans la prévention et le traitement des maladies ostéoarticulaires et rhumatismales, ex : lombalgie chronique arthrose, ostéoporose (particulièrement chez la femme) ;
- elle intervient de manière très positive sur la santé et l'autonomie du sujet âgé ;
- elle est un nouvel élément de la prise en charge thérapeutique de maladies neuro-dégénératives telles que la sclérose en plaques, la maladie de Parkinson. Certains travaux suggèrent même qu'elle pourrait retarder la survenue et ralentir la progression de la maladie d'Alzheimer ;

[25] Notamment l'étude de l'INSERM « Activité physique : contexte et effets sur la santé » (2008)
[26] Audition CESR Bretagne, 4 novembre 2008
[27] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008
[28] Leitzman et coll, 2007, référence mentionnée par l'INSERM, rapport cité p 177

- elle est un moyen privilégié de rééducation et de réadaptation fonctionnelles des personnes en situation de handicap physique. Elle favorise l'autonomie, l'intégration et améliore la qualité de vie, y compris pour les autres formes de handicaps : sensoriel, mental ou psychique.
- elle est un facteur d'équilibre en santé mentale et peut constituer un élément de prévention et de prise en charge de la dépression et de l'anxiété ; elle améliore l'estime de soi, le bien-être subjectif et peut contribuer à la prévention de pathologies liées au stress.
-enfin, d'une manière générale, elle améliore la qualité de vie ;

L'INSERM souligne que ces bénéfices de l'activité physique régulière sont accrus par le respect de précautions élémentaires, un suivi médical adapté et un encadrement compétent. Dans ces conditions, les bénéfices d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières l'emportent très largement sur les risques qui leur sont associés.

Recommandations de l'INSERM[29]
pour atteindre un mode de vie physiquement actif favorable à la santé (minima)

- Enfants et adolescents : au moins 60 mn par jour d'activités physiques d'intensité modérée (ex : marche rapide) à élevée (ex : course à pied), sous forme de sports, jeux ou d'activités physiques de la vie quotidienne.
- Adultes de 18 à 65 ans : 1) au moins 30 mn par jour, 5 jours par semaine, d'activités physiques de type aérobie (endurance) d'intensité modérée (ex : marche rapide) ; 2) ou au moins 20 mn par jour, 3 jours par semaine, d'activités physiques de type aérobie d'intensité élevée (ex : jogging) ; 3) au moins 2 jours non consécutifs par semaine, des exercices mobilisant les principaux groupes musculaires (8 à 12 répétitions à chaque exercice)
- Seniors (plus de 65 ans) : même recommandations que pour les adultes mais en modulant selon les capacités et l'âge des personnes et en diversifiant les exercices (renforcement musculaire, assouplissement, équilibre).

Pour atteindre ces *minima*, les activités d'intensité modérée ou élevée peuvent être *fractionnées* (avec une durée minimale de 10 mn) *et combinées* (ex : marche rapide quotidienne et jogging).

1.3. « Kino-Bretagne » : Pour une stratégie régionale territorialisée de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport

Que faire pour lutter contre l'excès de sédentarité et ses conséquences délétères pour la santé publique ? Il résulte de l'état des lieux qui précède qu'il est aujourd'hui d'intérêt général d'élaborer et de mettre en œuvre, en Bretagne et dans ses territoires, une stratégie multi-niveaux de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport, pour une meilleure qualité de vie.

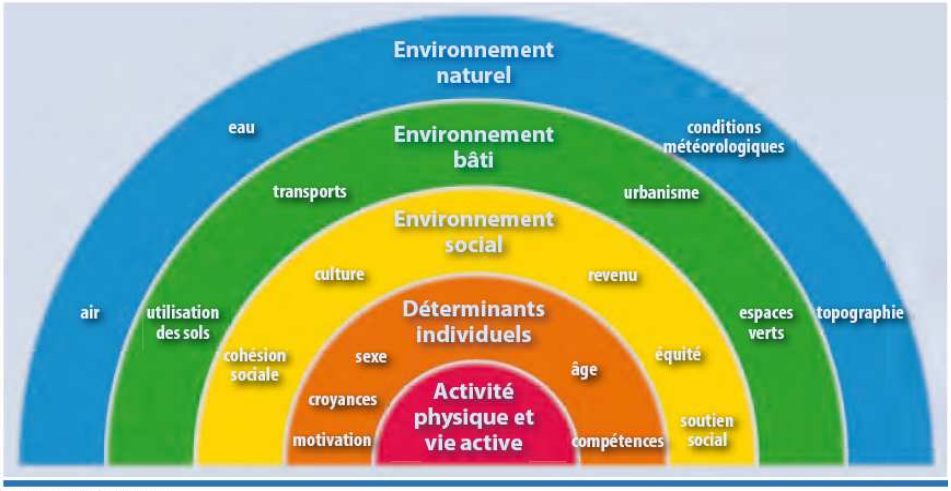
[29] INSERM, 2008, Rapport cité

1.3.1. Agir simultanément sur les déterminants individuels, populationnels et environnementaux de l'activité physique et du sport

Le CESR de Bretagne, suivant les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé et de l'INSERM, préconise que cette stratégie régionale et territoriale repose sur *une stratégie multi-niveaux* prenant en compte la pluralité des facteurs qui influent sur l'activité physique, à savoir *: d'une part, les déterminants individuels, d'autre part, les déterminants* environnementaux : environnement *social*, environnement *bâti*, environnement *naturel*.

Les stratégies multi-niveaux qui prouvent leur efficacité pour stimuler des modes de vie physiquement actifs dans la population sont celles qui, *tout en respectant les droits et libertés individuelles*, parviennent, par la mobilisation locale de tous les acteurs concernés, à agir et combiner simultanément les actions individuelles, populationnelles (groupes prioritaires) et environnementales.

Figure 1. Facteurs qui influent sur l'activité physique
(Organisation Mondiale de la santé, 2006)



Source : OMS, Bureau européen, « Promouvoir l'activité physique et la vie active en ville », 2006, traduction française en 2009 par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports – Observation du CESR de Bretagne : l'environnement familial et le milieu de travail influent également sur le niveau d'activité physique.

1.3.2. Décliner en Bretagne les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive

Le CESR de Bretagne préconise que l'ensemble des acteurs publics et privés concernés, s'approprient les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS) proposé par le Professeur Jean-François Toussaint au Ministère de la santé et des sports en 2008, afin de les décliner régionalement, en les adaptant aux spécificités et priorités de la Bretagne, de sa population et de ses territoires.

Ces recommandations concernent notamment les enfants et adolescents, les étudiants, les seniors, les personnes malades ou en situation de handicap, les milieux de travail (ex : prévention des troubles musculo-squelettiques et des risques psychosociaux), l'environnement et l'urbanisme, la formation et les stratégies de communication à mettre en œuvre.

Ce Plan régional de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport (PR-APS) pourrait également s'inspirer du programme « Kino-Québec »[30] (de kinesis, mouvement en grec) mis en œuvre par le gouvernement du Québec avec son réseau de « relayeurs locaux » publics comme privés. Par référence à celui-ci, le CESR suggère que le premier PR-APS de la Bretagne s'intitule « Kino-Bretagne »[31] (« Breizh Lusk » en breton).

« Kino-Bretagne » pourrait être intégré dans le futur Plan régional de santé, en prolongement et en lien avec l'ensemble des plans de santé publique existants, notamment la déclinaison du Plan national nutrition santé et le Plan régional santé environnement. Il est dès lors suggéré que la nouvelle Agence régionale de santé (ARS) en soit l'un des acteurs premiers, tant pour son élaboration concertée que pour sa mise en œuvre partenariale et territoriale, y compris par une mobilisation participative de tous les acteurs concernés.

Avec ses partenaires publics et privés, la Région Bretagne, selon ses compétences, moyens et politiques, pourrait, pour ce qui la concerne, être l'une des parties prenantes de « Kino-Bretagne » en intégrant, dans certaines politiques régionales, l'objectif de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique régulière. Les suggestions du CESR à ce sujet figurent dans le tableau ci-après. Une proposition d'organisation pour une stratégie et une gouvernance de la santé par l'activité physique et le sport en Bretagne est présentée au point 4.3 ci-après, étant précisé qu'elle est à relier à celle de l'éducation par le sport.

Tableau 1. Suggestions d'actions partenariales au Conseil régional de Bretagne en lien avec des politiques existantes[32] pour promouvoir la santé par l'activité physique et le sport

I- Pour stimuler l'activité physique et la pratique sportive régulières des jeunes en Bretagne, notamment des lycéennes, lycéens, apprenties et apprentis

1. « Karta-sport-santé » : En complément du « Chèque sport », susciter et soutenir, à travers le dispositif régional de soutien aux projets éducatifs des lycées, « Karta », les projets émanant des établissements scolaires et visant à promouvoir l'activité physique régulière chez les lycéens notamment chez les filles et dans les lycées de l'enseignement professionnel. Avec l'aval du Rectorat, ces projets pourraient être ouverts à des coopérations éducatives de qualité avec le mouvement sportif local.
2. Suggérer au Rectorat et à l'Agence régionale de santé, en lien avec les Chefs d'établissement, de développer un multi-partenariat visant à promouvoir, chez les lycéens, et en particulier chez les adolescentes, un mode de vie physiquement actif (en y associant les parents et familles). L'expérimentation d'une stratégie multi-niveaux ancrée à quelques lycées volontaires pourrait être envisagée. En lien avec le Plan national nutrition santé (ex : restauration des lycées relevant de la Région), cette expérimentation pourrait s'inspirer, sur le plan méthodologique, du programme « Ensemble prévenons l'obésité des enfants (EPODE) » de Vitré et de l'« Intervention auprès des collégiens centrée sur l'activité physique et la sédentarité (ICAPS) » expérimentée avec succès en région Alsace (Bas-Rhin). L'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) pourrait être chargé du suivi et de l'évaluation scientifique de ces expérimentations territoriales.
3. Saisir et mobiliser le Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne sur l'enjeu de promouvoir un mode de vie physiquement actif chez les jeunes, notamment chez les filles.

[30] http://www.kino-quebec.qc.ca/
[31] Sous-réserve des droits éventuels appartenant au gouvernement du Québec
[32] sur les politiques existantes du Conseil régional de Bretagne, voir www.bretagne.fr

4. Intégrer dans le Programme pluriannuel d'investissement des lycées (PPI), l'objectif d'un environnement physique stimulant l'activité physique quotidienne des élèves au sein des établissements comme dans leurs abords (ex : « corridors scolaires »), y compris pour ceux en situation de handicap. Cet objectif pourrait être intégré à l'Eco-référentiel des lycées.

II- Pour développer la recherche, les formations et métiers « Activité physique-sport-santé »

5. Dans le cadre de sa compétence dans le domaine de la formation, de l'emploi et de l'insertion professionnelle, renforcer le soutien au développement des formations et métiers dans le domaine «Activité physique-sport-santé » (ex : Stratégie régionale emploi formation ; Programme régional des stages), en lien, notamment, avec le Campus de l'excellence sportive. Au-delà du champ du sport, ces formations devraient être ouvertes aux métiers des secteurs sanitaire, social et médico-social, de l'éducation, de l'administration territoriale, de l'architecture et de l'urbanisme, etc. Encourager la recherche scientifique et universitaire en ce domaine (ex : UFR STAPS – Mouvement-sport-santé ; Médecine…) et diffuser les connaissances qui en résultent, en particulier par le biais du programme régional « Actions pour l'Appropriation Sociale des Sciences » (ASOSC).

III- Pour développer un urbanisme et des modes de déplacement favorisant un style de vie physiquement actif

6. « Kino-FAUR » : Intégrer un volet «Activité physique et santé » dans le dispositif de soutien régional à l'urbanisme durable, « l'Eco-FAUR », dont l'objet serait d'encourager et valoriser les aménagements urbains et environnementaux stimulant les possibilités et l'envie de bouger des habitants à tous les âges de la vie, en prévoyant leur accessibilité aux personnes en situation de handicap, chaque fois que possible.

7. Schéma régional multimodal des déplacements et transports : conforter les actions de promotion de la mobilité douce et active (marche, vélo, fauteuil roulant, poussette, rollers…) dans la chaîne intermodale des déplacements (ex : faciliter, en partenariat local, l'accès aux gares TER par les déplacements doux).

IV- Pour soutenir la promotion de la santé par l'activité physique régulière volontaire en milieu de travail

8. Avec les partenaires sociaux, le Conseil régional pourrait proposer à l'Agence régionale d'amélioration des conditions de travail (ARACT), en lien avec la Caisse régionale d'assurance maladie (CRAM), de se saisir des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint visant à promouvoir l'activité physique régulière volontaire en milieu professionnel dans un but de prévention en santé du travail (maladies, accidents) - incluant les troubles musculo-squelettiques (TMS) et les risques psychosociaux (ex : stress)- en prenant en compte les contraintes économiques, la taille et les moyens des entreprises, notamment des TPE-PME, et en recherchant une formule « gagnant-gagnant » entre ces dernières et leurs salariés (ex : CHSCT). Il pourrait également sensibiliser ses partenaires économiques et sociaux signataires de la Charte bretonne de partenariat pour la qualité de l'emploi.

V- Pour développer la prise en compte transversale de l'objectif de promotion de la santé par l'activité physique et la pratique sportive dans la cadre de son Agenda 21 interne et externe.

9. Dans l'esprit de transversalité de son Agenda 21 régional (interne et externe), développer les passerelles existantes entre les différentes politiques sectorielles du Conseil régional, comme par exemple entre les politiques sport, égalité, santé, formation, environnement, transports, développement économique, économie sociale et solidaire, etc.

2. L'éducation et la formation par le sport tout au long de la vie

L'éducation par le sport comprend l'éducation physique et sportive (EPS) *à l'école*, ses prolongements scolaires ou périscolaires, ainsi que le sport pratiqué *en dehors de l'école*, qui peut aussi constituer un élément de formation tout au long de la vie. Mais à quelles conditions le sport peut-il être une école de vie et de citoyenneté ?

2.1. La fonction éducative de l'éducation physique et sportive (EPS) et du sport est largement reconnue…

Traduction de l'idéal éducatif et humaniste de Pierre de Coubertin, la Charte olympique proclame que l'Olympisme *« allie le sport à la culture et à l'éducation ».* L'UNESCO reconnaît également ce rôle éducatif du sport en proclamant que *« l'éducation physique et le sport constituent un élément de l'éducation permanente dans le système global d'éducation »*[33]. De même le Conseil de l'Europe voit dans le sport *« un facteur important de développement humain»*[34]*.*

La Commission européenne, dans un « Livre blanc sur le sport » publié en 2007, soutient que *« grâce au rôle qu'il joue dans l'éducation formelle et non formelle, le sport renforce le capital humain de l'Europe. Les valeurs véhiculées par le sport contribuent à développer les connaissances, la motivation, les compétences et le goût de l'effort personnel. Le temps consacré aux activités sportives à l'école et à l'université a des effets bénéfiques sur la santé et l'éducation qui doivent être valorisés ».* Depuis l'entrée en vigueur du Traité de Lisbonne en décembre 2009, l'Union européenne reconnaît officiellement qu'elle *« contribue à la promotion des enjeux européens du sport, tout en tenant compte de ses spécificités, de ses structures fondées sur le volontariat ainsi que de sa fonction sociale et éducative »*[35]*.*

En France, le Code du sport dispose que *« les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale »*[36]*.* En Bretagne, les travaux du CESR ont confirmé ce rôle éducatif très important de l'éducation physique et sportive (EPS) et du sport dans les territoires, à l'école comme en dehors et ce, à tous les âges de la vie.

2.2. … pourtant, le sport n'est éducatif que s'il sert un projet humaniste, démocratique et citoyen

Face à un tel consensus, il est pourtant des faits qui montrent que l'éducation par le sport ne va pas de soi. Car lorsqu'est proclamée sa fonction éducative, de quel sport parle-t-on et de quelles valeurs se fait-il le vecteur ? Le sport recouvre des univers dont les préoccupations éducatives sont variables, quand elles ne sont pas absentes. Ainsi, l'instrumentalisation éducative du sport peut servir la paix et la démocratie aussi bien que la volonté de puissance d'un régime totalitaire.

[33] UNESCO, Charte internationale de l'éducation physique et du sport (1978)
[34] Conseil de l'Europe, Charte européenne du sport (1992)
[35] Nouvel article 165 du Traité sur le fonctionnement de l'Union en vigueur en janvier 2010
[36] Code du sport, article L 100-1 (01/2010)

Ce «double visage »[37] du sport devrait inciter à la prudence car, comme l'a rappelé le sociologue Dominique Bodin, lors de son audition[38], il est, comme toute activité humaine, le miroir et le théâtre des maux et contradictions de la société dans laquelle il s'incarne. Il est le plus souvent une école de la vie, mais il peut aussi être le reflet de tricheries, d'incivilités, de violences, de racisme, de discriminations, de sexisme, de dopage, de logiques exclusivement mercantiles, etc.

Le CESR de Bretagne souligne donc que le sport n'est éducatif que s'il sert un projet humaniste, démocratique et citoyen respectueux de la dignité, de la liberté et de l'intégrité physique et morale de la personne humaine ; ce que l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play nomme « l'esprit sportif »[39].

En d'autres termes, l'éducation *du* sport doit précéder l'éducation *par* le sport : ce sont les qualités humaines, d'une part, des éducateurs et encadrants du sport, d'autre part, de ses pratiquants et spectateurs qui font, ou non, les qualités humaines et éducatives du sport. Ceci souligne l'importance fondamentale de la formation des acteurs de l'éducation par le sport, qu'ils soient professionnels ou bénévoles.

2.3. L'éducation physique et sportive à l'école : un enjeu éducatif autant que républicain mais dont les moyens sont limités

2.3.1. L'Education physique et sportive n'est pas le sport

L'éducation physique et sportive (EPS) ne doit pas être confondue avec l'enseignement d'une discipline sportive. Pour ses enseignants, les activités physiques, sportives et artistiques (APSA) sont le support et non la finalité de l'EPS.

Les programmes officiels de l'Education nationale précisent ainsi ses spécificités : « L'EPS, à tous les niveaux de la scolarité, vise la réussite de tous les élèves et contribue, avec les autres disciplines, à l'instruction, à la formation et l'éducation de chacun. Elle participe à l'acquisition et à la maîtrise du socle commun et permet de faire partager aux élèves les valeurs de la République. Par la pratique scolaire d'APSA, l'enseignement de l'EPS garantit à tous les élèves une culture commune. Elle permet à chacun d'améliorer ses possibilités d'adaptation motrice, d'action et de réaction à son environnement physique et humain. L'école, le collège et le lycée aident donc à l'appropriation d'une culture physique, sportive et artistique de façon critique, responsable, lucide et citoyenne»[40].

Ainsi, l'EPS contribue au socle commun des sept compétences à acquérir par tout élève avant la fin de la scolarité obligatoire : 1) la maîtrise de la langue française ; 2) la pratique d'une langue vivante étrangère ; 3) les compétences de base en mathématiques et la culture scientifique et technologique; 4) la maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication ; 5) la culture humaniste ; 6) les compétences sociales et civiques ; 7) l'autonomie et l'initiative des élèves.

La volonté de préserver les spécificités et finalités éducatives de l'EPS dans le cadre du service public de l'Education nationale explique en partie certaines réticences d'enseignants d'EPS à nouer des relations plus étroites avec le mouvement sportif fédéral, parfois soupçonné de privilégier la promotion de ses disciplines sportives dans une logique exclusivement compétitive et sélective au détriment de l'éducation de tous.

[37] CES national « Le sport au service de la vie sociale », rapporteur André Leclercq, 2007
[38] Dominique Bodin, Professeur des universités, enseignant la sociologie et la sociologie des sports à l'UFR STAPS de l'Université Haute Bretagne Rennes 2 – Audition du 30 septembre 2008
[39] http://fairplay.franceolympique.com/
[40] Arrêté du 9 juillet 2008 fixant les programmes de l'EPS au collège.

2.3.2. Dans les faits, l'EPS n'a que des moyens humains et horaires limités pour accomplir les missions éducatives qui lui sont confiées

Même si la durée de l'EPS en France se situe dans la moyenne des pays de l'Union européenne, son ambition éducative contraste quelque peu avec le volume horaire et donc les moyens humains qui lui sont dévolus par l'Etat : 4 heures hebdomadaires en 6ème, 3 heures de la 5ème à la 3ème, puis seulement 2 heures au lycée … De surcroît, ces horaires théoriques ne correspondent pas toujours à la durée effective des cours qui peut varier selon les conditions de pratique, notamment en raison de l'éloignement des installations sportives. On estime ainsi, qu'au lycée, le temps effectif moyen de l'EPS est de 1h15 et non de 2h[41].

Sachant que selon les recommandations de l'INSERM, les enfants et adolescents doivent effectuer au moins l'équivalent d'une marche rapide de 60 mn par jour pour atteindre un niveau d'activité physique favorable à la santé, on mesure le chemin qu'il reste à parcourir à l'école pour un égal accès de tous les jeunes aux bienfaits d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières, sans parler des autres finalités éducatives de l'EPS qui sont tout aussi importantes.

Cet enjeu des moyens accordés à l'EPS est d'autant plus important que plusieurs travaux scientifiques suggèrent que les résultats scolaires sont améliorés par une éducation physique[42] et une pratique sportive régulières et encadrées, ce qui est par exemple observé en Bretagne dans les Centres d'entraînement et de formation des clubs (CEFC) où le « double projet » scolaire et sportif est une réalité. A travers la place accordée à l'EPS– mais aussi à son prolongement que sont les associations de sport scolaire (USEP, UNSS, UGSEL)[43] - c'est la question de l'égalité des chances qui est posée au sein de l'école de la République. Par exemple, compte tenu de la moindre activité physique et pratique sportive des filles, en particulier à l'adolescence, l'EPS et le sport associatif scolaire représentent un vrai levier pour lutter contre les inégalités de genre[44].

L'enquête menée par le CESR en avril 2009 auprès du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ)* a révélé une satisfaction globale envers les cours d'EPS et leurs conditions de pratique : 72,6% des jeunes sondés déclarent y prendre du plaisir et un peu plus d'un jeune sur deux souhaiterait une augmentation de sa durée. Toutefois, certains élèves voudraient pratiquer des disciplines sportives plus diversifiées et attractives, y compris dans le cadre de leur association sportive scolaire. Enfin, il est remarquable que près de 9 jeunes sur 10 déclarent qu'ils pratiqueraient davantage de sport si les cours terminaient plus tôt dans l'après-midi. La question des rythmes scolaires apparaît donc comme essentielle pour les jeunes du CRJ, ce que confirment certaines études nationales.

2.4. Au-delà de l'EPS, le sport apparaît aussi comme une ressource pédagogique pluridisciplinaire

Si les programmes scolaires prévoient déjà la possibilité d'établir des passerelles entre l'EPS et les autres disciplines enseignées à l'école, au collège et au lycée, plusieurs auditions

[41] Audition CESR Bretagne de Marc Le Guerinel, Olivier Biotteau, Claire Lauden et Véronique Bourne, Professeurs d'EPS, le 26 février 2009

[42] A ce sujet voir par exemple la réussite de la classe expérimentale de l'école Gambetta de Vanves dans les années 1950 ou, plus récemment, l'étude des Universités allemandes d'Ulm et d'Heildeberg : Sabine Kubesch et *al* « A 30 mn physical education program improves student's executive attention », Mind, Brain and Education, vol III, n°4, décembre 2009, cité dans Sciences Humaines, février 2010, n°212, p 12.

[43] USEP (Union sportive de l'enseignement du premier degré) ; UNSS (Union nationale du sport scolaire) ; UGSEL (Union générale sportive de l'enseignement libre)

[44] Ces inégalités de genre ont bien été montrées par la sociologue Catherine Louveau lors de son audition au CESR le 30 septembre 2008.

réalisées par le CESR de Bretagne ont également mis en évidence, dans l'enseignement scolaire, une sous-exploitation du sport comme ressource pédagogique pluridisciplinaire.

En effet, le sport, intégré à la culture générale, peut servir de support à des expériences pédagogiques innovantes dans l'apprentissage de diverses disciplines : mathématiques, sciences physiques, sciences de la vie, économie et gestion, histoire-géographie, arts, etc.

Ces réussites éducatives, pédagogiques et scolaires, plaident en faveur du développement de liens plus étroits entre l'école et le mouvement sportif local, à condition toutefois que la primauté de l'objectif éducatif soit clairement partagée.

Au vu de ces éléments, le CESR suggère au Conseil régional de créer, au sein du dispositif existant « Karta », en complément du volet «Karta-sport-santé » proposé ci-avant, un volet « Karta-sport-pédagogie » visant à soutenir et accompagner les innovations pédagogiques exploitant le sport comme ressource pluridisciplinaire.

2.5. En dehors de l'école, l'éducation et la formation par le sport sont possibles tout au long de la vie

A la condition déjà signalée d'être fondée sur un projet éducatif, humaniste et citoyen, la pratique sportive, y compris sous sa forme compétitive et de haut niveau, peut constituer un élément d'éducation et de formation tout au long de la vie.

Comme l'ont illustré de nombreux exemples d'actions recensés par le CESR au cours de son étude, *nul n'a le monopole de l'éducation par le sport* : celle-ci, qu'elle soit formelle ou non formelle, implique l'ensemble de la communauté éducative territoriale. A également été mis en évidence le fait que, bien avant la discipline sportive pratiquée, c'est d'abord *la manière* dont elle est encadrée, enseignée et pratiquée, qui fonde sa fonction éducative.

En d'autres termes, dans la pratique, ce sont les qualités humaines autant que sportives de ses éducateurs qui servent ou desservent la fonction éducative du sport, que celui-ci soit pratiqué comme un simple loisir ou bien à haut niveau.

Enfin, de nombreux acteurs territoriaux du sport rencontrés pendant l'étude ont insisté sur cette idée essentielle que c'est au sein d'un club sportif, c'est-à-dire d'une association, que la fonction éducative, sociale et citoyenne du sport est la plus forte. Elle permet non seulement aux enfants et aux jeunes de faire l'apprentissage de la vie associative, mais également aux bénévoles encadrants et organisateurs de tous âges et toutes conditions, d'acquérir des savoir-faire et savoir-être qui sont autant d'expériences et d'acquis à valoriser en dehors de la vie sportive, par exemple en milieu professionnel ou dans d'autres responsabilités locales qui enrichissent le capital humain et social des territoires.

D'où l'intérêt de promouvoir, en Bretagne, la Validation des acquis et de l'expérience (VAE) du bénévolat sportif à travers des outils tels que le « Carnet de vie du bénévole » diffusé par le Comité National Olympique et Sportif Français[45], en lien avec la Chambre régionale de l'économie sociale (CRES) et la Conférence permanente des coordinations associatives (CPCA) de Bretagne.

[45] http://www.franceolympique.com/

2.6. Pour une nouvelle gouvernance territoriale de l'éducation et de la formation par le sport : « Il faut tout un village pour élever un enfant. »

Il résulte des recherches et auditions réalisées par le CESR que l'éducation par le sport peut représenter, en Bretagne et dans ses territoires, un projet fédérateur des énergies et bonnes volontés locales à condition toutefois de relever le défi d'une nouvelle gouvernance territoriale.

Ce défi est résumé par Thierry Philip, le Président de l'Agence pour l'éducation par le sport : *« Si l'on veut éduquer par le sport, il faut établir le lien entre l'école, les parents et le club ! »*[46]. Dit autrement, il faut parvenir à décloisonner, par une démarche territoriale, les acteurs et les projets de l'éducation physique et sportive, du mouvement sportif, des collectivités locales, des familles, des enfants et des jeunes, des acteurs économiques… Un adage africain ne dit-il pas qu' « il faut tout un village pour élever un enfant » ?

Ainsi le premier défi de l'éducation par le sport est celui de la gouvernance d'un projet territorial co-construit d'éducation par le sport, dans l'intérêt supérieur des enfants et des jeunes. Pour ce faire, le CESR suggère à l'ensemble des acteurs territoriaux de l'éducation par le sport de s'inspirer des recommandations méthodologiques de l'Agence pour l'éducation par le sport[47], notamment de :

- commencer par établir un diagnostic régional et territorial partagé de l'éducation par le sport ;
- co-construire un projet fédérateur de l'éducation par le sport en y impliquant l'ensemble des parties prenantes ;
- réfléchir à une charte partenariale régionale de l'éducation par le sport pour une démarche de qualité favorisant la confiance entre les acteurs ;
- valoriser la dimension éducative des projets sportifs dans les soutiens publics aux acteurs territoriaux du sport (ex : subventionnement, contractualisation) et procéder à l'évaluation dynamique des actions dans une logique d'amélioration continue.

Le CESR propose au Conseil régional de prendre l'initiative d'un partenariat avec le Rectorat, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale, le Comité régional olympique et sportif et l'Agence régionale de santé. Ce partenariat viserait, dans un premier temps à organiser *ponctuellement* une *conférence régionale de consensus sur l'éducation et la santé par l'activité physique et le sport*, ce afin de faire le lien avec « Kino-Bretagne », la stratégie régionale de prévention et de promotion de la santé proposée par le CESR. Cette conférence de consensus pourrait, dans un second temps, être territorialisée, par exemple au niveau des intercommunalités.

Le CESR suggère que ces conférences de consensus soient également l'occasion de réfléchir à la possibilité de créer un pôle régional de l'éducation et de la santé par l'activité physique et le sport en Bretagne. En s'inspirant de ce pôle régional, pourraient ensuite être envisagés, à l'échelle intercommunale, des pôles territoriaux de l'éducation et de la santé par l'activité physique et le sport, par exemple au niveau des Pays.

[46] Lettre de l'économie du sport n° 894, 4 juillet 2008

[47] http://www.apels.org/ , Conférence de consensus : « L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires », 3 avril 2008, Paris, Sénat

3. Le sport au service de la vie sociale et d'un développement territorial durable

Pour mieux appréhender la contribution du sport au développement territorial durable incluant la vie sociale, le CESR de Bretagne est allé à la rencontre d'actions et d'acteurs de terrain. Il n'est pas possible ici, dans le cadre d'une synthèse, de présenter l'ensemble des exemples que l'on trouvera dans le rapport, mais on peut dire qu'ils ont convaincu le CESR de la contribution irremplaçable du sport et de la vie sportive locale aux trois dimensions sociale, environnementale et économique qui interagissent au sein du développement durable.

En premier lieu, s'agissant du développement social territorial, celui-ci est confirmé à travers l'ensemble des auditions réalisées et des actions locales analysées. On citera à ce sujet M. Jean-Luc Chenut, Maire du Rheu (35) qui, lors de son audition a rappelé que *« le sport est, sans rival, au premier rang de la vie sociale communale »* étant *« le pôle d'activités qui rassemble le plus »* quels que soient les âges et les milieux sociaux[48]. Ainsi, le sport polarise et pollinise la vie sociale et festive locale.

Nous mentionnerons ici, à titre d'illustration, parmi la multitude d'événements et de manifestations sportifs créant du lien social en Bretagne, quelques acteurs et actions exemplaires rencontrés par le CESR : le club de football d'En Avant de Guingamp (22) dont le rôle est structurant pour l'animation de la vie sociale et économique locale ; le Tournoi international de football benjamin de Dirinon (29) qui fédère chaque année les énergies bénévoles autour d'un projet éducatif favorisant le dialogue interculturel, y compris entre les cultures du monde, autour du ballon rond et de l'esprit sportif ; le Rando-challenge® de Vitré (35) et sa mobilisation locale aussi conviviale qu'intergénérationnelle ; le Grand prix cycliste des « Trois jours de Plouay » (56) et le Cyclocross de Lanarvily (29) qui, tous deux, ont acquis une renommée sportive internationale en étant exclusivement organisés par des bénévoles dont l'investissement et la mobilisation sont exceptionnels.

En second lieu, concernant la dimension environnementale, plusieurs auditions telles que celles de l'ADEME, du Centre régional d'expertise et de ressources des sports et loisirs de nature en Bretagne (CRER) ou de la Commission départementale des espaces, itinéraires et sites de nature (CDESI) des Côtes d'Armor, ont bien mis en évidence l'impact environnemental du sport mais aussi les enjeux liés à sa maîtrise. Pour prendre l'exemple des sports et loisirs de nature, lorsqu'ils sont pratiqués de manière inappropriée, ceux-ci peuvent nuire aux équilibres naturels, pourtant, ils sont aussi une forme d'éducation à l'environnement et permettent « d'aimer, de connaître et de protéger » la nature (ex : « voies vertes et bleues[49] »). Un équilibre devrait donc être recherché entre la maîtrise du risque environnemental de certaines pratiques sportives et la préservation de la liberté d'aller et venir, de se mouvoir, de faire du sport dans la nature - sans nuire à l'écosystème dont femmes et hommes font partie.

Enfin, s'agissant de la dimension économique, outre une filière sportive représentant près de 1,8% de PIB au niveau national[50] – 2% avec l'apport du bénévolat[51] - et environ 22 000 emplois en Bretagne[52], la visite de l'entreprise de Michel Desjoyeaux, Mer Agitée, et de CDK

[48] Audition CESR de Bretagne du 24 mars 2009
[49] voies bleues : itinéraires piétonniers, cyclables ou équestres aménagés et sécurisés longeant les canaux et rivières (ex : chemins de halage, quais, berges…) ; voies vertes : idem avec en plus tous les autres itinéraires ruraux ou urbains (près de 800 kms de voies vertes en Bretagne en 2010 et 2000 kms prévus à terme)
[50] INSEE, Stat info n° 09-02, septembre 2009
[51] L'économiste du sport, Jean-François Bourg, estime que l'apport des services rendus par le bénévolat sportif représente environ 0,2% du PIB en France. Source : « L'économie du sport », article publié dans l'ouvrage «Le sport en France », Documentation française, 2008
[52] GREF Bretagne, CRESLB, 2009

Technologies basées à Port-la-Forêt[53] (29), ou l'audition d'Eurolarge Innovation ont bien montré la contribution du sport de haut niveau, ici la course au large, au développement économique local et régional, y compris comme objet de R&D et source d'innovation technologique. Les auditions de Nautisme en Bretagne, de même que la récente étude de l'ARESE «Pour une coopération interrégionale en faveur d'un nautisme durable – 50 propositions des CESR de l'Arc Atlantique[54]», ont également mis en évidence cette création de richesse économique associée aux loisirs et sports nautiques, notamment sur le plan touristique. Dans un autre champ du sport, l'audition de Noël Le Graët, Président d'En Avant Guingamp, a permis de mesurer les retombées économiques majeures de l'activité d'un club de football professionnel vainqueur de la Coupe de France en 2009, notamment en termes de vitalité territoriale, d'image et de rassemblement des forces économiques locales autour d'une ambition sportive partagée (environ 90 entreprises locales actionnaires).

Considérant les multiples contributions du sport au développement durable, le CESR suggère que les indicateurs quantitatifs et qualitatifs relatifs au sport soient inclus dans les démarches du type « Agendas 21 » territoriaux. Sa transversalité en fait aussi un outil idéal pour sensibiliser tous les acteurs locaux à l'intérêt de co-construire, de manière participative, des indicateurs territorialisés de bien-être sociétal.

4. Le développement durable par le sport suppose un développement durable *du* sport

Comment préserver en Bretagne le meilleur des spécificités d'un modèle sportif « intégré » et éviter sa « dualisation » ? L'objectif démocratique d'un accès de toutes et tous aux bienfaits du sport n'implique t-il pas une réflexion sur les moyens de développement du sport lui-même ? Pour relever ces défis, le CESR propose de réfléchir à une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'activité physique et du sport en Bretagne.

4.1. Vers un scénario de l'« intégration » ou de la « dualisation » du système sportif en Bretagne ?

Lors de leur audition[55], Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, économistes au Centre de droit et d'économie du sport de Limoges, ont souligné la menace réelle d'un « scénario de la dualisation » du système sportif français, risque qui pourrait advenir en raison d'une marchandisation exclusive et d'une mise en concurrence systématique des services sportifs jusqu'alors accessibles au plus grand nombre parce que reposant essentiellement sur le bénévolat associatif.

Qu'adviendrait-il en effet des contributions du sport à la santé, à l'éducation, à la vie sociale, au développement territorial durable, si les bénévoles et salariés des associations et clubs sportifs venaient à disparaître ? Qui, en Bretagne, pourrait bénéficier des multiples bienfaits et apports du sport si celui-ci perdait sa dimension associative d'économie sociale, pour n'être plus qu'un service marchand à but lucratif ?

[53] Visites et auditions du 3 juin 2008 au Pôle France Finistère-Course au large à Port-la-Forêt
[54] Etude réalisée par l'Association de recherche et d'études socio-économiques de l'Arc atlantique (ARESE), mai 2009, Rapporteur : M. Alain Le Menn
[55] Audition CESR de Bretagne du 21 avril 2009.

Le CESR de Bretagne attire l'attention de l'ensemble des acteurs du sport en Bretagne sur l'enjeu d'agir pour éviter cet éclatement sociétal du sport et pour faire advenir, en Bretagne, un « scénario de l'intégration » fondé sur le développement de complémentarités entre les logiques économiques et celles du service public et de l'utilité sociale. Il faut relever le défi d'un sport accessible à tous, c'est-à-dire *démocratique*, et d'un sport à la fois « bien public» et « chose publique » *(res publica),* c'est-à-dire *républicain*.

4.2. « Tous les sports pour tous » : une ambition qui appelle des moyens pérennes et à la hauteur

«Tous les sports pour tous : voilà sans doute une formule qu'on va taxer de follement utopique. Je n'en ai cure. Je l'ai longuement pesée et scrutée : je la sais exacte et possible », écrivait Pierre de Coubertin en 1919, ce qu'a rappelé l'historien du sport Jean Durry lors de son audition[56].

Comment la collectivité peut-elle en demander toujours plus aux acteurs –essentiellement bénévoles- du sport associatif sans, dans le même temps, leur garantir un minimum de moyens pérennes leur permettant de rendre, dans de bonnes conditions, les services d'intérêt général et de qualité qu'elle attend d'eux, ce d'autant plus qu'ils sont souvent un vivier pour d'autres dynamiques citoyennes locales ?

Pour relever ce défi, le CESR de Bretagne insiste sur le fait que le développement durable par le sport suppose un développement durable *du* sport, c'est-à-dire qu'il faut garantir des moyens pérennes pour un sport accessible à tous, tout au long de la vie et dans tous les territoires.

Cet enjeu est d'autant plus important si l'on considère la dynamique démographique de la Bretagne. Ainsi, selon l'INSEE, entre 1999 et 2007, approximativement, la Bretagne a gagné 200 000 habitants[57]. D'ici à 2030, la population régionale pourrait encore gagner environ 400 000 habitants supplémentaires[58]. Comment l'offre sportive, dans les territoires, notamment dans les communes et intercommunalités, va-t-elle pouvoir répondre aux besoins et attentes de ces nouveaux habitants, en termes de ressources humaines bénévoles et salariées, de financements et d'équipements sportifs ?

Relever ce défi suppose de prendre en compte les diverses sources de financement de la dépense sportive en France, dont les ménages (49%) et les collectivités territoriales (31%) représentaient en 2007, à eux seuls, 80%. Il faut par ailleurs insister sur la part prépondérante des communes dans la dépense publique sportive des collectivités territoriales en France : 87% en 2007[59].

Enfants, jeunes, adolescentes, femmes, seniors, personnes malades et/ou en situation de handicap physique, sensoriel mental ou psychique, personnes en difficulté sociale ou issus de milieux défavorisés, etc., l'état des lieux réalisé par le CESR de Bretagne montre que cet accès de toutes et tous aux bienfaits d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières reste un défi permanent, même si, dans les territoires, une multitude d'acteurs agissent déjà –souvent dans l'ombre et bénévolement- pour le relever quotidiennement.

[56] Audition CESR Bretagne du 29 avril 2008
[57] INSEE Bretagne, Octant n°111, janvier 2008
[58] INSEE, Flash Octant, n°152, juin 2009
[59] Ministère de la santé et des sports, Stat-infos 09-02, septembre 2009

Cet objectif d'une pratique sportive de qualité accessible à toutes et tous ne se réalisera pas si les acteurs du sport associatif ne disposent pas de moyens durables pour leur développement, notamment en ce qui concerne :

- leurs sources de financements publics et privés ;
- la formation initiale et continue des bénévoles et salariés des associations sportives ;
- la sécurisation des emplois et des parcours professionnels des métiers du sport ;
- la présence et la modernisation des équipements, installations et sites sportifs répondant aux normes et besoins du sport pour tous et du sport de haut niveau en Bretagne, y compris par l'amélioration de leur performance énergétique, de leur qualité environnementale et sanitaire.

Mais ces moyens financiers, matériels et humains ne sont pas suffisants pour favoriser l'égal accès de toutes et tous à la pratique sportive régulière. Il faut agir, par une stratégie multi-niveaux, sur l'ensemble des facteurs, y compris *immatériels*, qui freinent cet objectif (voir point 1.3.1 ci-avant).

4.3. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'activité physique et du sport en Bretagne

Afin de relever simultanément le défi d'un développement durable par le sport et celui d'un développement durable *du* sport, il a déjà été signalé, à travers les exemples de la santé ou de l'éducation, que l'enjeu de la gouvernance était essentiel[60].

Dans un contexte de nouvelles attentes sociétales, de rapides mutations institutionnelles, démographiques et territoriales, de sources de financement publiques et privées plus incertaines, le CESR recommande aux acteurs du sport en Bretagne et dans ses territoires de se rassembler pour imaginer et co-construire ensemble une nouvelle gouvernance intégrée du sport.

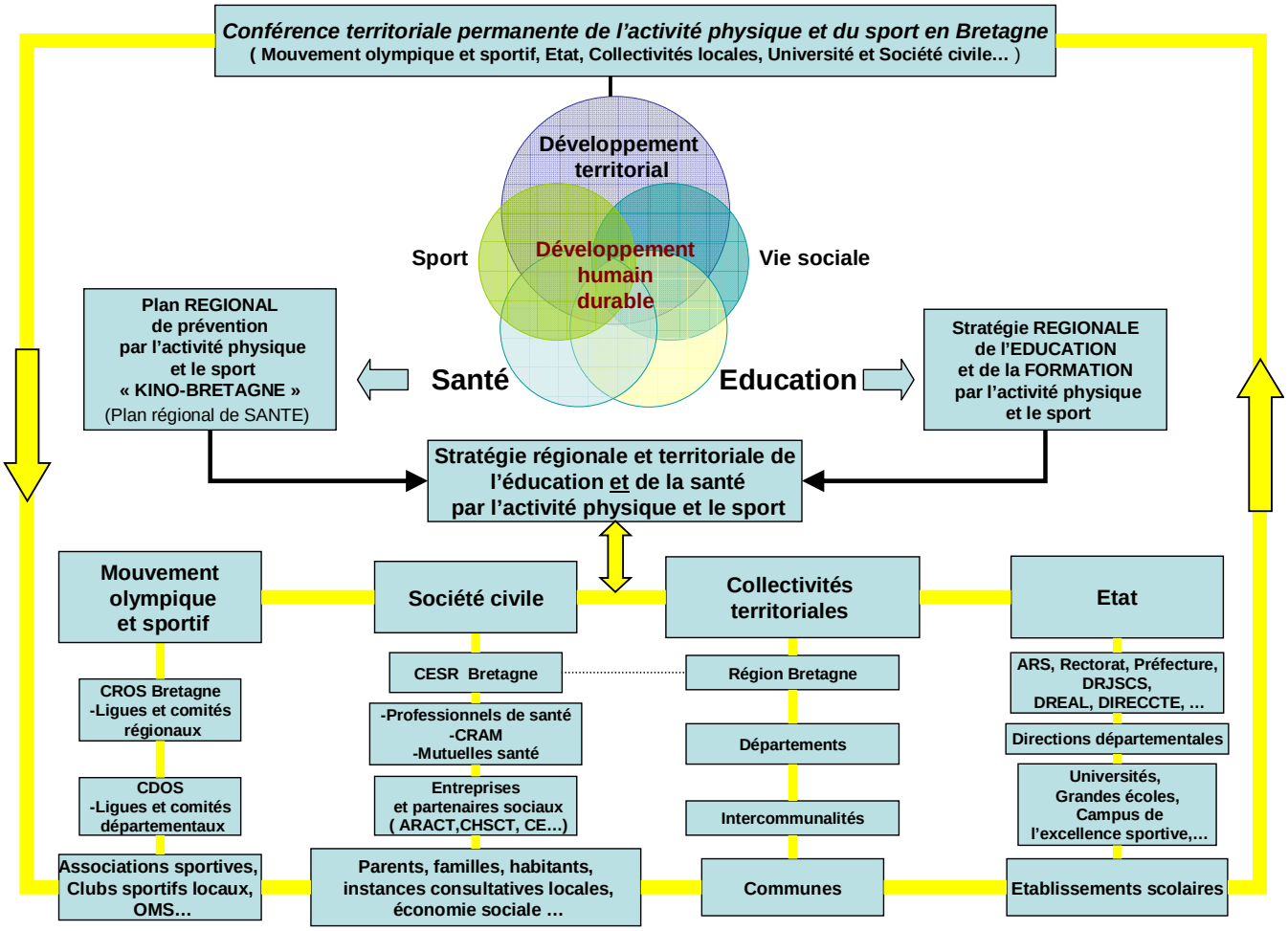
L'un des défis de cette nouvelle gouvernance est de développer les passerelles entre les acteurs du sport, de la santé, de l'éducation et de la recherche en Bretagne et dans ses territoires. D'une manière générale, cette nouvelle organisation devrait favoriser la co-construction de diagnostics et de stratégies d'actions partagées et partenariales afin de mettre en œuvre des projets d'intérêt général au service du développement durable, du bien-être de la population et d'une meilleure qualité de la vie dans les territoires de la Bretagne.

Le CESR de Bretagne préconise la création d'une Conférence territoriale permanente de l'activité physique et du sport en Bretagne dont les collèges pourraient par exemple comprendre des représentants du mouvement olympique et sportif (CROS, CDOS, Ligues, Comités), de l'Université (ex : UFR STAPS[61] et Médecine…) et des Grandes écoles (ex : EHESP, ENS Cachan-Bretagne[62]…), de l'Etat (ex : ARS, Rectorat, DRJSCS, DIRECCTE, DREAL…), des collectivités territoriales (ex : Région, Départements, Communes et leurs groupements), des acteurs économiques et, d'une manière générale, de la société civile organisée.

[60] Les auditions de M. Gérard Berche, membre du CROS Bretagne et du CD 35 de la Fédération française de Randonnée, les 13 mai 2008 et 1er avril 2009, ont mis en lumière l'importance de cet enjeu de la gouvernance, y compris à travers l'action partenariale exemplaire du Rando-Challenge® scolaire de Vitré.
[61] UFR STAPS : Unité de formation et de recherche en Sciences et techniques des activités physiques et sportives
[62] EHESP : Ecole des Hautes études en santé publique ; ENS Cachan : Ecole normale supérieure de Cachan

A travers le schéma simplifié ci-après - *non hiérarchisé, non exhaustif, à la fois ascendant et descendant* - le CESR propose une nouvelle organisation régionale et territoriale pouvant servir de base de réflexion aux parties-prenantes de l'activité physique et du sport en Bretagne[63]. Seuls les champs de la santé et de l'éducation sont développés dans ce graphique, même s'ils sont en interaction dynamique avec l'ensemble des autres dimensions d'un développement humain durable : développement territorial, social, environnemental, économique, etc.

Figure 2. Base de réflexion pour une nouvelle gouvernance de l'activité physique et du sport (APS) en Bretagne en lien avec une stratégie régionale et territoriale de la santé et de l'éducation par l'APS (liste des acteurs simplifiée, non hiérarchisée et non limitative)



Source : CESR Bretagne, mars 2010

[63] Sigles utilisés dans le schéma : ARS (Agence régionale de santé), DRJSCS (Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale), DIRECCTE (Direction régionale des entreprises, de la concurrence, de la consommation, du travail et de l'emploi), DREAL (Direction régionale de l'environnement, de l'alimentation et du logement, CHSCT (Comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail), CE (Comités d'entreprise), CESR (Conseil économique et social régional), APS (Activité physique et sport), CROS (Comité régional olympique et sportif), CDOS (Comités départementaux olympiques et sportifs), ARACT (Association régionale pour l'amélioration des conditions de travail), CRAM (Caisse régionale d'assurance maladie), OMS (Offices municipaux ou intercommunaux des sports)

Conclusion : Bouger et faire du sport… pour le plaisir d'abord !

Au final, quels sont les principaux enseignements de l'étude du CESR pour la Bretagne ?

- l'activité physique et la pratique sportive régulières et adaptées aux capacités et à l'âge de chacun sont des déterminants majeurs de l'état de santé, du bien-être et de la qualité de la vie en Bretagne ;
- le sport, fondé sur un projet humaniste et citoyen incarné dans l'esprit sportif, contribue à l'éducation et à la formation tout au long de la vie, à l'école comme en dehors ;
- il est au premier rang de la vie sociale et participe à un développement territorial durable ;
- les clubs du mouvement sportif, lieux de rencontre autour d'une discipline sportive pratiquée en loisirs ou à haut niveau -en compétition ou non- sont au cœur de la vie sportive dans les territoires. Ils contribuent d'autant plus au développement durable qu'ils ont les moyens pérennes d'un développement de qualité, à charge aussi pour eux de s'ouvrir plus largement à ces nouvelles perspectives ;
- une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'activité physique et du sport contribuerait à relever le double défi, d'une part, d'un développement durable par le sport, d'autre part, d'un développement durable du sport pour tous et dans tous les territoires.

Pourtant, à ne voir exclusivement dans le sport qu'un moyen au service du développement durable et non *aussi une fin en soi*, à force de vouloir se servir du sport sans sécuriser ceux qui le servent, le risque est grand d'oublier que ce qui fait battre le cœur du sport, c'est d'abord le plaisir du « sport pour le sport ».

En effet, le sport est avant tout une activité vivante portée par l'énergie et l'enthousiasme de la société civile elle-même. Il a son autonomie et ses spécificités. Il est cette irrésistible envie de bouger, d'exercer sa liberté de mouvement, de goûter à l'effort et de se dépasser, de vivre intensément et de partager des émotions, voire de la passion, en allant à la connaissance de soi en même temps qu'à la rencontre de l'autre.

Démocratique, républicain et respectueux des droits fondamentaux de la personne humaine, le sport peut être un vecteur de paix, donner un sens à la vie et même apporter du bonheur.

Alors, à vos marques, prêts… bougez ! En avant pour une Bretagne active et sportive.

Introduction

L'introduction qui suit cherche à répondre aux quatre questions suivantes : Quel est le contexte de l'autosaisine du CESR sur l'activité physique et le sport en Bretagne ? Sport et activité physique, de quoi parle-t-on ? Quelle est la problématique centrale de l'étude ? Comment a-t-elle été réalisée ? Après avoir abordé ces quatre points, nous terminerons cette introduction par l'annonce du plan général du rapport.

1. Le contexte de l'étude

L'étude du CESR s'inscrit dans le prolongement de travaux du CESR de Bretagne et dans le cadre d'une politique sportive déjà volontariste de la Région Bretagne. Tandis que l'Etat se réorganise en profondeur et que se dessine la perspective d'une réforme territoriale, la fonction sociale et éducative du sport et ses spécificités sont aujourd'hui reconnues par l'Union européenne. Enfin, le contexte de l'étude est marqué par une prise de conscience nationale de l'enjeu majeur de promouvoir l'activité physique régulière dans la population, y compris par les pratiques sportives, et ce afin de lutter contre le fléau sanitaire de l'excès de sédentarité dans la vie de tous les jours : en 2010, il est établi que plus de la moitié de la population française n'atteint pas un niveau d'activité physique favorable à la santé, jeunes et adultes.

1.1. Une étude qui s'inscrit dans le prolongement de travaux antérieurs du CESR de Bretagne

La présente autosaisine s'inscrit dans le prolongement de l'étude du CESR adoptée en 1996 : *« Les activités physiques et sportives en Bretagne : pour une politique régionale » (Rapporteur : M. Yves-Pierre Laval)*. Ce travail, après avoir dressé un état des lieux des activités physiques et sportives (APS), des pratiques et des politiques sportives publiques mises en œuvre, identifiait un certain nombre d'enjeux économiques, socioculturels et environnementaux liés au sport. Ce faisant, il dessinait déjà les prémices d'une analyse régionale du sport s'inscrivant dans une perspective de développement durable.

En introduisant ses préconisations, le CESR soulignait alors que le Conseil régional, bien que n'ayant pas de *« compétence obligatoire en matière d'activités physiques et sportives »,* avait pourtant *« une compétence de fait, conditionnée par un cadre de vie qui incite à la pratique sportive »*. Les APS, considérées comme *« facteur de socialisation »,* lui-même favorisé par *« la qualité de son tissu associatif »*, étaient alors décrites comme *« un potentiel »*, requérant, *« pour se réaliser pleinement »*, *« une politique sportive régionale ».*

Plusieurs travaux réalisés par le CESR depuis l'autosaisine de 1996 sur les APS ont soulevé de nombreux questionnements régionaux qui apparaissent aujourd'hui comme autant de défis majeurs pour l'avenir du sport en Bretagne. Peuvent notamment être cités : *« La dynamique culturelle bretonne »* (2000, M. Philippe Le Faou et M. Jean-Louis Latour) ; *« Les jeunes de 16 à 25 ans en Bretagne : une chance pour la Bretagne »* (2003, rapporteurs : Mme Andrée Cario et M. Jean Lemesle) ; *« La Bretagne et l'évolution des modes de vie »* (2004, rapporteur : M. Alain Even) ; *« Pour l'égalité entre les femmes et les hommes en Bretagne »* (2004, Mme Anne Saglio) ; *« Impacts en Bretagne des nouvelles demandes touristiques »* (2004, M. Henri Depoid) ; *« L'économie sociale en Bretagne : Pour une région compétitive, sociale et solidaire »* (2006, rapporteurs : Mme Evelyne Huaumé et Daniel Hardy) *; « Bien vieillir en Bretagne »* (2007, rapporteurs Mme Nicole François et M. Bernard Pivette), etc.

Autant de travaux et d'enjeux divers qui soulignent l'intérêt d'une *approche transversale* de l'activité physique et du sport en Bretagne.

1.2. Région Bretagne : une politique sportive volontariste inscrite dans le cadre de l'Agenda 21 régional

En juin 2006, soit dix ans après l'étude du CESR de Bretagne sur les APS, le Conseil régional de Bretagne, après avoir organisé une large concertation avec les acteurs régionaux du sport et réalisé un état des lieux actualisé des APS en région, adoptait les grandes orientations de sa politique sportive en soulignant que *« la Bretagne dispose d'un tissu associatif particulièrement riche et vivant, de clubs qui possèdent une grande vitalité, d'un mouvement sportif qui se structure et évolue »* et que *« le sport est un secteur important de la vie sociale et économique de notre région ».*

Il rappelait alors que *« le sport n'est pas, pour l'institution régionale, en l'absence d'un cadre national institutionnel clair, une compétence* dédiée » mais une compétence *choisie,* en vertu de sa clause générale de compétence, découlant du principe constitutionnel de libre administration des collectivités territoriales lui permettant de développer, dans les conditions prévues par la loi, une politique sportive *volontariste*: « *le Conseil régional de Bretagne réaffirme sa volonté de contribuer à la promotion, au développement harmonieux et à la démocratisation de l'ensemble des pratiques sportives. Faciliter, favoriser l'accessibilité de tous à la pratique sportive, répondre aux aspirations de chacun, quels que soient sa condition sociale, son âge, sa situation géographique ou ses capacités physiques, c'est participer à la cohésion sociale à laquelle nous aspirons tous. »*

Dans son Agenda 21 régional, adopté en décembre 2009, le Conseil régional a par ailleurs inscrit l'objectif « d'améliorer l'accès au sport et aux loisirs » dans la perspective du développement durable de la Bretagne.

Le développement de la pratique sportive pour tous, à tous les niveaux, est aussi intégré dans le cadre de la politique territoriale du Conseil régional. Ainsi, l'analyse des Contrats de Pays 2006-2012 fait apparaître un poids important des projets et équipements sportifs des territoires aidés financièrement par la Région. Cette dimension territoriale de la vie sportive est d'autant plus importante que la Bretagne connaît un fort dynamisme démographique : selon les estimations de l'INSEE, sa population devrait croître d'environ 400 000 habitants d'ici à 2030.

La Région a en outre une compétence *obligatoire* majeure en ce domaine : celle de garantir aux lycéennes et lycéens de Bretagne de bonnes conditions matérielles d'enseignement en Education physique et sportive (EPS). Cette responsabilité s'inscrit notamment dans le cadre de sa Stratégie régionale emploi-formation et de son Programme Pluriannuel d'Investissement (PPI) dans les lycées. Afin de favoriser la pratique sportive des jeunes en club, elle a également instauré, depuis la saison 2008/2009, un « Chèque sport » pour les 15-18 ans, sous la forme d'une aide financière à la licence sportive.

Le Conseil régional de Bretagne agit également dans le domaine de l'emploi et de la formation aux métiers du sport, en lien notamment avec le Groupement régional emploi-formation (GREF) de Bretagne. Son soutien aux associations sportives passe aussi par sa politique de développement de l'économie sociale et solidaire.

Elle développe de très nombreux partenariats avec les acteurs régionaux et territoriaux du mouvement olympique et sportif, notamment par voie de contractualisation. Elle apporte aussi régulièrement son soutien à de nombreuses manifestations sportives locales d'intérêt régional.

Le sport étant, à terre comme en mer, un enjeu économique important pour la Bretagne, la Région valorise sa forte dimension touristique, notamment pour ce qui concerne le nautisme et les sports de nature.

D'autres politiques sectorielles ou transversales du Conseil régional concernent le développement du sport et de l'activité physique en Bretagne, comme nous le verrons dans les différentes parties du rapport.

1.3. Une organisation de l'Etat français en pleine mutation et la perspective d'une réforme territoriale

L'étude a été réalisée dans le contexte de la Révision générale des politiques publiques de l'Etat dont l'un des effets a été la réorganisation des services et établissements de l'Etat en région. Ainsi, en 2010, la Direction régionale de la jeunesse et des sports a laissé place à une Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS). Un nouveau « Campus de l'excellence sportive » devrait intégrer certaines missions du Centre régional d'éducation populaire et de sport (CREPS) de Dinard …

La perspective d'une réforme territoriale qui pourrait remettre en cause la clause de compétence générale des collectivités territoriales, notamment celle de la Région et des Départements, est également un facteur d'incertitude pour l'avenir du développement et du financement de la vie sportive locale et régionale.

1.4. L'Union européenne reconnaît désormais la spécificité du sport ainsi que sa fonction sociale et éducative

Depuis l'entrée en vigueur du Traité de Lisbonne, le 1er décembre 2009, l'Union européenne reconnaît officiellement qu'elle *« contribue à la promotion des enjeux européens du sport, tout en tenant compte de ses spécificités, de ses structures fondées sur le volontariat ainsi que de sa fonction sociale et éducative »*[64].

Depuis cette date, le sport n'est plus exclusivement considéré par l'Union comme une *activité économique* de droit commun soumise au droit de la concurrence européen. Cette reconnaissance de la spécificité sportive et surtout de sa fonction sociale et éducative aura, dans l'avenir, des conséquences importantes, tant pour les acteurs du mouvement olympique et sportif, que pour les politiques publiques de développement du sport dans les Etats membres.

1.5. La lutte contre la sédentarité par l'activité physique régulière est devenue, en ce début de XXIème siècle, un enjeu majeur de santé publique

Le contexte de l'étude est aussi marqué par une prise de conscience nationale de la nécessité de lutter contre les conséquences sanitaires néfastes de modes de vie devenus, en tendance générale, de plus en plus sédentaires, lors des déplacements, au travail, au domicile ou lors des loisirs.

Ce défi de la lutte contre la sédentarité par la promotion, dans la population, de l'activité physique régulière, déjà intégré dans le *Plan national nutrition santé*, a aujourd'hui des fondements scientifiques avérés, notamment grâce à l'expertise collective de référence publiée en 2008 par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM) : *« Activité physique : contextes et effets sur la santé ».*

[64] Nouvel article 165 du Traité sur le fonctionnement de l'Union en vigueur en janvier 2010

Dans le prolongement de cette étude de référence, le Professeur Jean-François Toussaint, dans son rapport *« Retrouver sa liberté de mouvement »* (2008), a proposé au Ministère de la santé et des sports, un *Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive* qui s'inspire de stratégies locales et étrangères éprouvées ou prometteuses, comme par exemple le programme « Kino-Québec » expérimenté avec succès depuis près de trente ans Outre-Atlantique.

Considérant cet enjeu majeur de santé publique, le CESR de Bretagne a choisi de développer particulièrement cette thématique dans son rapport (Cf. Première partie), en s'appuyant fortement sur les recommandations des travaux mentionnés.

2. Sport et activité physique, de quoi parle-t-on ?

Les notions de sport et d'activité physique sont à distinguer car elles recouvrent des pratiques d'une grande diversité : de quoi parle-t-on ?

2.1. Le sport

D'où vient le sport ? Qu'est-ce que le sport ? Quelle est la place du sport en Bretagne ?

2.1.1. D'où vient le sport ?

« Bagatelle la plus sérieuse du monde », selon l'expression de l'ethnologue Christian Bromberger[65], le sport moderne est une pratique physique originale qui émerge en Angleterre, avec la société industrielle, au tournant des XVIIIème et XIXème siècles[66]. Il emprunte à cette dernière l'idée de progrès et de mesure de la performance. C'est également en Angleterre que se développent les premiers « clubs » sportifs, cellules de base de l'institutionnalisation du sport moderne. A l'origine réservé à une élite sociale masculine, le sport, espace de socialisation et d'éducation par la médiation du *jeu*, se structure autour de la pratique non-violente et compétitive d'une discipline sportive dotée de règles collectives.

En France, en complément des multiples jeux traditionnels et populaires existants, comme par exemple en Bretagne[67], c'est à partir du milieu du XIXème siècle qu'il se développe. Les clubs sportifs se structurent et se multiplient sur les fondements de la loi du 1er juillet 1901 relative au contrat d'association, alors que la gymnastique scolaire prend son essor sous la IIIème République. Au tournant du XIXème siècle et du XXème siècle, certaines disciplines sportives, telles que le cyclisme ou le football, commencent à se populariser, tandis que, comme l'a rappelé l'historien du sport Jean Durry lors de son audition, Pierre de Coubertin, au Congrès international olympique de 1894, pose les principes fondamentaux de l'olympisme moderne, et de son idéal humaniste, pacifique et universaliste.

L'Entre-deux-guerres se caractérise par une diffusion et une certaine démocratisation des pratiques et du spectacle sportif, mais aussi parfois par une instrumentalisation idéologique et belliciste du sport, y compris pendant la Seconde Guerre mondiale. A partir de la Libération le sport devient progressivement un loisir de masse, y compris en se féminisant lentement. Ses enjeux économiques sont de plus en plus forts alors que se développe, notamment à travers les médias, le sport spectacle. Son organisation institutionnelle et son développement reposent alors sur trois piliers : le mouvement olympique et sportif, l'Etat et les collectivités locales. En ce début de XXIème siècle, le sport s'est massifié, féminisé,

[65] Christian Bromberger, « Football, la bagatelle la plus sérieuse du monde », 1998
[66] Audition de Luc Robène, Maître de conférences et chercheur au LARES, Université de Rennes 2, le 1er avril 2008
[67] Audition de la FALSAB, 8 juillet 2008

individualisé et mondialisé. Multiforme, il représente en 2010 un « fait social total[68] » en même temps qu'un enjeu économique et territorial majeur.

2.1.2. Qu'est-ce que le sport ?

Il est autant de définitions du sport que d'auteurs d'ouvrage ou de déclarations officielles sur le sport : à la fois un et pluriel, il est une mosaïque de pratiques. La définition proposée par le Conseil de l'Europe, dans sa Charte européenne du sport, semble assez large et souple pour traduire cette diversité : *« On entend par "sport" toutes formes d'activités physiques qui, à travers une participation organisée ou non, ont pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux ».*

Cette approche intègre donc les pratiques sportives « libres » -individuelles ou collectives-, non affiliées au mouvement olympique et sportif, qui sont aujourd'hui majoritaires dans la population française[69]. Ainsi, si 58 % des français déclarent pratiquer habituellement un sport, près de 6 sportifs sur 10 (57,9%) le font *en dehors* d'un club affilié à une fédération sportive officielle[70].

Pourtant, bouger et se dépenser physiquement ne fait pas société. Le sport a fondamentalement une dimension culturelle, sociale et politique. Il est un espace civil autonome *de* et *dans* la société, un terrain de jeu et d'enjeux sociétaux qui crée des liens entre les individus et les peuples, par-delà leurs intérêts et leurs différences, et dont les Jeux Olympiques sont devenus la manifestation la plus universelle.

En Bretagne, les travaux du CESR de Bretagne ont montré que, dans les territoires, le sport qui se pratique et celui qui se regarde, le sport de masse et le sport d'élite, le sport en club et les pratiques libres, le sport traditionnel et les nouvelles pratiques, même s'ils ont chacun leurs expressions et logiques spécifiques, se complètent, bien plus qu'ils ne s'opposent. Ce système sportif « intégré » constitue d'ailleurs l'une des spécificités majeures, non seulement du sport en Bretagne, mais également du modèle sportif français et européen.

2.1.3. La Bretagne est parmi les régions les plus sportives

Avec 951 320 licenciés sportifs en 2008/2009[71] pratiquant dans plus de 9000 clubs, soit près d'un habitant sur trois, la Bretagne est la première région sportive française si l'on considère le taux de licenciés par habitant[72]. Selon une estimation réalisée en 2002[73] par Viviane Tchernonog, chercheur au CNRS, sur près de 800 000 bénévoles associatifs en Bretagne, le bénévolat sportif arrive en tête : il représenterait environ 1 bénévole sur 4, soit approximativement 200 000 personnes. Si l'on ajoute à ces bénévoles sportifs, les 22 000 emplois de la filière sport estimés par le GREF Bretagne en 2008[74], on mesure l'importance sociale et économique du sport en Bretagne.

Entre ciel, terre et mer, elle est aussi une région sportive de haut niveau, que ce soit dans le sport amateur ou professionnel.

---

[68] Par référence au concept forgé par le sociologue Marcel Mauss (phénomène appelant une approche globale)
[69] Audition de Patrick Mignon, 30 septembre 2008
[70] INPES, Baromètre santé 2005
[71] http://www.sports.gouv.fr/francais/communication/statistiques/chiffres-cles/ (données au 4 janvier 2010) – L'évolution de nombre de licenciés par discipline sportive fédérale en Bretagne depuis 2002, figure en annexe du rapport (source : CROS Bretagne).
[72] CROS Bretagne, janvier 2010
[73] Viviane Tchernonog (CNRS) : « Poids et profil du secteur associatif en Bretagne », Mai 2002. Le secteur « Sports, chasse et pêche » représente 23,2% des 796 000 bénévoles, soit 184 672 personnes.
[74] Groupement régional emploi formation (GREF) Bretagne, CRESLB, estimation 2009

2.2. L'activité physique

Qu'est-ce que l'activité physique ? Quelle est la place du sport dans l'activité physique globale ?

2.2.1. Qu'est-ce que l'activité physique ?

Il est important de bien distinguer le sport et l'activité physique, car de même que le sport ne se réduit pas à l'activité physique, celle-ci ne se réduit pas au sport. L'activité physique peut être définie comme étant toute dépense d'énergie corporelle supérieure à celle du repos. L'INPES[75] précise qu'elle est « l'ensemble des activités physiques pratiquées dans la vie de tous les jours » : à l'école, lors des déplacements, en milieu de travail (rémunéré ou non), pendant les loisirs, en réalisant des activités domestiques (ex : ménage, bricolage, jardinage…), etc.

2.2.2. Dans l'activité physique de tous les jours, la place du sport est à relativiser

Dans l'activité physique régulière de tous les jours, la place du sport est à relativiser. En effet, une étude européenne a mis en évidence que le sport ne représente en moyenne, dans la population, que 7% de la dépense d'énergie physique quotidienne[76].

3. Problématique centrale de l'étude : la dimension humaine et sociale de l'activité physique et du sport dans la vitalité des territoires en Bretagne

L'étude du CESR de Bretagne cherche essentiellement à répondre à la problématique suivante : *Quelles sont les contributions du sport et de l'activité physique à la dimension humaine et sociale du développement durable dans les territoires en Bretagne ?*

Pour approcher ces contributions, trois champs de recherche ont été privilégiés : la santé ; l'éducation et la formation tout au long de la vie ; le développement social et territorial. Un quatrième champ a également été pris en compte : celui du développement durable *du* sport lui-même, c'est-à-dire du « sport pour le sport ».

4. La méthodologie de l'étude, le parcours d'audition et de recherche du CESR

Confiée à la commission « Qualité de vie, culture et solidarités », la réalisation de l'étude s'est déroulée entre le mois d'avril 2008, date d'adoption de son cahier des charges par le Bureau du CESR, et le mois de février 2010, pour sa finalisation.

Durant ces deux années, en commission ou groupe d'enquête territoriale, près de 160 personnes ont été auditionnées auxquelles il faut ajouter les 73 membres du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne* ayant répondu à l'enquête par questionnaire du CESR. Au total, donc, environ 230 personnes extérieures au CESR de Bretagne ont enrichi, par leurs contributions de qualité, l'information et la réflexion de la commission (voir liste des personnes auditionnées).

[75] Institut national de prévention et d'éducation à la santé, INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010
[76] Source : voir graphique ci-après

Afin de rendre compte de la grande diversité de ces sources, que l'on retrouvera tout au long du rapport -dans le corps du texte ou en note de bas de page- nous en présentons ici les principales catégories :

- l'éclairage de chercheurs, d'experts et la participation à des colloques ;
- le concours de services experts de l'observation du sport en Bretagne ;
- l'audition de services de l'Etat en région, d'enseignants et de chefs d'établissement ;
- une enquête territoriale auprès des acteurs du sport en Bretagne ;
- la mobilisation du réseau régional et territorial du mouvement olympique et sportif ;
- des contributions de nombreux éducateurs sportifs sur la fonction éducative et sociale du sport ;
- la parole aux jeunes, notamment par la réalisation d'une enquête auprès du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne ;*
- l'audition d'organisateurs bénévoles de manifestations sportives et d'élus locaux ;
- des personnalités du sport professionnel de haut niveau ;
- les acteurs du sport accessible aux personnes en situation de handicap ;
- la rencontre de professionnels de santé ;
- des experts de l'impact environnemental des pratiques sportives et des urbanistes ;
- des responsables de l'information sportive de la presse régionale ;
- la participation active des membres de la commission « Qualité de vie, culture et solidarités » ;
- une veille permanente et une recherche documentaire approfondie.

Liste des personnes auditionnées et Annexe 1 en fin de rapport

On trouvera *en fin de rapport* la liste détaillée des personnes auditionnées et contributions recueillies pour l'étude ; celle-ci est également présentée sous forme synthétique en Annexe 1. Toutes ont enrichi la réflexion et le rapport du CESR par leurs précieux apports.

5. Plan du rapport

Divisée en quatre parties, l'étude du CESR montre que l'activité physique -et surtout le sport- contribuent fortement au développement humain et durable de la Bretagne, de ses territoires et de ses habitants.

Si des risques existent, les bénéfices pour la santé d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières et adaptées l'emportent largement, d'où l'intérêt d'envisager un plan régional de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport : « Kino-Bretagne » **(Première partie : « Kino-Bretagne » : pour une stratégie régionale de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport).** Cette partie est la plus développée compte tenu de l'enjeu majeur de santé publique qu'elle représente.

En outre, s'il repose sur des valeurs humanistes et un projet citoyen, le sport contribue à l'éducation et à la formation tout au long de la vie **(Deuxième partie : L'éducation et la formation par le sport tout au long de la vie).**

Au cœur de la vie sociale, le sport participe fortement à un développement territorial durable **(Troisième partie : Le sport au cœur de la vie sociale et d'un développement territorial durable).**

Pourtant, s'il peut servir de nombreuses causes, le sport ne saurait être entièrement instrumentalisé : le développement durable *par* le sport ne peut être séparé de l'enjeu -et des moyens- d'un développement durable *du* sport lui-même **(Quatrième partie : Pour un développement durable *du* sport).**

Première partie

« Kino-Bretagne » : pour une stratégie régionale de prévention et de promotion de la santé par l’activité physique et le sport

Introduction de la première partie : Etat des lieux, analyse bénéfice-risque, stratégie régionale et territoriale

Quels sont les contextes de la sédentarité, de l'activité physique et du sport dans la population ? Quels sont les bénéfices et risques pour la santé ? Quelle stratégie régionale et territoriale envisager pour promouvoir, en Bretagne, une activité physique et un sport favorables à la santé de ses habitants ?

Pour apporter des éléments de réponse à ces trois problématiques, cette première partie consacrée à la relation complexe entre activité physique, sport et santé, se décline en trois chapitres.

Le premier chapitre dresse un état des lieux de la situation qui met en évidence l'enjeu majeur de lutter contre la sédentarité croissante de la population en raison de ses conséquences néfastes sur la santé.

Dans un deuxième chapitre, nous verrons que si les bénéfices pour la santé d'une activité physique régulière et d'une pratique sportive adaptée, tout au long de la vie, sont aujoud'hui scientifiquement avérés, certains risques, même s'ils ne concernent qu'une minorité de pratiques et de pratiquants, ne doivent pas non plus être occultés.

Enfin, à partir de cet état des lieux, nous proposerons, *dans le dernier chapitre*, une stratégie régionale et territoriale multi-niveaux et multi-partites, que nous suggérons d'intituler « Kino-Bretagne » (de *kinesis*, mouvement en grec), pour promouvoir, auprès de la population de la Bretagne, une activité physique et un sport favorables à la santé.

La santé est ici entendue au sens de l'Organisation mondiale de la santé, c'est-à-dire comme « un état de complet bien-être physique, mental et social » ne consistant pas uniquement en une absence de maladie.

Chapitre 1

Eléments d’état des lieux sur la sédentarité, l’activité physique et la pratique sportive

1. Définitions de la santé, de l'activité physique et du sport selon l'Organisation Mondiale de la Santé..... 20
1.1. La santé : « un état de complet bien-être physique, mental et social »..... 20
1.2. L'activité physique : bouger et dépenser plus d'énergie qu'au repos..... 20
1.3. Le sport est, selon l'INSERM, « la forme la plus sophistiquée de l'activité physique » . 21
1.4. Une définition qui ne prend pas suffisamment en compte les spécificités et l'autonomie de l'espace sportif 22

2. La part du sport dans l'activité physique quotidienne est à relativiser 22

3. Le déclin historique de l'activité physique 24

4. Etat des lieux de la sédentarité, de l'activité physique et du sport aujourd'hui en France..... 25
4.1. Approche de la sédentarité 25
4.1.1. Prudence méthodologique..... 25
4.1.2. Le Baromètre santé-nutrition de l'INPES : une approche globale de la sédentarité 26
4.1.3. Les résultats de l'étude de l'AFSSA « INCA 2 -2006/2007 » : un champ limité à la sédentarité de loisirs mais incluant les enfants 28
4.2. Approche de l'activité physique 32
4.2.1. Les trois niveaux d'activité physique : faible, modéré, élevé..... 33
4.2.2. Première approche des niveaux d'activité physique favorables à la santé..... 35
4.2.3. Eléments d'état des lieux sur l'activité physique dans la population française 36
4.3. Approche de la pratique sportive 56
4.3.1. Les résultats issus du Baromètre santé 2005 de l'INPES pour les 15-74 ans..... 57
4.3.2. Quelques éclairages complémentaires apportés par l'INSEP, le Ministère de la jeunesse et des sports et l'INSEE sur les pratiques sportives en France. 59
4.4. Quelques repères sur la prévalence et les risques de l'excès pondéral en France et en Bretagne 77
4.4.1. L'excès pondéral chez les adultes en France et en Bretagne 77
4.4.2. L'excès pondéral chez les adultes en Bretagne 84
4.4.3. Les risques pour la santé associés à l'excès pondéral 85
4.5. Le plan national nutrition santé français : alimentation, activité physique et santé sont liés 87

Introduction du chapitre 1 – Définitions et points de repère

Qu'est-ce que l'activité physique ? Quelle est la part du sport dans l'activité physique quotidienne - ? Quelles sont les situations de la sédentarité, de l'activité physique et des pratiques sportives en France et en Bretagne ?

Les données existantes sont le plus souvent partielles, fragmentées et issues de méthodologies différentes. Les champs d'étude et de définition de l'activité physique et du sport varient d'une étude à l'autre, quand ils ne sont pas tout simplement confondus sous le vocable d'activités physiques et sportives.

Compte tenu de ces divergences et imprécisions, il est donc particulièrement difficile de dresser un état des lieux synthétique de la sédentarité, de l'activité physique et du sport en France, et encore plus, en Bretagne.

Les données statistiques relatives au nombre des licences sportives délivrées annuellement par les fédérations sportives officielles permettent d'appréhender la situation du sport fédéral au niveau national, régional ou local. En revanche, la mesure du niveau de sédentarité et de l'activité physique générale des individus et populations est un champ de recherche très récent et à ce jour encore largement inexploré. Il en va de même pour la connaissance des pratiques sportives libres, c'est-à-dire exercées en dehors d'un club fédéral, qui sont pourtant majoritaires.

Bien qu'incomplètes et issues de méthodologies hétérogènes, certaines données internationales, européennes, nationales et, plus rarement régionales et locales, éclairent néanmoins la situation.

Pour pouvoir envisager une stratégie régionale ou territoriale de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport, un état des lieux préalable de la situation, même imparfait, est indispensable.

Ce premier chapitre est donc à considérer comme une première approche du contexte de la sédentarité, de l'activité physique et du sport en France et, le cas échéant, en Bretagne.

Après avoir proposé quelques définitions et relativisé la part du sport dans l'activité physique générale, nous présenterons successivement quelques éléments d'état des lieux de la sédentarité, de l'activité physique puis du sport.

En fin de chapitre, pour compléter ce tableau, on trouvera quelques points de repère sur la prévalence et les risques de l'excès pondéral en France et en Bretagne. Sont également présentés les objectifs prioritaires du plan national nutrition santé (PNNS) qui est au carrefour des enjeux de santé publique liés à l'alimentation, à l'activité physique et à la santé.

1. Définitions de la santé, de l'activité physique et du sport selon l'Organisation Mondiale de la Santé

Avant de chercher à comprendre en quoi l'activité physique ou le sport constituent un risque ou un bénéfice pour la santé, il est indispensable de définir ces notions, ou plus précisément de choisir, parmi les multiples définitions existantes, celle qui, avec ses limites, nous paraît la plus adaptée au regard du sujet à traiter dans cette partie.

A la lumière de travaux de référence récents tels que l'étude scientifique de l'Institut National de la Santé Et de la Recherche Médicale (INSERM) *« Activité physique : contextes et effets sur la santé*[77] *» (2008)* et son prolongement, le rapport du Professeur Jean-François Toussaint *« Retrouver sa liberté de mouvement - Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive*[78] *» (2008)*, nous retiendrons, comme ces derniers les définitions proposées par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

1.1. La santé : « un état de complet bien-être physique, mental et social »

Pour l'OMS, « la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité[79] ».

Lors de son audition au CESR de Bretagne, le Professeur Pierre Rochcongar du CHRU de Rennes[80], a souligné que, selon cette approche globale, la santé ne saurait relever de la seule activité médicale : elle dépend d'une multitude de facteurs individuels, sociaux, environnementaux … et, par conséquent, d'une pluralité d'acteurs.

C'est sur le fondement de cette approche multifactorielle des déterminants de santé que l'INSERM s'est penché sur l'activité physique, ses contextes et ses effets sur la santé en réalisant une étude pluridisciplinaire approfondie, fruit d'une expertise collective rassemblant des professionnels de la santé, de l'environnement, de l'éducation, des sociologues, des urbanistes … Nous y reviendrons plus loin.

1.2. L'activité physique : bouger et dépenser plus d'énergie qu'au repos

Selon l'OMS, l'activité physique est « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques, entraînant une dépense d'énergie supérieure à celle du repos[81] ».

Cette définition donne une vision très large de l'activité physique qui regroupe, selon l'INSERM, « à la fois l'exercice physique de la vie quotidienne, -à la maison, au travail, dans les transports -, l'activité physique des loisirs, et la pratique sportive[82] ».

Si le sport est une source d'activité physique, l'activité physique ne se réduit pas au sport. Ainsi, pour l'OMS, pratiquer une activité physique, c'est autant jouer au football dans un

[77] Rapport consultable sur http://ist.inserm.fr/
[78] Rapport consultable sur http://www.sante-sports.gouv.fr/
[79] Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 Etats. 1946; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948.
[80] Audition du 4 novembre 2008 à Rennes, Professeur Pierre Rochcongar, Unité de biologie et médecine du sport, CHU Rennes, Président de la Société Française de Médecine du Sport
[81] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, synthèse, p 109
[82] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, dossier de presse, p 1

club ou dans la rue que courir librement, prendre l'escalier au lieu de l'ascenseur, marcher, faire du vélo, passer l'aspirateur, bricoler, jardiner, faire la vaisselle, balayer, se dépenser physiquement dans son travail, s'amuser sur une aire de jeux pour les enfants, etc. Bref, en dehors des périodes de repos, multiples sont les temps et lieux de vie courants propices à la mise en mouvement du corps, à son activation physique, à la dépense d'énergie.

Selon l'INSERM, « l'activité physique est un phénomène complexe qui se caractérise par son type (quelle activité physique), sa durée (pendant combien de temps), sa fréquence (quelle régularité et quel fractionnement), son intensité (quel investissement physique et quelle dépense énergétique), et son contexte (quel environnement). Les conditions sociales dans lesquelles elle est pratiquée ont également leur importance (…). Les variations saisonnières des activités physiques ne facilitent pas leur mesure mais il est nécessaire de les considérer (…)[83] ».

Le coût énergétique lié à une activité physique peut-être calculé selon différentes méthodes. Il peut par exemple être exprimé en équivalent métabolique ou MET (Metabolic Equivalent Tasks), qui est le rapport du coût énergétique d'une activité donnée à la dépense énergétique de repos. Selon l'INSERM, le MET est l'équivalent métabolique correspondant à la consommation d'oxygène de repos qui équivaut à 3,5 millilitres d'oxygène par kilogramme de masse corporelle par minute ou à environ 1 kilocalorie par kilogramme de masse corporelle par heure. Les activités physiques peuvent être classées selon la dépense énergétique qu'elles engendrent. Par exemple, une activité physique de 2 METs exige une consommation d'oxygène deux fois plus importante que celle de repos[84].

Tableau 2. Mesure de l'intensité de l'activité physique en METs

Intensité de l'activité physique	Équivalents métaboliques (METs)
Repos	1
Faible	< 3
Modérée	[3-6]
Élevée	> 6

Source : INSERM, Activité physique, contextes et effets sur la santé, rapport, 2008, p 641-
Lecture : une activité physique d'intensité modérée correspond à une dépense énergétique comprise entre 3 fois et 6 fois celle du repos (tableau CESR de Bretagne)

1.3. Le sport est, selon l'INSERM, « la forme la plus sophistiquée de l'activité physique »

Selon l'OMS[85], le sport est « un sous-ensemble de l'activité physique, spécialisé et organisé » et « une activité revêtant la forme d'exercices et/ou de compétitions, facilitées par les organisations sportives ».

L'INSERM se base sur cette définition en précisant que « les activités physiques et sportives représentent un continuum allant de l'inactivité à une activité au moins modérée jusqu'à la pratique d'activités d'intensité élevée de façon régulière (comme chez les sportifs de haut niveau)[86] » ;
Dans une perspective scientifique et médicale où la mesure de l'intensité et de la fréquence de l'activité physique est nécessaire pour vérifier les bienfaits ou méfaits de cette dernière,

[83] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, Rapport, p 149
[84] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, Rapport, pp 151 et 641
[85] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, synthèse, p 109
[86] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, synthèse, p 109

cette définition « technique » et « énergétique » du sport, « continuum » et « sous-ensemble » de l'activité physique générale est compréhensible.

Toutefois, attentif à souligner les spécificités de la pratique sportive, l'INSERM précise que *« le sport est la forme la plus sophistiquée de l'activité physique »*.

1.4. Une définition qui ne prend pas suffisamment en compte les spécificités et l'autonomie de l'espace sportif

Si elle est sans doute rendue nécessaire pour garantir la scientificité des travaux, il nous semble que cette définition sanitaire retenue par l'OMS et l'INSERM, ne prend pas suffisamment en compte le fait que l'espace sportif, s'il se manifeste effectivement par de l'activité physique quantifiable, est bien plus que cela.

D'un point de vue qualitatif, comme nous le verrons dans les parties suivantes du rapport, en tant que « fait social total[87] », que phénomène à la fois éducatif, culturel, politique, économique, etc. le sport ne peut être réduit à un « sous-ensemble » de l'activité physique : il est aussi un espace sociétal ayant et revendiquant des spécificités et une régulation qui lui sont propres, et surtout, une certaine autonomie, chère à ses institutions représentatives.

Au sens premier de son étymologie[88], *« desportes »*, le sport est un lieu où l'on se « déporte » culturellement et socialement[89] et pas seulement où l'on se dépense physiquement.

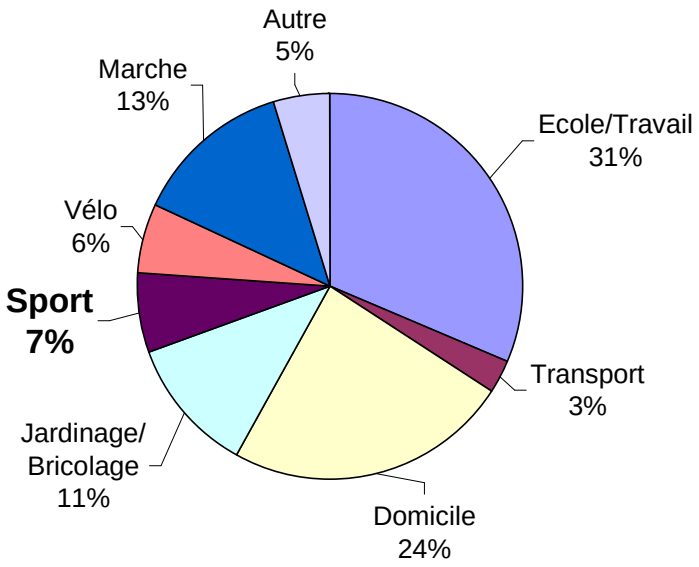
Il nous semble, nous y reviendrons plus loin, que ces spécificités de l'activité sportive ne sont pas neutres, y compris en termes de bénéfices ou de risques pour la santé, ainsi que pour l'éducation et la socialisation.

2. La part du sport dans l'activité physique quotidienne est à relativiser

Si nous repartons de la notion d'activité physique au sens de l'OMS et de l'INSERM, et de la mesure de son intensité et de sa fréquence, on observe que le sport ne représente qu'une infime partie de l'activité physique : 7% de la dépense énergétique quotidienne. Il vient bien après l'activité physique à l'école ou au travail (33%), au domicile (25%), lors de la marche (14%), du jardinage ou bricolage (12%) ou du vélo (6%) ; et juste avant le transport (3%).

[87] Marcel Mauss, ethnologue
[88] Trésor Langue Français Informatisé, dictionnaire en ligne du CNRS, http://atilf.atilf.fr/tlf.htm , consulté le 09/10/2009
[89] Colloque « Ethique et sport », Université de Rennes 2, Conseil de l'Europe, Intervention de PH Frange

Figure 3. Répartition des sources quotidiennes de dépense énergétique en Europe



Source : PNAPS – Rapport Jean-François Toussaint – 2008 – p 14
(d'après Eddy Engelsman, Ambassadeur Activité Physique, Nutrition et Santé au Ministère de la santé, des affaires sociales et des sports, Pays-Bas)

Puisque 93% de la dépense énergétique associée à l'activité physique se situe en dehors du sport, on voit déjà que l'objectif de promouvoir la santé par des modes de vie physiquement actifs implique une approche globale des temps et environnements de vie des populations. A elles seules, les activités physiques à l'école, au travail et au domicile représentent plus de la moitié de la dépense énergétique moyenne quotidienne des européens, et si on y ajoute la marche, les deux tiers.

Selon Jean-François Toussaint, *« le sport répond de moins en moins aux besoins de mobilité des citoyens[90] ».* Ainsi, une politique publique qui se cantonnerait à promouvoir le « sport-santé », même en contribuant à rendre plus actifs les pratiquants, n'aurait que des effets mineurs du point de vue de l'augmentation générale du niveau d'activité physique dans la population.

[90] Professeur Jean-François Toussaint, « Retrouver sa liberté de mouvement – Programme national de prévention par l'activité physique ou sportive », 2008, p 14

3. Le déclin historique de l'activité physique

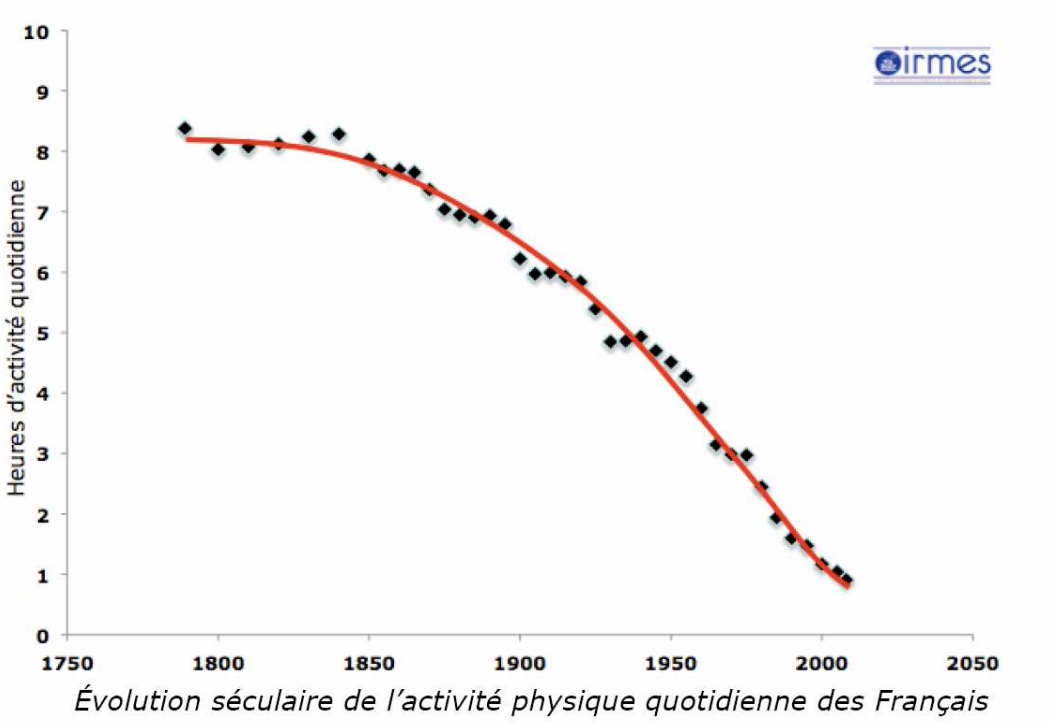
Après avoir su tirer partie d'énergies présentes à l'état plus ou moins brut dans la nature, puis de l'art du moteur et de la maîtrise de ses différentes sources d'énergie, progressivement la force humaine s'est comme projetée à l'extérieur du corps humain, mécaniquement, électriquement, électroniquement, numériquement.

Selon le degré de développement des pays et les secteurs d'activités considérés, ce mouvement historique de dissociation de l'activité humaine de l'activité physique est bien sûr très variable, le progrès technique n'étant pas également et équitablement partagé par tous.

Si l'activité physique reste encore, pour une grande partie de l'humanité, synonyme de pénibilité et de souffrances, notamment au travail, dans les pays en développement comme au sein des pays dits développés, on observe une tendance générale à la sédentarisation des individus qui est à corréler aux progrès de la motorisation, des technologies de l'information et à la tertiarisation de l'économie.

En France, comme l'illustre le graphique de l'IRMES[91] ci-après, extrait du rapport Toussaint, c'est à partir du milieu du XIXème siècle que le niveau d'activité physique quotidienne amorce son déclin continue jusqu'à nos jours, passant d'environ 8h30 à 1h en moyenne. Il est vrai qu'en deux siècles, la part des emplois directement liés à l'agriculture est passée de 65% à 4% dans l'Hexagone, le secteur tertiaire passant lui de 14% à 72%[92].

Figure 4. Évolution séculaire de l'activité physique quotidienne des Français depuis le début du XIXème siècle



Source : IRMES, PNAPS, Rapport de Jean-François Toussaint, 2008, p 11

[91] Institut de Recherche bio-Médicale et d'Epidémiologie du Sport (INSEP)
[92] Rapport Toussaint, p 11

4. Etat des lieux de la sédentarité, de l'activité physique et du sport aujourd'hui en France

L'état des lieux qui suit fait ressortir d'importantes inégalités de pratiques face à la sédentarité, à l'activité physique et à la pratique sportive.

Le plus souvent en lien avec le Programme national nutrition santé (PNNS), différents travaux récents permettent de mieux appréhender et mesurer la réalité de la sédentarité, de l'activité physique et du sport aujourd'hui en France dans une perspective de promotion de la santé, notamment : le Baromètre santé 2005 et 2008 de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) ; l'Etude nationale nutrition santé 2006 de l'Institut de veille sanitaire (INVS) ; l'étude de l'INSERM « Activité physique : contexte et effets sur la santé » en 2008 ; et, plus récemment, l'étude Individuelle nationale des consommations alimentaires 2 – 2006-2007 (INCA2) de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) publiée en juin 2009.

La plupart de ces enquêtes utilisent un instrument de mesure de l'activité physique faisant l'objet d'un consensus scientifique au niveau international : l'International Physical Activity Questionnaire ou *IPAQ*. Ce questionnaire permet de jauger l'intensité, la fréquence et la durée de l'activité physique, d'en déduire une estimation de *la dépense énergétique* hebdomadaire en équivalents métaboliques (exprimée en MET-minutes/semaine[93]) et de la comparer avec celle considérée comme « *entraînant des effets bénéfiques pour la santé*[94] » ou « *favorable à la santé* ». L'autre grand intérêt du questionnaire IPAQ est qu'il se fonde sur *une approche globale de l'activité physique* de la personne dans ses différents temps et lieux de vie : au travail, à la maison, dans les transports et dans les loisirs.

La population ciblée par IPAQ est celle des 15-74 ans, d'autres outils de mesure se révélant mieux adaptés pour les enfants et adolescents.

4.1. Approche de la sédentarité

4.1.1. Prudence méthodologique

La sédentarité est définie dans le questionnaire IPAQ comme consistant en « des occupations spécifiques dont la dépense énergétique est proche de la dépense du repos, telles que regarder la télévision ou des vidéos, travailler sur ordinateur, lire… [95]». Ces activités sédentaires ont en commun d'être pratiquées le plus souvent en position assise.

Comme il le fait pour l'activité physique, le questionnaire IPAQ permet de mesurer *globalement* la sédentarité en interrogeant les individus sur le temps moyen passé en position assise au cours d'une journée moyenne pendant les sept derniers jours précédant l'enquête. Mais alors que le spectre de sédentarité choisi par l'INPES dans son Baromètre santé 2005 et 2008 retient cette approche globale, tel n'est pas le cas de l'étude de l'AFSSA « INCA2 » de 2009 qui ne s'intéresse qu'à la sédentarité de loisirs (télévision, ordinateur), en excluant donc par exemple le temps passé assis au bureau, lors de la journée de travail ou d'école, qui dans certaines activités est loin d'être négligeable …

[93] Selon l'INPES, *« un MET représente la dépense énergétique d'un individu au repos et est estimé, chez l'adulte, à 3.5ml d'oxygène consommé par kilo de poids corporel et par minute, soit environ 1kcal/kg/h ».* Baromètre santé 2005, p 244, note n°1
[94] En anglais : Health Enhancing Physical Activity ou HEPA
[95] INPES, Baromètre santé 2005, Attitudes et comportements de santé, p 251

D'une étude à l'autre, les champs de l'activité physique et de la sédentarité peuvent donc varier considérablement, ce qui explique souvent les écarts de mesure constatés. Il en va de même avec l'âge des populations concernées, d'où la nécessité de présenter séparément les méthodologies et résultats complémentaires de ces travaux pionniers.

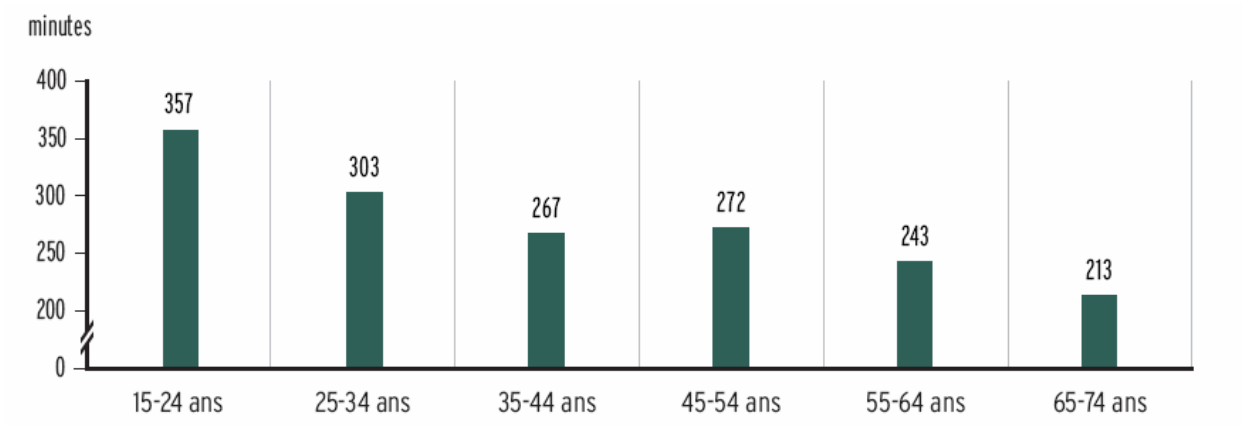
4.1.2. Le Baromètre santé-nutrition de l'INPES : une approche globale de la sédentarité

On s'intéresse ici à toutes les occupations sédentaires lors des loisirs, au domicile, lors des déplacements ou au travail… pour la population des 15-74 ans uniquement.

Une question globale d'IPAQ permet de mesurer le temps passé en position assise un jour moyen au cours des sept jours précédant l'enquête, hors week-end.

Selon le Baromètre santé 2005 de l'INPES, en moyenne, le temps passé assis au cours d'une journée habituelle dépasse 4 h 40 (281 mn) chez les 15-74 ans, étant précisé que 33.1 % de cette tranche d'âge sont assis en moyenne au moins 6 heures par jour[96]. La différence par sexe n'est pas significative : 4 h 49 pour les hommes contre 4 h 34 pour les femmes. En revanche, les différences selon les classes d'âge sont importantes, le temps moyen assis ayant tendance à diminuer avec l'avancée en âge. Par exemple, alors que ce temps assis est de 357 mn chez les 15-24 ans, il est de 243 mn chez les 55-64 ans.

Figure 5. Temps moyen passé assis pendant une journée habituelle, au cours des sept jours précédant l'enquête, selon les classes d'âge, chez les 15-74 ans en France

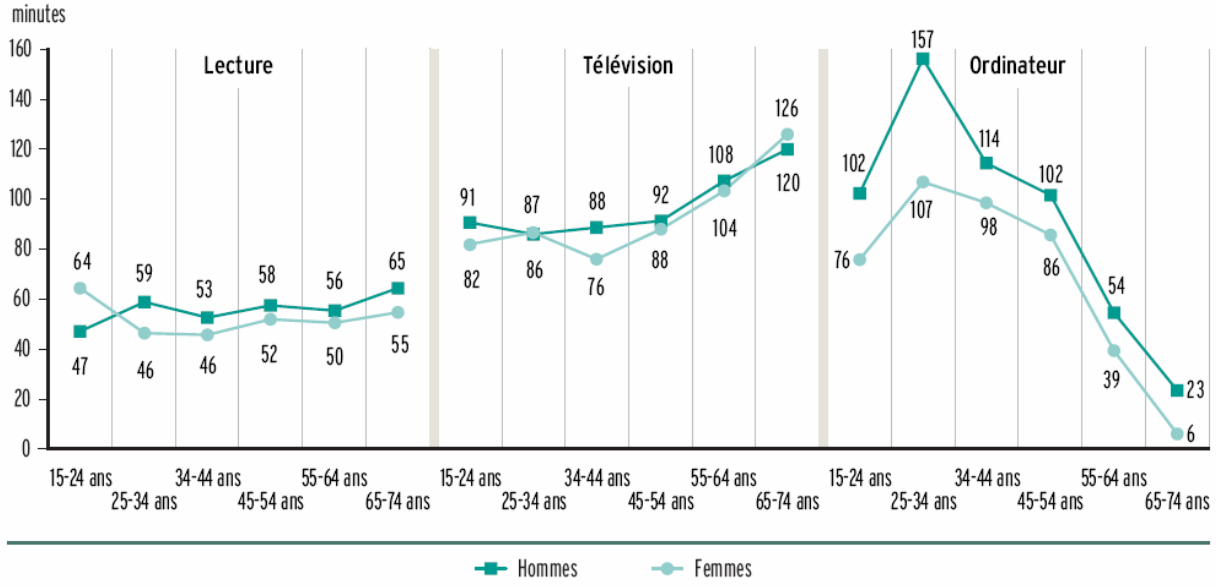


Source : INPES, Baromètre santé 2005, p253

Si l'on regarde de plus près ces occupations sédentaires, on s'aperçoit que le temps passé quotidiennement à lire varie peu selon l'âge (1h environ), que celui à regarder la télévision croît régulièrement avec l'âge (de 1h20 à 2h) alors que cette relation s'inverse pour l'ordinateur (de 6 mn à 2h30). Les différences par sexe existent mais sont peu marquées, sauf pour le temps moyen assis devant l'ordinateur qui est nettement moindre pour les femmes, écart qui est plus prononcé chez les moins de 35 ans.

[96] INPES, Baromètre santé 2005, Attitudes et comportements de santé, p 263

Figure 6. Temps quotidien en minutes passé à lire, à regarder la télévision ou assis devant un ordinateur selon le sexe et l'âge chez les 15-74 ans en France



Source : INPES, Baromètre santé 2005, p254

L'INPES observe une corrélation entre le temps sédentaire passé à regarder la télévision et la corpulence de l'individu, ce qui n'est en revanche pas significatif pour la lecture ou l'ordinateur. Ainsi, les personnes en surpoids (25.7% de l'échantillon) ou obèses (7.2% de l'échantillon) ont tendance à être proportionnellement plus nombreuses à avoir regardé la télévision plus longtemps la veille de l'interview que celles de poids normal. A noter que la part des individus en surpoids ou obèse augmente avec l'âge. Mais alors que le surpoids concerne davantage les hommes, la différence par sexe pour l'obésité n'est pas significative.

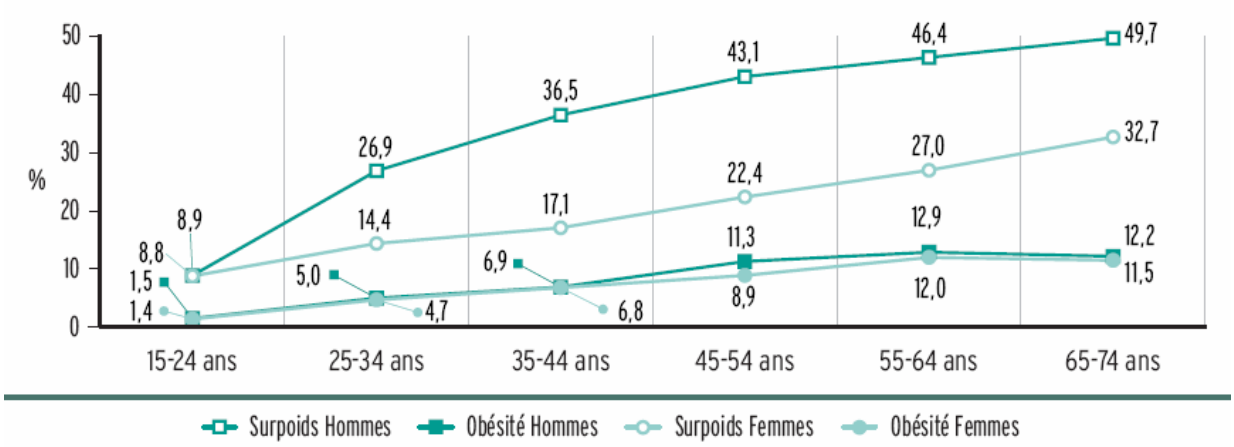
Figure 7. Proportion de sujets âgés de 15 à 74 ans selon le temps passé par jour à regarder la télévision la veille de l'interview, par niveau de corpulence

	Poids normal	Surpoids	Obésité
Moins de 1 heure	17,1	13,2	12,0
1 heure à moins de 2 heures	33,2	30,0	24,1
2 heures à moins de 3 heures	29,8	33,0	31,6
3 heures et plus	19,9	23,8	32,3

a. Ayant regardé la télévision la veille.
Note de lecture : 19,9 % des individus de poids normal ayant regardé la télévision la veille l'ont regardée au moins trois heures.

Source : INPES, Baromètre santé 2005, p255

Figure 8. Pourcentage d'individus en surpoids ou obèses, selon le sexe et l'âge, chez les 15-74 ans en France



Source : INPES, Baromètre santé 2005, p254

4.1.3. Les résultats de l'étude de l'AFSSA « INCA 2 -2006/2007 » : un champ limité à la sédentarité de loisirs mais incluant les enfants

Dans une étude plus récente, publiée en 2009, l'AFSSA se limite à observer la sédentarité *lors des temps de loisirs* (télévision, ordinateur) tout en élargissant la tranche d'âge de la population enquêtée puisqu'elle inclut ici les enfants à partir de 3 ans.

La sédentarité est évaluée en tenant compte, d'une part, de la durée passée devant la télévision (y compris cassettes, vidéos ou DVD), d'autre part, devant l'ordinateur (ou console de jeux). L'addition des deux donne *la durée totale d'écran*, durée qui est, selon l'AFSSA, probablement un peu surestimée, certains sujets ayant pu être devant un ordinateur (ou une console) tout en regardant la télévision[97]…

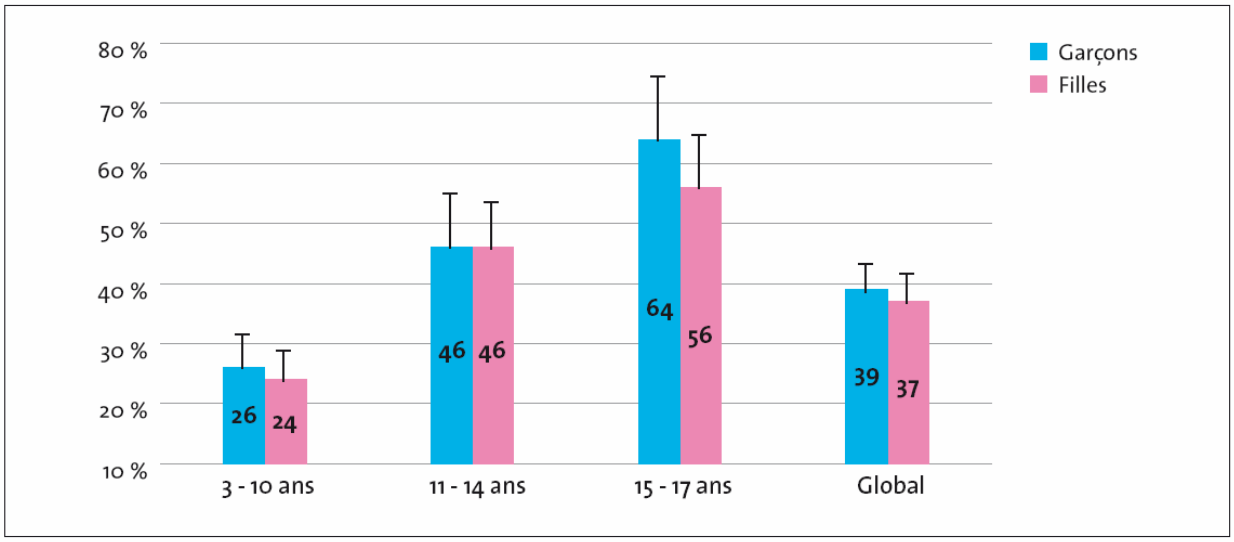
4.1.3.1. La sédentarité de loisirs chez les enfants et adolescents

*Pendant leur temps de loisir*s, les enfants et adolescents âgés de 3 à 17 ans passent en moyenne environ 3h par jour[98] assis devant un écran de télévision et/ou d'ordinateur, sans différence de durée significative entres les filles et les garçons, même si ceux-ci sont un peu plus attirés par l'ordinateur et celles-là, par la télévision.

La sédentarité écran s'accroît fortement avec l'âge : 2h10/j pour les 3-10 ans[99] ; 3h10/jour pour les 11-14 ans[100] ; pratiquement 4h/jour pour les 15-17 ans[101].
Si l'on s'intéresse à présent, non plus à *la durée* moyenne écran, mais à *la proportion* des enfants et adolescents assis devant les écrans, des différences par sexe et par âge apparaissent plus nettement, comme l'illustrent les deux graphiques ci-après. Ainsi, entre 3 et 17 ans, 64.3 % des garçons passent 3 heures ou plus devant un écran, quel qu'il soit, contre 55.7% des filles. Autrement dit, chaque jour, pendant leur temps de loisirs, plus de la moitié des enfants et adolescents sont en situation de sédentarité écran pendant 3 heures ou plus, proportion qui augmente avec l'âge[102].

[97] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, p 21
[98] 168.3 mn
[99] 132.1 mn
[100] 192.9 mn
[101] 230.2 mn
[102] Sur les pratiques sportives des jeunes, voir plus loin point 4.3

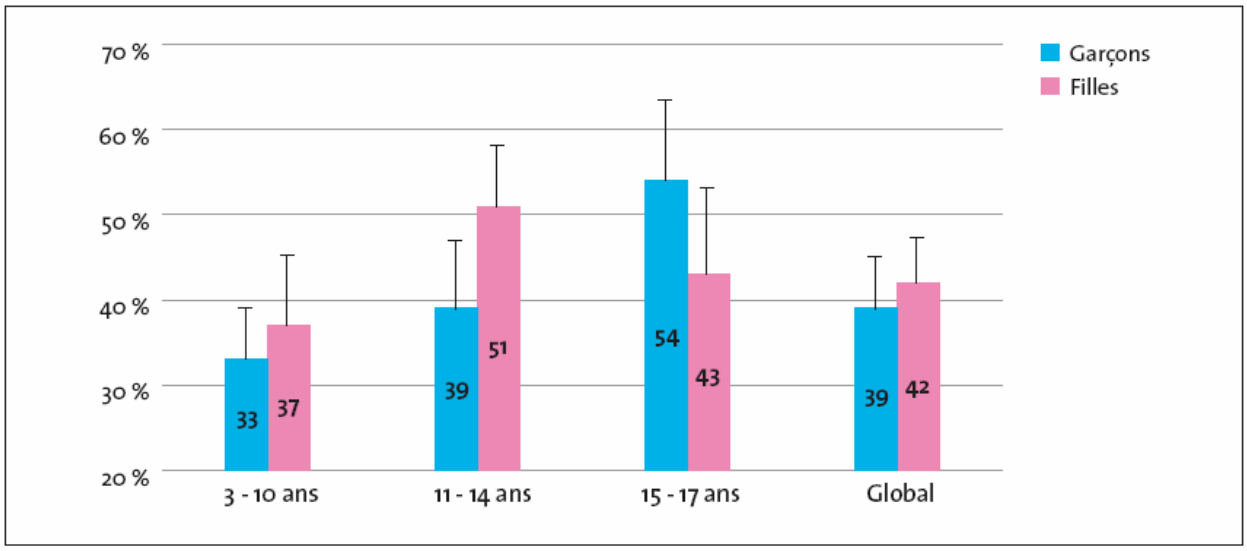
Figure 9. Proportions d'enfants de 3 à 17 ans ayant passé 3 heures ou plus en moyenne par jour devant un écran (télévision ou ordinateur) selon l'âge et le sexe en 2006-2007



Source : AFSSA, INCA 2, Rapport intégral, 2009, p 136

S'agissant plus spécialement de la sédentarité télévision, on observe que, jusqu'à l'âge de 15 ans, la proportion de filles à passer 2 heures ou plus en moyenne par jour devant l'écran de télévision est plus importante que celle des garçons, particulièrement dans la tranche d'âge 11-14 ans (51% de filles contre 39% de garçons). En revanche, pour cette même donnée, à partir de 15 ans, la tendance se renverse, puisque chez les 15-17 ans, la part des garçons passe à 54 % contre 43 % pour les filles.

Figure 10. Proportions d'enfants de 3-17ans ayant passé 2 heures ou plus en moyenne par jour devant un écran de télévision selon l'âge et le sexe en 2006-2007



Source : AFSSA, INCA 2, Rapport intégral, 2009, p 136

4.1.3.2. La sédentarité de loisirs chez les adultes

En moyenne, *pendant leur temps de loisirs*, les adultes de 18 à 79 ans passent 3h30 par jour[103] assis devant un écran de télévision et/ou d'ordinateur. Les 18-34 ans sont les plus reliés à l'écran puisqu'ils y passent environ 4h[104] quotidiennement, contre ½ h de moins environ pour les tranches d'âge supérieures[105].

On observe que les hommes sont en général plus captivés par les écrans que les femmes : ils passent en moyenne environ 20 mn de plus devant les écrans que celles-ci (222, 8mn contre 198.5 mn). Cette différence est encore plus marquée chez les jeunes, en raison principalement du temps plus important passé à l'ordinateur par les jeunes hommes de moins de 35 ans : 2h par jour environ[106] contre 1h10 par jour[107] pour les jeunes femmes. Enfin, l'âge est un facteur encore plus discriminant pour ce qui concerne le temps passé devant l'ordinateur : en moyenne les 18-34 ans passent 3 fois plus de temps assis face à leur écran d'ordinateur (1h30 environ[108]) que les 55-79 ans (1/2 h[109]).

Autre enseignement intéressant de l'étude de l'AFSSA : pendant les loisirs, plus le niveau d'étude s'élève plus le temps passé devant la télévision diminue (d'une durée moyenne de 3h10/j pour les adultes de niveau «étude primaire » à 2h/j environ pour ceux de niveau « étude supérieure », alors que c'est l'inverse pour l'ordinateur (de 11 mn/j pour le niveau « primaire » à 1h30/j pour le « supérieur »). Ainsi, l'un compensant l'autre, le niveau de formation n'apparaît pas comme un facteur discriminant de la sédentarité écran.

D'une manière générale, *à l'âge adulte, pendant le temps de loisirs*, la durée écran moyenne (TV et ordinateur) présente peu de différences selon l'âge, le sexe ou le niveau de formation.

4.1.3.3. Limites de ces données : la sédentarité est aussi en dehors des loisirs

Ces données sur la sédentarité de loisirs des adultes, enfants et adolescents, bien que riches d'enseignements, restent toutefois limitées pour pouvoir appréhender globalement la sédentarité des personnes, ce dont se rapprochait davantage le Baromètre santé 2005 de l'INPES présenté ci-dessus. D'une part, la sédentarité n'est vue que sous l'angle du temps passé devant la télévision et de l'ordinateur (incluant les consoles de jeux vidéos) sans prendre en compte d'autres temps de sédentarité, tels que la lecture des journaux ou des livres, les temps de repas ou, pour les enfants et adolescents, les temps assis à faire ses devoirs scolaires à la maison par exemple. Par ailleurs, s'agissant des consoles de jeux vidéos, certaines ne sont pas synonymes de sédentarité (ex : Nintendo Wii).

Mais surtout, cette enquête sur la sédentarité se limite au temps de loisirs, or, lors des déplacements motorisés ou pendant le temps d'activité professionnelle, le temps scolaire ou d'étude, le temps de sédentarité est loin d'être négligeable.

Prenons l'exemple des adolescents. Nous venons de voir qu'entre 15 et 17 ans, 64% des garçons et 56% des filles passaient en moyenne 3 heures ou plus devant un écran rien que pendant ses loisirs. Imaginons le cas d'un lycéen ayant en plus, en semaine, 1h de transport scolaire motorisé par jour, passant 6 à 7 heures assis en classe et attablé à son

[103] 210.3 mn
[104] 238.2 mn
[105] 35-54 ans : 192,7 mn ; 55-79 ans : 204.5 mn
[106] 113.3mn
[107] 70.3 mn
[108] 90.7 mn
[109] 31.5 mn

bureau chez lui pendant 2 heures le soir pour apprendre ses cours[110], sans compter les repas …

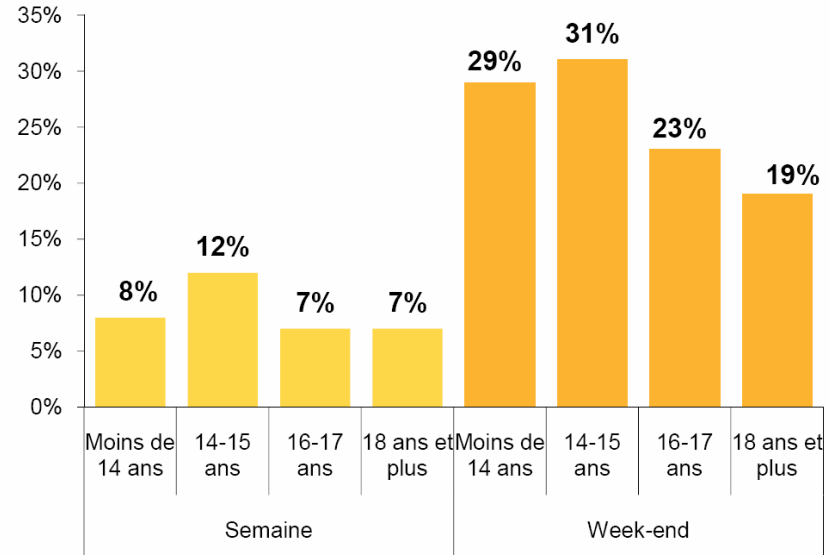
4.1.3.4. La sédentarité informatique des jeunes scolarisés en Bretagne d'après l'étude de l'Observatoire régional de la santé en Bretagne

Dans son enquête sur la santé des jeunes scolarisés en Bretagne, l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) s'est intéressé à la sédentarité informatique en étudiant *les activités extrascolaires* des collégiens et lycéens. Parmi ceux-ci environ 16 % avaient moins de 14 ans et 18 % plus de 18 ans, le reste de l'échantillon, donc la majorité, ayant entre 14 et 18 ans (âge moyen 16.1 ans).

En dehors de l'école, l'utilisation de l'ordinateur[111], tous usages confondus, concerne près de 8 jeunes sur 10 en semaine et 9 jeunes sur 10 le week-end. En semaine, cette utilisation est légèrement plus importante chez les garçons (84%) que chez les filles (79%), mais pas le week-end. Les moins de 16 ans, collégiens essentiellement, y passent plus de temps en moyenne que leurs aînés (12% des 14-15 ans utilise l'ordinateur ou la console en semaine plus de 3 heures par jour contre 7 % pour les plus de 16 ans).

La proportion de jeunes passant plus de 3 heures par jour à l'ordinateur triple le week-end (26%) par rapport à la semaine (9%), quel que soit l'âge.

Figure 11. Utilisation de l'ordinateur, tous usages confondus, 3 heures ou plus par jour selon l'âge pendant la semaine et le week-end, en dehors du temps scolaire, chez les collégiens et lycéens en Bretagne en 2007

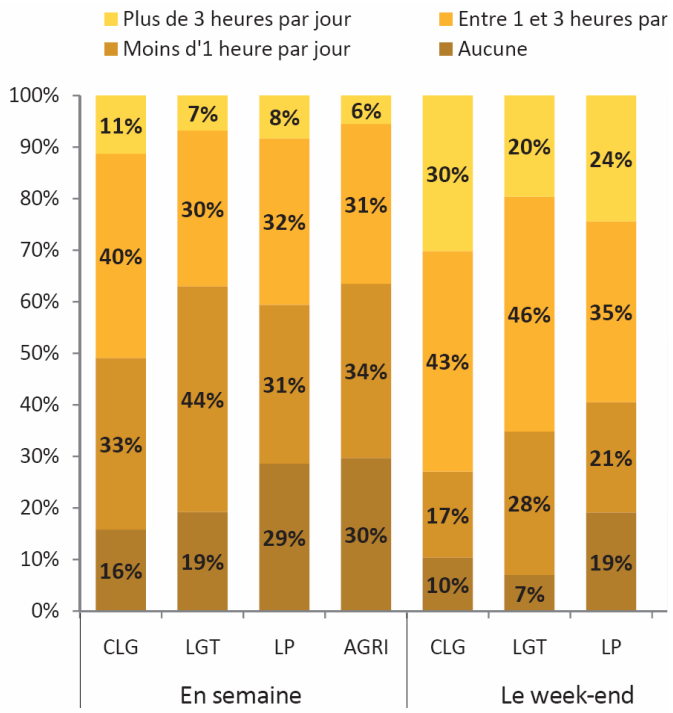


Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes en Bretagne – 2007 – Graphique extrait de la partie « Synthèse des principaux résultats », juillet 2008, p 7

Quant aux différentes filières d'enseignement, on observe que la proportion de lycéens scolarisés dans les établissements professionnels ou agricoles à déclarer *n'avoir aucun temps d'utilisation de l'ordinateur*, environ 30%, est plus élevée que celle des élèves des lycées généraux et technologiques, 19%, écart ne diminuant pas le week-end.

[110] pendant ce temps de travail personnel à la maison, les élèves utilisent de plus en plus l'ordinateur. Il est donc possible qu'il soit inclus dans le temps ordinateur dit de « loisirs » décompté par l'AFSSA.
[111] Il s'agit bien ici de l'ordinateur et non pas de la console de jeux vidéo

Figure 12. Temps extrascolaire passé à l'ordinateur, tous usages confondus, par les collégiens et lycéens selon la filière d'enseignement, en semaine et le week-end



Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes en Bretagne – 2007 – Graphique extrait de la partie « Conditions de vie», septembre 2008, p 10

Enfin, selon l'enquête de l'ORSB, si l'on considère non plus la seule utilisation de l'ordinateur, tous usages confondus, en dehors du temps scolaire, mais cette fois, la pratique des *jeux vidéo* sur ordinateur *ou console*, cette activité extrascolaire a aujourd'hui supplanté la télévision parmi les activités préférées des jeunes (ce qui n'était pas le cas en 2001), après les sorties entre copains et la pratique sportive.

4.2. Approche de l'activité physique

Nous avons retenu la définition de l'activité physique de l'OMS selon laquelle elle est « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques, entraînant une dépense d'énergie supérieure à celle du repos[112] ». Après avoir fait l'état des lieux de la sédentarité dans la population, chez les enfants, adolescents et les adultes, qu'en est-il de *l'activité physique* ?

L'INSERM rappelle que les études récentes sur l'activité physique en France « font rarement la distinction entre les activités sportives proprement dites et l'activité physique en général », ce qui explique que « peu de données étaient disponibles jusqu'à présent concernant l'activité physique dans le cadre du travail, des transports ou des activités domestiques (ménage, bricolage, jardinage…)[113] ».

Dans une perspective de promotion de la santé par l'activité physique, il est pourtant nécessaire d'appréhender globalement le niveau d'activité physique des individus, dans tous

[112] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, synthèse, p 109
[113] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, dossier de presse, p 2

leurs lieux et temps de vie, ce que permet notamment, pour les plus de 15 ans, l'exploitation du questionnaire international IPAQ[114] et celle d'autres outils pour les moins de 15 ans.

L'activité physique peut-être caractérisée par un type, une fonction, un environnement et mesurée par une durée, une fréquence et une intensité. Ainsi, on parlera d'un individu qui pratique la marche (type aérobie, c'est-à-dire en endurance), pour se rendre à son travail (fonction utilitaire), en milieu urbain (environnement), pendant 30 minutes (durée), 1 fois par jour (fréquence), en pressant le pas (intensité modérée).

4.2.1. Les trois niveaux d'activité physique : faible, modéré, élevé

L'INSERM souligne la complexité de la mesure de l'activité physique. Par simplification, il est admis que celle-ci peut-être d'intensité faible (ex : marche à allure normale), d'intensité modérée (ex : marche rapide) ou d'intensité élevée (ex : marche très rapide ou jogging). L'enjeu consiste à pouvoir évaluer le niveau de la dépense énergétique induite par la mise en mouvement du corps. Celle-ci, comme déjà signalé, peut se mesurer en équivalents métaboliques, exprimée en MET-min/semaine[115], 1 MET correspondant à la dépense énergétique d'un individu au repos. Elle peut aussi être traduite, pour être plus facilement compréhensible, en nombre de pas par jour.

4.2.1.1. L'activité physique d'intensité faible

L'activité physique est considérée comme d'intensité faible lorsque la dépense énergétique est inférieure à 3 METs[116] : marche lente, tâches domestiques courantes (faire le lit, la vaisselle, repasser, préparer le repas…), activités de loisirs (jouer aux cartes, au billard, jouer d'un instrument de musique…). Ces activités ne demandent pas d'effort physique particulier aux personnes, elles respirent normalement.

4.2.1.2. L'activité physique d'intensité modérée

L'activité physique est dite d'intensité modérée lorsque la dépense énergétique induite est comprise entre 3 et 6 METs : marche rapide, activités de ménages intensives (laver les vitres, la voiture, passer l'aspirateur, ranger du bois, tondre la pelouse…), activités sportives de loisirs (badminton de loisir, nage de loisir, tennis de table, vélo d'appartement à petite vitesse…)

L'AFSSA résume en précisant que cela correspond aux activités qui demandent à la personne « un effort physique modéré et qui l'ont fait respirer un peu plus difficilement que normalement [117]».

Pour l'INSERM, d'autres repères permettent d'identifier l'intensité modérée : « accélération de la respiration (à la limite de l'essoufflement) sans que l'individu ne transpire obligatoirement ou de façon subjective (activité moyennement difficile sur l'échelle de Borg[118]) ». Il s'agit en général des activités physiques correspondant à 50-70% de la puissance aérobie maximale. Selon l'Institut, ces repères plus « pragmatiques » sont

[114] voir ci-avant
[115] MET : metabolic equivalent level
[116] Rappel : 1 MET = une dépense énergétique de 3.5 ml d'oxygène par kilogramme de masse corporelle par minute ou à environ 1 kilocalorie par kilogramme de masse corporelle par heure. (source : Etude INSERM, p 641), c'est-à-dire la dépense énergétique au repos
[117] AFSSA, INCA 2 2006-2007, Rapport intégral p 20.
[118] Echelle de Borg : méthode d'évaluation de l'intensité de l'effort physique à partir de la perception individuelle et subjective de cette intensité par la personne, d'où la notion d'effort perçu qui peut être très variable selon les personnes, leurs capacités et leur âge.

« probablement plus adéquats que la référence à une vitesse (4 à 6 km/h, en terrain plat) ou à la dépense énergétique liée à l'activité physique (3 à 6 fois la dépense de repos) : de telles activités peuvent en effet être modérées pour certains individus mais très intenses pour d'autres, notamment en fonction de l'âge [119]». La perception psychologique de l'effort par l'individu est donc aussi à prendre en compte.

Figure 13. Autre classification de l'intensité de l'activité physique (activités d'endurance) – intensité relative (source : US Department of Health and Human Services, 1996)

Intensité	VO2 max (%) Fréquence cardiaque de réserve (%)	Fréquence cardiaque maximale (%)	Échelle de Borg*
Très légère	< 25	< 30	< 9
Légère	25-44	30-49	9-10
Modérée	45-59	50-69	11-12
Intense	60-84	70-89	13-16
Très intense	≥ 85	≥ 90	> 16
Maximale	100	100	20

*Échelle de Borg : échelle d'évaluation de l'effort perçu (de 6 à 20)

Source : INSERM, Activité physique – contextes et effets sur la santé, 2008, p 637

4.2.1.3. L'activité physique d'intensité élevée, exemple : le jogging

Au-delà d'une dépense énergétique de 6 METs, l'activité physique est considérée comme d'intensité élevée : marche très rapide, jogging, , course, vélo, activités domestiques de force (pelleter du sable, porter des charges lourdes, creuser des fossés…), activités sportives intensives y compris en compétition (partie de basketball, vélo d'appartement modéré à rapide, match de football, natation modérée à forte, match de tennis, faire du VTT, faire du « step », randonner en montagne…).

Pour l'AFSSA, il s'agit des activités physiques exigeant de la personne « un effort physique important » qui « la fait respirer beaucoup plus difficilement que normalement ».

4.2.1.4. Tableau de synthèse sur les intensités d'activité physique

Nous reproduisons ci-dessous un tableau de synthèse figurant dans le rapport de l'INSERM « Activité physique – contextes et effets sur la santé » (2008) et extraits de travaux scientifiques américains récents[120].

[119] INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, rapport intégral, p 637
[120] Haskell and coll, Physical activity and public health : updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. 2007

Figure 14. Equivalent métabolique (MET) des activités physiques communes classées selon leur intensité (faible, modérée ou intense) d'après Haskell et coll, 2007

Faible < 3,0 METs	Modérée 3,0-6,0 METs	Intense > 6,0 METs
Marche : Marche lente autour du domicile, au supermarché ou au bureau = 2,0*	**Marche :** Marche (3 mph) = 3,3* Marche à un rythme rapide (4 mph) = 5,0*	**Marche, jogging, course :** Marche à un rythme très rapide (4,5 mph) = 6,3* Marche/randonnée à un rythme modéré avec ou non charge légère (< 10 lb) = 7,0 Randonnée de niveau élevé et charge de 10-42 lb = 7,5-9,0 Jogging à 5 mph = 8,0* Jogging à 6 mph = 10,0* Course à 7 mph = 11,5*
Tâches domestiques et courantes : Position assise – utilisation de l'ordinateur et d'outils légers = 1,5 Faire des travaux légers en position debout tels que faire le lit, faire la vaisselle, repasser, préparer le repas ou ranger les courses = 2,0-2,5	Nettoyage important : laver les vitres, la voiture, le garage = 3,0 Brosser les sols ou le tapis, passer l'aspirateur, essuyer = 3,0-3,5 Menuiserie – général = 3,6 Porter et ranger le bois = 5,5 Tondre la pelouse – Passer la tondeuse = 5,5	Pelleter du sable, du charbon, etc = 7 Porter de lourdes charges telles que des briques = 7,5 Lourds travaux des champs tels que faire les foins = 8 Pelleter, creuser des fossés = 8,5
Activités de loisir et sports Activités artistiques et manuelles, jouer aux cartes = 1,5 Jouer au billard = 2,5 Faire du canotage = 2,5 Jeu de croquet = 2,5 Jeu de fléchettes = 2,5 Pêcher – Assis = 2,5 Jouer de la plupart des instruments de musique = 2,0-2,5	Badminton de loisir = 4,5 Basketball – Déplacement rapide = 4,5 Vélo d'appartement à petite vitesse (10-12 mph) = 6,0 Danse – lente = 3,0 Danse – rapide = 4,5 Pêcher tout en marchant sur la rive = 4,0 Golf – Marcher en traînant les clubs = 4,3 Bateau à voile, surf = 3,0 Nage de loisir = 6,0 Tennis de table = 4,0 Tennis en doubles = 5,0 Volleyball – Hors compétition = 3,0-4,0	Partie de basketball = 8,0 Faire du vélo d'appartement : effort modéré (12-14 mph) = 8,0 ; rapide (14-16 mph) = 10 Ski de fond – lent (2,5 mph) = 7,0 ; rapide (5,0-7,9 mph) = 9,0 Football amateur = 7,0 ; compétition = 10,0 Natation – modérée/forte = 8-11** Tennis simples = 8,0 Volleyball – compétitif en salle ou plage = 8,0

* Sur surface plate, dure ; ** Pour la natation, les valeurs peuvent varier de façon importante selon les personnes en fonction du type de nage et des aptitudes ; MET (*Metabolic Equivalent Task*) : 1 MET équivaut à une dépense énergétique de 3,5 millilitres d'oxygène par kilogramme de masse corporelle par minute ou à environ 1 kilocalorie par kilogramme de masse corporelle par heure ; mph : miles par heure (1,6 km par heure) ; 1 lb=453,59 g

Source : INSERM, Activité physique – contextes et effets sur la santé, 2008, p 641

4.2.2. Première approche des niveaux d'activité physique favorables à la santé

L'activité physique et le sport n'induisent pas toujours des effets favorables à la santé. Pratiqués sans précaution et sans limite, ils peuvent même lui nuire gravement. Nous reviendrons plus loin sur ce lien qualifié par l'INSERM de « complexe » entre activité physique, sport et santé. Mais avant de présenter l'état des lieux de l'activité physique chez les enfants, adolescents et adultes, il semble déjà important de poser quelques repères sur ce qui fait consensus comme étant une activité physique « entraînant des bénéfices pour la santé ».

Le Baromètre de la santé 2005 de l'INPES et son actualisation partielle par l'AFSSA en 2009, se fondant sur les recommandations du comité de recherche international IPAQ, retiennent comme niveau d'activité favorable à la santé *pour les 15-74 ans* : au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée en plus de l'activité physique minimum quotidienne (tâches quotidiennes habituelles ne correspondant pas aux activités physiques de loisirs), le tout avoisinant les 10 000 pas par jour[121].

A titre de second repère, *pour les enfants et adolescents,* l'INSERM recommande au moins 60 minutes (et non 30 minutes) par jour d'activités physiques d'intensité modérée à élevée sous forme de jeux, d'activités de la vie quotidienne ou de sports.

Ces niveaux sont ensuite à adapter à l'âge et aux capacités des individus. Ils peuvent être atteints de plusieurs manières. Nous reviendrons plus loin, dans le détail, sur les constats et recommandations les plus récents de l'INSERM en ce domaine. Il s'agit juste, pour l'instant, de poser quelques jalons permettant de mieux saisir les enjeux de l'état des lieux de l'activité physique en France.

4.2.3. Eléments d'état des lieux sur l'activité physique dans la population française

4.2.3.1. L'activité physique chez les enfants de 3 à 10 ans

Dans son enquête INCA 2 2006/2007, l'AFSSA a interrogé des représentants d'enfants âgés de 3 à 10 ans sur la fréquence des jeux en plein air ; des cours ou entraînements sportifs en dehors de l'école, la participation à une/des compétitions sportives, le moyen de transport le plus fréquemment utilisé pour se rendre à l'école, la participation à des cours d'activité sportive à l'école, le type de jeux choisis à la récréation et la perception du degré d'activité de l'enfant par son représentant. Ce questionnaire, contrairement à celui d'IPAQ utilisé pour les 15-79 ans, ne permet pas d'établir un indicateur composite validé de l'activité physique des enfants.

A) Les jeux de plein air sont pratiqués plus régulièrement les jours d'école

Chez les enfants de 3 à 10 ans, le sexe n'est pas discriminant pour la pratique des jeux de plein air : filles et garçons s'y adonnent selon la même fréquence. Les jours entiers d'école, près de la moitié d'entre eux ont des jeux de plein air *systématiquement*, alors qu'environ un tiers n'en pratique jamais. Les jours de repos ou avec une demi-journée d'école, cette proportion diminue puisque les enfants ne sont plus qu'un tiers à pratiquer *systématiquement* des jeux de plein air. En revanche, ces mêmes jours, ils ne sont plus que 15 % à ne pas en pratiquer et la moitié des enfants jouent en plein air *occasionnellement*[122].

On observe donc que, les jours d'école, la moitié au moins des enfants de 3 à 10 ans ne pratique pas de jeux en plein air *tous les jours*, cette proportion atteignant les deux tiers les jours avec peu ou sans école.

Ces résultats, qui concernent les jeux de plein air, permettent une fois de plus de souligner le rôle important de l'école pour une pratique *régulière* de l'activité physique de *tous* les enfants.

[121] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 20
[122] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 132-133

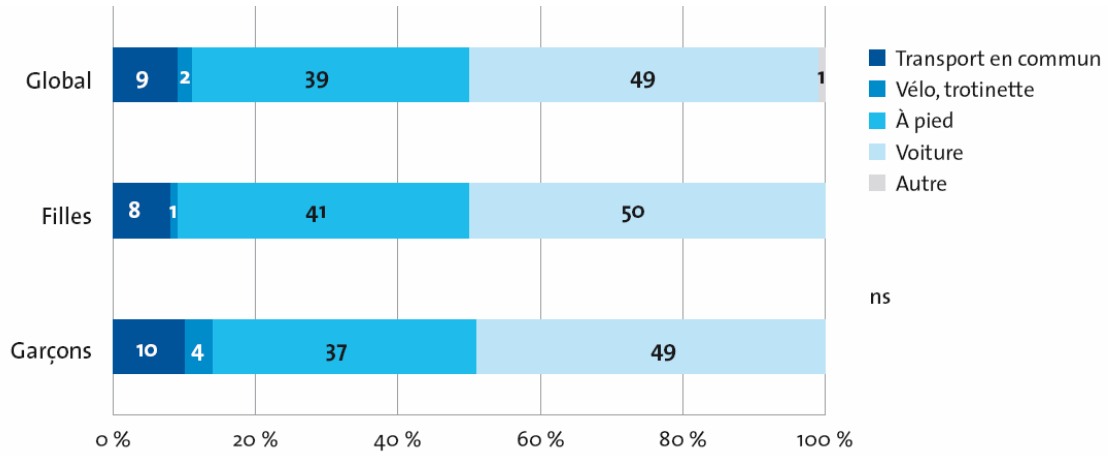
B) Les activités physiques et sportives extra-scolaires sont davantage pratiquées par les garçons

Entre 3 et 10 ans, les garçons pratiquent plus fréquemment des activités physiques et sportives en dehors de l'école (cours de sport ou entraînements) : 25.1% d'entre eux y participent au moins 2 fois par semaine, contre 17.5% des filles. Seul 1 enfant sur dix (10.1%) a eu une *compétition* sportive la semaine précédent l'enquête, sans différence significative ici entre filles et garçons[123].

C) Les enfants utilisent majoritairement des moyens de transport « passifs » pour se rendre à l'école

Se rendre à l'école à pied est un moyen d'activer physiquement les enfants. Or, selon l'AFSSA, les moyens de transport passifs sont les plus fréquents pour aller à l'école : 6 enfants sur 10 (58.2%) des enfants de 3 à 10 ans sont transportés en voiture ou transport en commun, sans différence significative entre filles et garçons. Reste que 41% utilisent la mobilité à force humaine pour se rendre à l'école : 39% y vont à pied et 2% à vélo ou en trottinette.

Figure 15. Moyens de transport les plus fréquemment utilisés par les enfants de 3 à 10 ans pour se rendre à l'école selon le sexe en France, en 2006/2007



Source : AFSSA, INCA 2 2006/2007 – Rapport intégral, p 134

Ces résultats soulignent l'importance, lorsque c'est possible, de développer localement les accompagnements collectifs type « pedibus » ou « vélobus » tout en aménageant l'environnement physique pour rendre les cheminements plus sûrs et agréables.

D) Les garçons sont plus actifs physiquement lors de la récréation

A l'école, lors des cours de récréation, les garçons de 3 à 10 ans sont plus actifs physiquement que les filles : près de 9 garçons sur 10 (89.8%) pratiquent plutôt des jeux actifs contre 8 filles sur 10 (79.9%).

Ainsi, en récréation, la grande majorité des enfants préfèrent « courir, sauter, jouer au ballon, à la corde à sauter », plutôt que de pratiquer des jeux plus calmes et sédentaires comme « jouer aux billes, discuter avec des amis, échanger des images ou des cartes ». L'un n'excluant pas l'autre.

[123] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 133

Cette question sur l'activité physique en cours de récréation est importante. Outre qu'elle révèle, déjà aux plus jeunes âges, une activité physique des filles moindre que celle des garçons, tendance qui s'accentue fortement ensuite à l'adolescence, elle souligne également la responsabilité des enseignants, surveillants et aménageurs d'école : l'activité physique à l'école, ce n'est pas que l'éducation physique et sportive (EPS), ce sont aussi toutes les dépenses d'énergie des enfants en récréation et pendant les temps périscolaires.

Or, on observe que, par une crainte bien compréhensible des accidents et des poursuites pénales encourues, des maires ou chefs d'établissement hésitent parfois à installer de nouveaux jeux pour les enfants dans les cours d'école. Pourtant, la possibilité pour les enfants de jouer et de se dépenser physiquement, en intérieur comme en plein air, à l'école comme en dehors, est un véritable enjeu de santé publique alors que le surpoids et l'obésité affectent un nombre croissant d'entre eux, même si l'alimentation et d'autres facteurs physiques ou socioculturels sont également à prendre en compte.

Pour éviter quelques rares accidents hypothétiques, il ne faudrait pas, au nom d'une interprétation très extensive et trop anxieuse du principe de précaution, priver la grande majorité des enfants de la possibilité de jouer et de se dépenser physiquement lorsqu'ils n'ont plus à être assis en classe, à la maison, en appartement ou lors des déplacements motorisés.

4.2.3.2. L'activité physique chez les adolescents de 10 à 14 ans

A) L'activité physique chez les adolescents de 11 à 14 ans selon l'AFSSA

Comme pour les enfants de 3 à 10 ans, l'enquête de l'AFSSA ne permet pas d'établir un indicateur synthétique validé d'activité physique pour les adolescents de 11 à 14 ans. Il s'agit donc d'une *première approche* à partir d'*indices* d'activité physique.

1) Les garçons sont plus actifs physiquement que les filles

Premier enseignement de l'enquête, les différences d'activité physique entre les filles et les garçons s'accentuent à l'entrée dans l'adolescence. Ainsi, les garçons de 11 à 14 ans pratiquent plus fréquemment des activités physiques que les filles, qu'elles soient d'intensité modérée (2.5 j/sem pour les garçons contre 1.8 j/sem pour les filles) ou élevée (2.5 j/sem contre 1.6 j/sem).

2) La part des déplacements motorisés augmente à l'adolescence

Pour se rendre au collège, 7 adolescents sur 10 (68.7%) utilisent un moyen de transport motorisé : 39% un transport en commun et 30 % la voiture. A noter que, dans cette tranche d'âge, les garçons utilisent davantage les transports en commun (44%) que les filles (34%). La mobilité active, marche ou vélo, ne concerne que 3 adolescents sur 10 (26.7%).

On peut émettre l'hypothèse que l'éloignement du domicile augmente avec l'entrée au collège, nécessitant l'utilisation de déplacements motorisés au quotidien. La part des transports en commun étant majoritaire, on peut aussi y voir un levier d'action pour promouvoir l'activité physique des adolescents : entre le domicile, le transport en commun et l'établissement scolaire, il reste des gisements de mobilité active à exploiter, par exemple en sécurisant et en aménageant les cheminements piétonniers ou les voies cyclables en site propre entre l'aire de dépôt des cars scolaires et l'enceinte du collège, voire … en les allongeant un peu (« corridors scolaires »).

B) L'activité physique chez les enfants et pré-adolescents de 8 à 13 ans d'après les travaux du Professeur Roger Mackett, University College London (UCL)

Les travaux de recherche du Professeur Roger Mackett de l'University College London (UCM) mettent en évidence l'impact des modes de vie et de déplacements sur le niveau d'activité physique des enfants, ce dans leurs différents environnements et temps de vie quotidienne. Ils soulignent également que des facteurs socioculturels et psychologiques tels que le degré de liberté et d'indépendance laissés aux enfants, tant par les parents, la société ou l'environnement, influent sur leur activité physique.

Avertissement : Les développements qui suivent sont issus d'une traduction libre et non officielle par le CESR de Bretagne des travaux du Professeur Roger Mackett. Pour l'exploitation scientifique de ces recherches, il est donc conseillé de se reporter aux textes originaux rédigés en anglais :

- Roger Mackett, « Making Children's lives more active » (update edition), UCL, Centre for transport Studies, University College London, 4 august 2004.
- Roger Mackett, « Getting Children active : the contribution of active transportation », 9ème Journée annuelle de santé publique (JASP), Québec, Canada, November 2005
- Roger Mackett, « Children's local travel behavior – how the environment influences, controls and facilitates it ». 11th World Conference on Transport Research, Berkeley, California, 24-28 June 2007.

1) Les principaux résultats de la recherche « Réduire le transport en voiture des enfants : santé et impacts potentiels de la dépendance automobile[124] »

Afin de pouvoir mesurer l'influence des types d'activité et des modes de déplacement des enfants sur leur niveau d'activité physique, mesuré en « calories d'activité » par minute[125] (c'est-à-dire la dépense d'énergie qui vient s'ajouter, par l'activité physique, à celle du repos), le Pr Mackett et son équipe ont analysé les activités et trajets quotidiens de 195 enfants âgés de 10 à 13 ans (99 filles et 96 garçons), résidant dans le Comté du Hertfordshire, dans la proche banlieue Nord de Londres[126]. Pendant 4 jours[127], les enfants étaient dotés de détecteurs de mouvement portables (accéléromètres) et tenaient un agenda sur lequel ils consignaient leurs déplacements, modes de transport et activités.

Ces travaux démontrent notamment l'intérêt, d'une part, de développer la marche chez les enfants dans leur vie quotidienne (ex : pedibus), d'autre part, de favoriser leur liberté de jouer et de bouger, librement et en sécurité, dans leur environnement de proximité (ex : aires de jeux), en complément des activités organisées (ex : clubs sportifs).

a) Contexte général : le cercle vicieux de la dépendance automobile qui réduit l'indépendance et la liberté des enfants

En 2005, Roger Mackett, fait le constat que, en une décennie, au Royaume-Uni, la part de la voiture dans les trajets à l'école est passée de 16% à 30%, tandis que la distance du domicile des enfants aux établissements secondaires[128] a crû d'un tiers environ.

D'une manière générale, la part croissante des déplacements en voiture entraîne un effet de congestion du trafic qui, lui-même, suscite un sentiment d'insécurité pour les piétons et les cyclistes qui, de ce fait, utilisent davantage leur voiture …

[124] « Reducing children's car use : the health and potential car dependency impacts »
[125] « activity calories »
[126] Mackett RL, Lucas L, Paskins J, Turbin J (2005) « The therapeutic value of children's everyday travel », Transportation research A, 39, 205-219 – La recherche s'est déroulée de 2001 à 2004.
[127] 2 jours de semaine, 2 jours le week-end
[128] « secondary schools »

Ce cercle vicieux est encore plus flagrant lorsque les adultes considèrent les déplacements de leurs enfants et adolescents : l'augmentation du trafic automobile et de l'insécurité perçue par les parents incite ces derniers à accompagner leurs enfants à l'école ou aux activités en voiture[129]… Outre la peur de l'accident, celle de l'agression ou de l'enlèvement des enfants est aussi à prendre en compte.

Outre les atteintes à l'environnement engendrées par l'usage de la voiture, celui-ci réduit l'activité physique favorable à la santé des enfants mais aussi leurs possibilités d'aller et venir en liberté et indépendamment, c'est-à-dire de faire l'apprentissage progressive de leur autonomie personnelle, sociale et spatiale.
Cette idée est reprise dans le rapport de Jean-François Toussaint[130] d'une manière très explicite : *« Laisser les voitures en liberté, c'est mettre les enfants en cage »* (Dr. M. Hüttenmoser).

Autrement dit, le sentiment d'insécurité et donc le stress des parents, à partir d'un certain niveau, fabrique des « enfants assignés à résidence ». Ces facteurs comportementaux et psychologiques sont aussi à prendre en compte lorsqu'on cherche à comprendre la montée de la sédentarité chez les enfants et adolescents : la société des écrans n'est pas seule en cause…

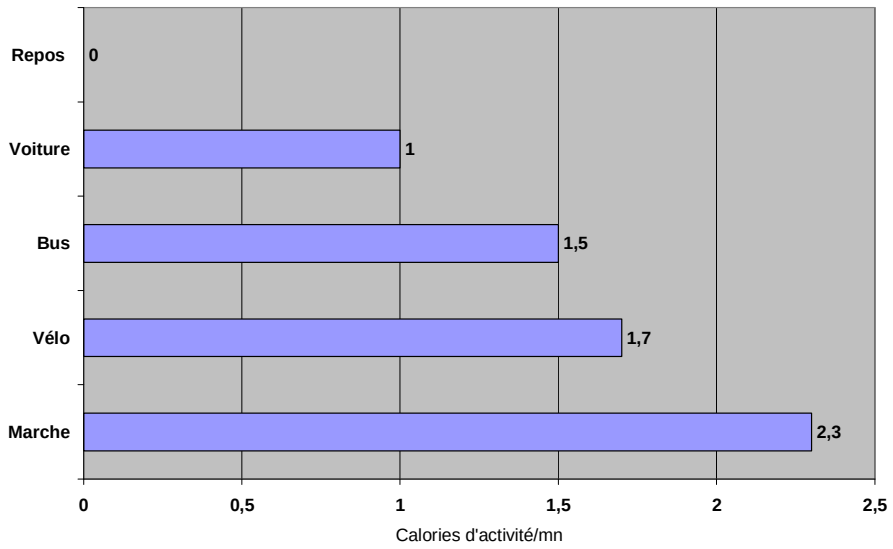
b) Les enfants se dépensent au moins autant en marchant et en jouant librement qu'en faisant du sport en club

Les résultats de l'étude du Pr Mackett aboutissent à relativiser la part des activités physiques et sportives *organisées ou structurées* dans la dépense énergétique des enfants et, en complément, à valoriser leurs activités physiques *informelles* telles que la marche ou les jeux libres (aires de jeux, cours de récréation…).

Le tableau ci-après montre l'intensité calorique de différentes activités physiques réalisées par les enfants, à l'école et en dehors, seuls ou avec leurs parents. Par définition, au repos, les calories d'activité sont nulles. Un trajet en voiture d'un enfant correspond à une dépense énergétique d'une « calorie d'activité » par minute et un déplacement à pied, 2.3 calories d'activité /mn.

[129] *Roger Mackett, « Getting Children active : the contribution of active transportation », 9ème Journée annuelle de santé publique (JASP), Québec, Canada, November 200, diapos 2 et 3*
[130] Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement - PNAPS », novembre 2008, citation p 213

Figure 16. Intensité de la dépense énergétique des enfants selon le mode de déplacement utilisé



Source : Roger Mackett, « Getting Children active : the contribution of active transportation », 9ème Journée annuelle de santé publique (JASP), Québec, Canada, November 2005, diaporama. Graphique traduit et refait par le CESR de Bretagne (rubrique « repos » ajoutée).

D'après ces données, si l'on considère donc la dépense énergétique par minute, l'éducation physique et sportive[131] à l'école apparaît comme l'activité la plus intensive (3.1), viennent ensuite les jeux *libres* de balles et de ballons[132] (2.8), les jeux de balles et de ballons *organisés* pratiqués en club ou en d'autres lieux d'instruction sportive (2.4), puis les déplacements à pied (2.3). Les activités où les enfants se dépensent le moins physiquement sont les cours assis à l'école (0.6) à égalité avec les activités à la maison (0.6).

Si l'on considère la dépense d'énergie globale d'un enfant dans la semaine, il faut prendre en compte le fait que la *durée* de l'activité physique est aussi importante que son *intensité.* Roger Mackett fait ainsi remarquer que si l'éducation physique et sportive à l'école entraîne bien une forte dépense d'énergie chez les enfants, celle-ci n'est pratiquée qu'une heure trente par semaine. Au total, sur une semaine d'activité physique, sa contribution à la dépense énergétique globale de l'enfant reste donc faible : ceux-ci passent bien plus de *temps,* dans la semaine à jouer librement, à pratiquer une activité sportive en club et à se dépenser lors des récréations à l'école…

[131] « Physical education or games lesson »
[132] « structured ball games » (« clubs and tuition »)

Tableau 3. Intensité de diverses activités entreprises par les enfants
(en calorie d'activité par minute)

Lieux ou types d'activité (rubriques principales)	**Lieux ou types d'activité (Sous-rubriques)**	**Calories d'activité /mn**
Ecole	Education physique et sportive[133]	3.1
	Autres enseignements	0.6
	Pauses et récréation[134]	1.9
Clubs et instruction sportifs [135]	Jeux de balles ou de ballons *organisés*[136]	2.4
	Autres jeux organisés[137]	1.8
	Organisation	1.4
	Instruction[138]	0.7
Jouer	Jeux de balles ou de ballons *libres*[139]	2.8
	Autres activités libres[140]	2.1
	Autre jeux extérieurs	1.6
Déplacements extérieurs vers des activités avec les parents[141]		1.1
Travail physique		1.1
Attendre		1.1
A la maison		0.6
Chez les autres		0.9
Trajets[142]	Marche	2.3
	Voiture	1.0
	Vélo	1.7
	Bus	1.5
Ensemble[143]		0.9

Source: Roger Mackett, « Making Children's lives more active » (update edition), UCL, Centre for transport Studies, University College London, 4 august 2004, Table 1, p 1- Traduction libre CESR de Bretagne.

Si l'on compare les bénéfices de la marche quotidienne à ceux des cours d'EPS à l'école, on constate que le fait d'aller et de revenir de l'école à pied tous les jours de la semaine induit une dépense d'énergie (374 calories d'activité) légèrement supérieure à deux heures de sport (371 calories d'activité), et plus de deux fois plus importante que d'aller et de revenir de l'école en voiture (165 calories d'activité).

[133] « Physical Education and games lesson »
[134] « Break »
[135] « Clubs and tuition »
[136] « Structured ball games »
[137] « Other structured sport »
[138] « Tuition »
[139] « Unstructured ball games »
[140] « Other unstructured events »
[141] « Out-on-trips to activity with parents »
[142] « Travel »
[143] « Overall »

c) Le cercle vertueux de l'activité physique : les enfants se dépensent davantage dans leurs activités lorsqu'ils s'y rendent en marchant

Mais l'étude de Roger Mackett va plus loin en établissant que non seulement le fait d'aller à une activité en marchant induit une dépense énergétique plus grande qu'en voiture, mais encore que le fait de se rendre à une activité à pied entraîne, une fois arrivé, dans l'activité elle-même, une plus grande dépense énergétique chez les enfants. En d'autres termes, les bénéfices de la marche ou plus généralement, d'un mode de vie physiquement actif des parents et enfants, se prolongent dans les diverses activités des enfants. Par exemple, on observe que les enfants qui se rendent à pied à l'école se dépensent plus physiquement en cours d'EPS (3.5 calories d'activité/mn pour les marcheurs contre 2.4 pour les enfants venant en voiture à l'école). Les enfants marcheurs se dépensent aussi davantage en cours de récréation (2.0 Vs 1.7) ou lorsqu'ils jouent librement (2.4 Vs 2.0).

d) La voiture occupe une place croissante dans la vie des enfants, notamment pour les activités extrascolaires…ou celles des parents

Par ailleurs, l'étude anglaise montre que la voiture joue un rôle croissant dans la vie des enfants puisqu'elle est aujourd'hui le moyen de déplacement le plus utilisé pour atteindre leurs lieux d'activité (6.1 activités en moyenne par semaine), très proche quand même de la marche (5.9 activités par semaine), et loin des autres moyens de transport (1.1 activités). Si on observe plus précisément, on voit que le trajet scolaire est celui où les enfants marchent le plus[144], ce qui, selon Roger Mackett suggère que les déplacements vers les activités extrascolaires doivent aussi être ciblés pour réduire l'utilisation de la voiture. Enfin, ce dernier insiste sur le fait que la principale raison pour laquelle les enfants utilisent la voiture est celle d'accompagner les déplacements de leurs parents, le plus souvent pour les activités de ces derniers…

e) « Laisser les enfants aller jouer dehors », librement

Autre constat : les enfants ont tendance à être accompagnés aux clubs sportifs en voiture alors que lorsqu'ils jouent librement à l'extérieur, par exemple à proximité de leur domicile, ils marchent davantage. Selon Roger Mackett, on peut émettre l'hypothèse que le transfert des activités libres des enfants vers des activités structurées est l'une des causes de la réduction de la marche et que *« laisser les enfants aller jouer dehors est l'une des meilleure chose que les parents peuvent faire pour la santé de leurs enfants : les jeux de plein air mobilisent plus de calories que les activités sportives en club ou en cours et sont plus facilement associés à la marche[145] ».*

Cette conclusion implique d'imaginer des pedibus ou vélobus, non seulement pour les trajets scolaires, mais aussi pour les activités extrascolaires organisées des enfants, qu'elles soient sportives, culturelles ou autres.

Une hypothèse avancée est que par exemple, lors d'un match ou d'un entraînement de football en club, les enfants ne sont pas constamment actifs : il y a aussi des temps d'attente. Au final donc, le fait de marcher et de jouer *librement et indépendamment* en plein air, à proximité du domicile, induirait une dépense d'énergie plus constante et, donc plus importante que dans les activités collectivement structurées.

[144] rappel : ici les enfants scolarisés ont entre 10 et 13 ans.
[145] Traduction libre CESR Bretagne.

2) Les résultats de la recherche « Activités, perceptions et comportement des enfants dans leur environnement locale » (« CAPABLE[146] ») chez les 8-11 ans

Dans le prolongement des travaux de 2001-2004, le Professeur Roger Mackett et son équipe de chercheurs se sont intéressés plus précisément aux comportements de mobilité des enfants en cherchant à mieux comprendre comment l'environnement pouvait l'influencer, la contrôler ou la faciliter.

Pour cela, les chercheurs ont doté 74 enfants âgés de 8 à 11 ans (38 filles et 36 garçons) scolarisés dans une école primaire du comté du Hertfordshire[147], non seulement de détecteurs de mouvement (« accéléromètres tri-axiaux ») comme c'était le cas dans la précédente étude, mais aussi d'un GPS permettant de suivre leurs déplacements quotidiens à l'occasion de leurs diverses activités. Un nouveau critère a été pris en compte : le fait que les enfants soient, dans leurs déplacements, accompagnés ou non par un adulte, et de voir si cela influe sur leur niveau d'activité physique.

a) Prendre en compte les environnements matériel et immatériel qui freinent ou favorisent l'activité physique des enfants

L'environnement est ici à entendre au sens large, qu'il soit matériel ou immatériel, qu'il soit un frein ou, au contraire, un tremplin pour développer l'activité physique des enfants et leur liberté de mouvement. Si *la réalité* de cet environnement est primordiale pour favoriser des modes de vie actifs chez les enfants, sa *perception*, par les parents notamment, ne l'est pas moins. En effet, la représentation de cet environnement et de son niveau de sécurité ou de dangerosité par les adultes responsables des enfants est un facteur immatériel d'ordre psycho-cognitif à prendre autant en compte que l'environnement matériel lui-même. Car, de cette *représentation* des risques environnementaux pour leurs enfants, dépend en grande partie le degré de liberté et d'indépendance laissé à leurs enfants dans leur vie quotidienne.

L'environnement peut donc autant être compris comme les aménagements de l'espace urbain ou rural favorisant ou non la sécurité physique des enfants que comme l'environnement médiatique et social qui fait que les parents développent des peurs anxieuses, justifiées ou non, face aux risques d'agression, d'enlèvement de leurs progénitures ou d'accidents de tous ordres.

Les valeurs et modes de fonctionnement éducatifs des parents, telles que la capacité à « faire confiance », la volonté de laisser plus ou moins de liberté ou d'initiatives à leurs enfants pour faire l'expérience et l'apprentissage de l'autonomie, de la prise de décision, de la responsabilité personnelle -et donc du risque- sont également des facteurs psychologiques, socioculturels et familiaux à prendre en compte pour favoriser l'activité physique des enfants au quotidien.

L'aptitude des adultes responsables à laisser progressivement un degré de liberté suffisant à l'enfant -et aussi à en accepter les risques mesurés- pour qu'il puisse se construire par lui-même, en sécurité, en explorant son environnement de proximité avec son propre réseau social, est, selon le Pr Roger Mackett, de nature à favoriser un activité physique favorable à la santé chez les enfants.

Des urbanistes auditionnés par le CESR de Bretagne[148] pour la présente étude sont aussi allés dans ce sens, en prônant, pour favoriser l'activité physique des enfants, de leur laisser

[146] Intitulé anglais de la recherche du Professeur Roger Mackett : CAPABLE : « Children's activities, perceptions and behaviour in the local environnment »
[147] proche banlieue Nord de Londres
[148] Audition CESR de Bretagne le 26 janvier 2009, de Mme Hélène Bernard, Mme Anne Milvoy, chargées d'étude à l'AUDIAR et de Pierre Benaben, urbaniste à Rennes Métropole

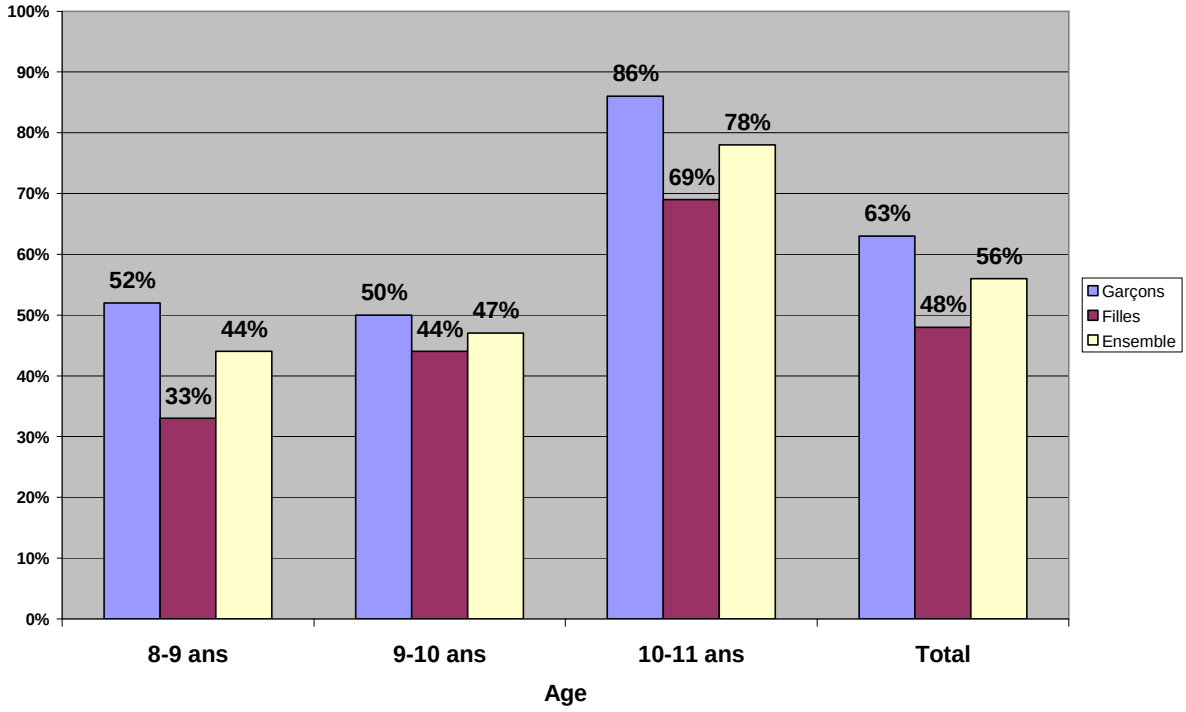
la « liberté de se salir » lorsqu'ils jouent à l'extérieur. Un autre facteur de psychologie parentale à prendre en compte donc…

b) Les principaux résultats de l'étude[149] du Pr Mackett

- *Une courte majorité des enfants était autorisée à sortir seule, davantage les garçons que les filles*

56% des enfants étaient autorisés à sortir sans être accompagnés d'un adulte, les garçons (63%) davantage que les filles (48%). La liberté de sortir seul progresse avec l'âge, mais l'écart filles-garçons ne se réduit que très faiblement. Ainsi, à 10-11 ans, alors que 86% des garçons pouvaient sortir seuls, seules 69% des filles disposaient de cette liberté. C'est à partir de l'âge de 10 ans que les enfants deviennent nettement moins accompagnés par un adulte.

Figure 17. Proportion d'enfants de 8 à 11 ans autorisés à sortir sans un adulte selon le sexe



Source: Roger Mackett, Recherche « CAPABLE », « Children's local travel behavior – how the environment influences, controls and facilitates it ». 11th World Conference on Transport Research, Berkeley, California, 24-28 June 2007. Table 2, p 10 (graphique CESR de Bretagne)

- *En tendance, les enfants ont perdu une grande part de leur liberté de sortir sans un adulte*

En termes d'évolution, sur les dernières décennies, on observe qu'au Royaume-Uni (il est probable que la tendance soit similaire en France) les enfants ont perdu une grande part de leur liberté de sortir dehors sans être accompagnés par un adulte. Selon Roger Mackett, en 1985/1986, 21% des enfants âgés de 5 à 10 ans se rendaient seuls à l'école, en 2005, cette proportion était tombée à 6%. Une autre étude montre qu'en Angleterre, en 1971,

[149] Avril 2007

80% des 7-8 ans étaient autorisés à aller seuls à l'école. En 1990, la proportion n'était plus que de 9%.

- *Chez les enfants, la marche est l'activité la plus énergétique, avant les jeux libres et la pratique sportive en club*

Si l'on considère la dépense énergétique des enfants selon leur activité, on observe que la marche est l'activité la plus énergétique (6.6 X 10^{-2} calories d'activité par kg de masse corporelle par minute), suivent les activités de jeux libres (5.3), puis les activités en club sportif (4.7). Les garçons dépensent davantage d'énergie en club sportif que les filles tandis que ces dernières se dépensent plus que ceux-ci en jouant librement et en marchant.

Autre résultat de cette recherche : les enfants marchent plus vite lorsqu'ils sont accompagnés par un adulte, notamment lorsqu'ils vont à l'école ou en reviennent. En termes d'intensité d'activité, les garçons sont plus actifs lorsqu'ils marchent seuls qu'accompagnés par un adulte, alors que pour les filles, c'est l'inverse. D'une manière générale, les enfants se dépensent un peu plus physiquement en marchant sur des cheminements piétonniers (« road ») que lorsqu'ils sont dans des espaces publics ouverts (« land »).

- *Les enfants suivent des trajectoires plus sinueuses pour explorer le monde lorsqu'ils ne sont pas accompagnés par un adulte*

Le GPS permettant de suivre la plus ou moins grande sinuosité des déplacements, il a été trouvé que la trajectoire était plus rectiligne lorsqu'ils sont accompagnés d'un adulte que lorsqu'ils marchent seuls ou avec d'autres enfants. Les enfants non escortés par un adulte ont tendance à explorer et expérimenter davantage le monde à droite à gauche lorsqu'ils se déplacent à leur rythme.

Des enfants privés de liberté
par les peurs ou l'intolérance des adultes
– Extraits d'un article du Pr Roger Mackett [150]– Juin 2007-

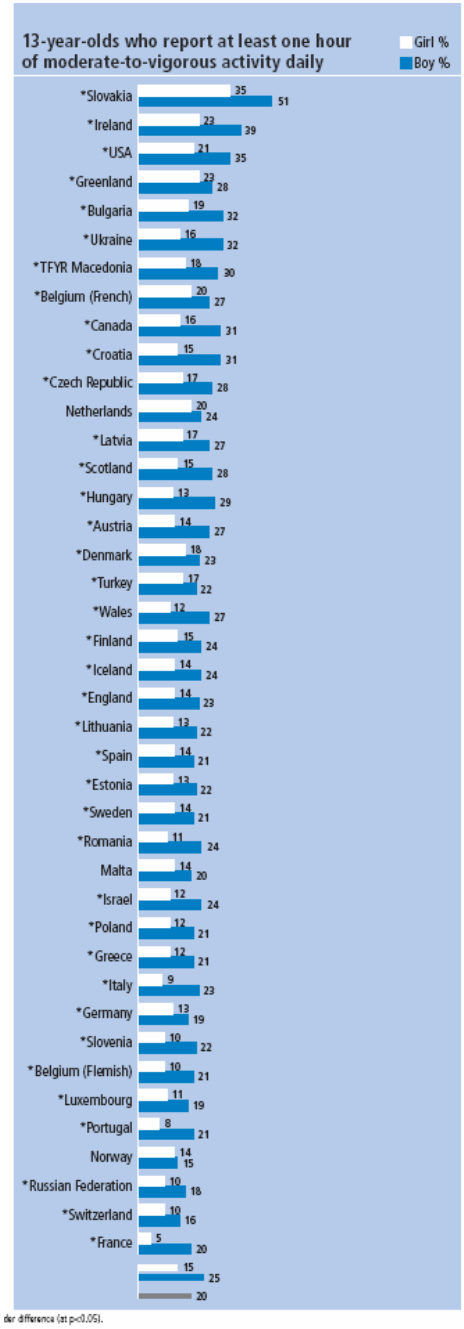
« On peut soutenir que l'environnement local offre à l'enfant des opportunités de faire l'apprentissage de la prise de décision, de savoir où aller, s'ils peuvent traverser la route en sécurité, de tisser son réseau social, et d'acquérir des connaissances par l'observation et l'expérimentation. Tout aussi important, cela lui permet de s'amuser et d'être actif. La plupart de ces processus réussiront davantage si les enfants peuvent y prendre part sans l'intervention d'un adulte. Bien sûr, un bébé ne peut aller tout seul dehors, un enfant doit passer par un cheminement de prise de confiance pour pouvoir aller seul dehors sans surveillance. Il est également important que les parents des enfants aient la volonté d'autoriser leurs enfants à sortir seul dehors sans surveillance d'un adulte. Cela suppose de surmonter des obstacles tels que l'insécurité routière ou la peur de l'enlèvement, mais aussi que les parents prennent confiance dans la capacité de l'enfant à ne pas se perdre et à faire face à une situation d'urgence.

(…) En Grande-Bretagne, il y a des preuves que certains enfants sont assignés à résidence par des adultes intolérants qui affirment que les enfants sont sources de bruit ou de nuisances (…) ».

[150] Roger Mackett, Recherche « CAPABLE », « Children's local travel behavior – how the environment influences, controls and facilitates it ». 11th World Conference on Transport Research, Berkeley, California, 24-28 June 2007. extraits p 2 et 4 – Traduction libre, non officielle, par le CESR de Bretagne.

C) L'activité physique des adolescents de 13 ans en France selon l'étude internationale HSBC : La France au dernier rang

Figure 18. Adolescents de 13 ans déclarant pratiquer au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour en 2005/2006



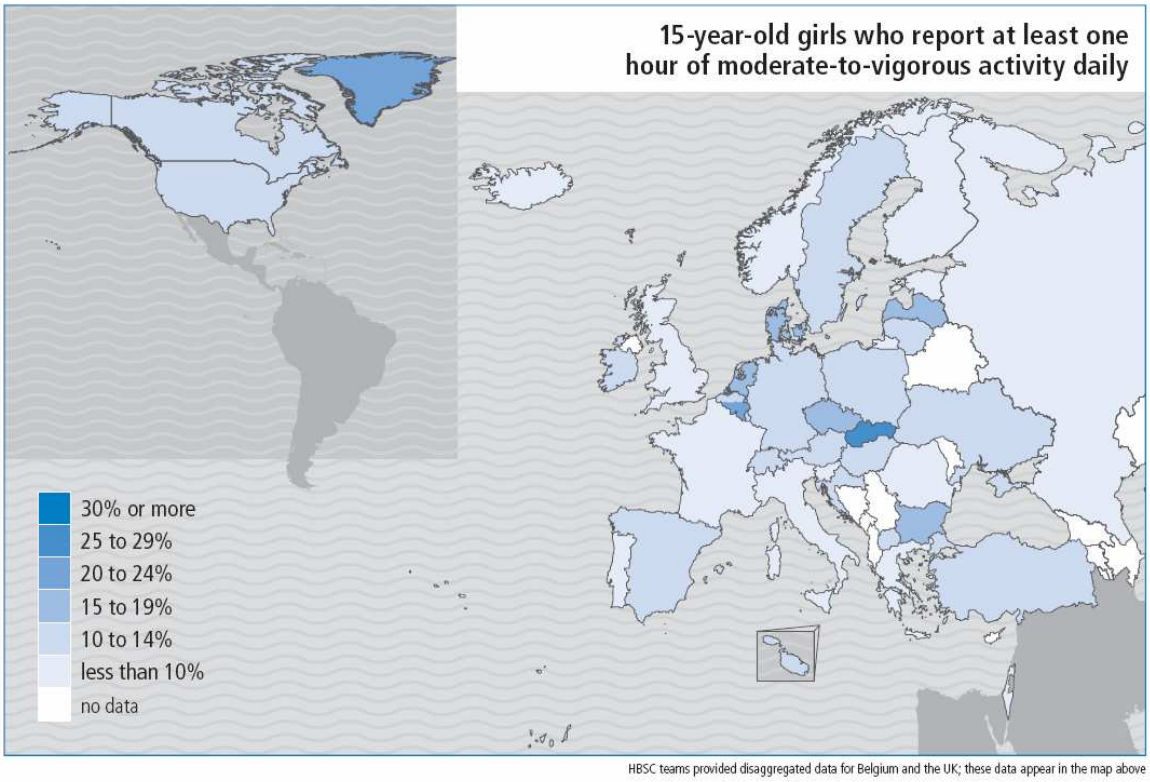
L'Organisation mondiale de la santé (OMS)[151], dans son enquête internationale sur la santé des jeunes scolarisés dite « HBSC » (Health behaviour in school aged children) a étudié le niveau d'activité physique des adolescents dans une quarantaine de pays en 2005/2006[152]. On observe que la France se situe souvent dans les derniers rangs du classement, en particulier pour les adolescentes. Par exemple, si l'on considère la proportion d'adolescents de 13 ans déclarant au moins une heure d'activité physique quotidienne d'intensité modérée à élevée, la France arrive dernière, notamment pour les filles (Cf. graphique ci-contre). Pour les adolescentes, de 15 ans, la France arrive aussi dernière, avec un taux de 5% (voir carte ci-après).

Source : OMS, Bureau européen, HBSC, « Inequalities in young people's health », Health Behaviour in school aged children (HBSC), Enquête 2005/2006 – publication 2008, p 106

[151] Bureau européen

[152] OMS, Bureau européen, « Inequalities in young people's health », Health Behaviour in school aged children (HBSC), Enquête 2005/2006 – publication 2008 - http://www.hbsc.org/

Figure 19. Adolescentes de 15 ans déclarant au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour



Source: OMS, Bureau européen, HBSC, « Inequalities in young people's health »
Health Behaviour in school aged children (HBSC), Enquête 2005/2006 – publication 2008, p 108

4.2.3.3. L'activité physique chez les adolescents de 15 à 17 ans

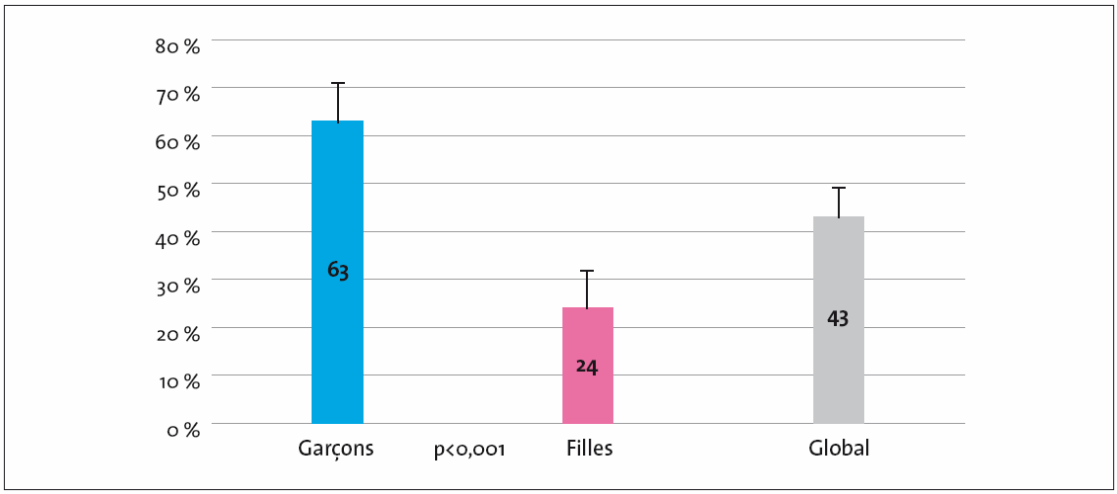
Pour les adolescents de 15-17 ans, les modalités d'enquête de l'AFSSA changent, puisque le questionnaire IPAQ, plus complet et synthétique, est ici applicable. On peut donc revenir à la notion *« d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé ».*

Selon l'AFSSA, près de 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans, n'atteignent pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé, tel que défini par le score élevé d'IPAQ[153]

Et la différence entre les filles et les garçons est flagrante : près de 8 adolescentes sur 10 (75.6%) âgées de 15 à 17 ans n'ont pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé, contre 4 adolescents sur 10 (36.7%). Par ailleurs, la proportion de filles de 15 à 17 ans présentant un faible niveau d'activité physique[154] est deux fois plus importante que celle des garçons : 21.7% des filles contre 11.6 % des garçons.

[153] 30 mn d'activité physique d'intensité modérée par jour en plus de l'activité physique minimum quotidienne, soit environ 10 000 pas par jour.
[154] Score bas d'IPAQ

Figure 20. Proportion d'adolescentes et d'adolescents pratiquant une activité physique favorable à la santé en 2006/2007 en France

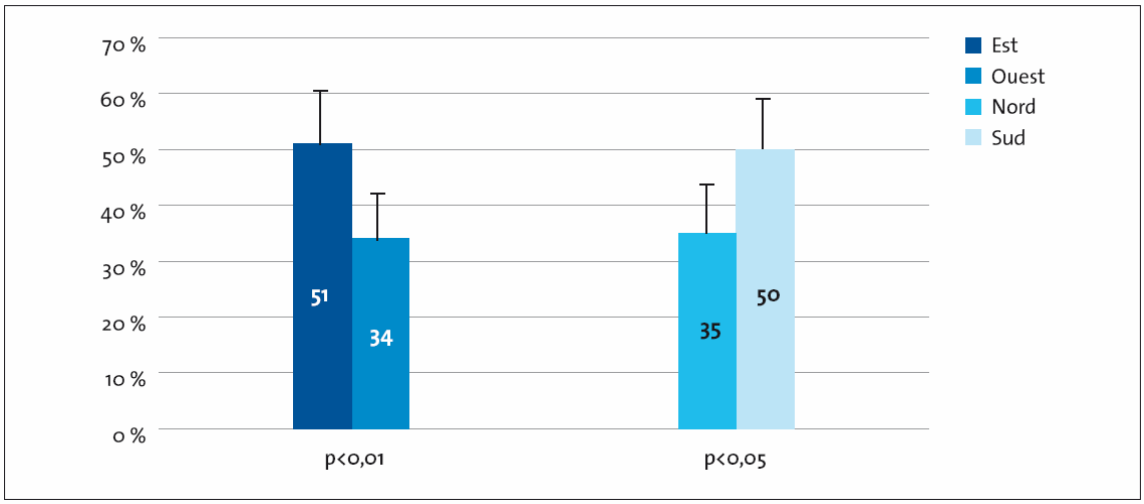


Source : AFSSA, INCA2 2006/2007, rapport intégral, p 129

Ces résultats soulignent l'intérêt de cibler la population des adolescents, et surtout des *adolescentes*, dans les politiques de promotion de la santé par l'activité physique, tant au niveau national que local.

Géographiquement, pour cette tranche d'âge des 15-17 ans, les résultats sont moins bons dans les régions françaises du Nord et de l'Ouest, hors Ile de France. Pour une région du Nord-Ouest de la France, comme la Bretagne, ce constat peut interpeller.

Figure 21. Proportions d'adolescents de 15 à 17 ans pratiquant une activité physique favorable à la santé (questionnaire IPAQ) selon les gradients géographiques Est-Ouest et Nord-Sud (Ile-de-France exclue).



Source : AFSSA, INCA2 2006/2007, rapport intégral, p 130

Enfin, l'AFSSA, dans son enquête, ne trouve pas, pour la tranche d'âge considérée, de corrélation entre l'indicateur d'activité physique de l'adolescent et le niveau de formation de son représentant.

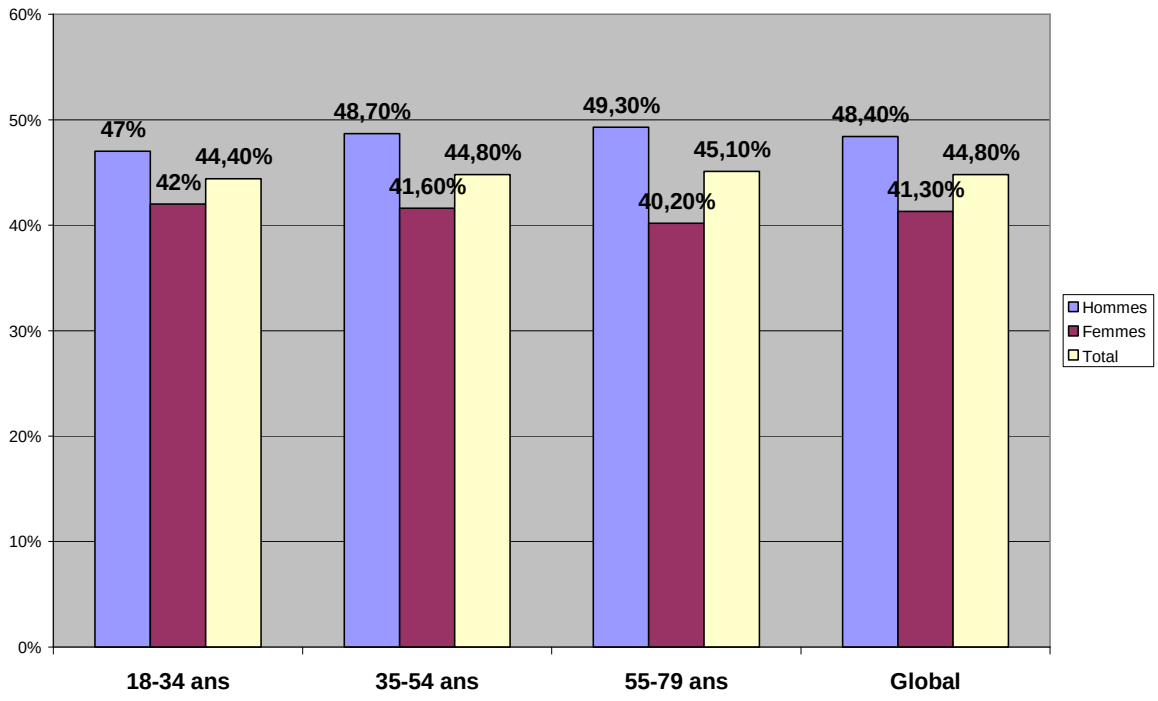
4.2.3.4. L'activité physique chez les adultes

A) L'activité physique chez les adultes de 18 à 79 ans selon l'AFSSA

Selon l'AFSSA[155], plus de la moitié des adultes âgés de 18 à 79 ans (55.2%) en France n'atteint pas un niveau d'activité physique « entraînant des bénéfices pour la santé »[156]. Les proportions sont à peu près similaires entre les tranches d'âge 18-34 ans, 35-54 ans et 55-79 ans.

Même si les différences par sexe sont moins prononcées qu'à l'adolescence, la proportion des hommes ayant une activité physique favorable à la santé est plus élevée que celle des femmes : 48.4% contre 41.3%. Par ailleurs, 24.7% ont un niveau d'activité physique faible[157].

Figure 22. Proportion des femmes et des hommes ayant un niveau d'activité physique favorable à la santé en France en 2006/2007



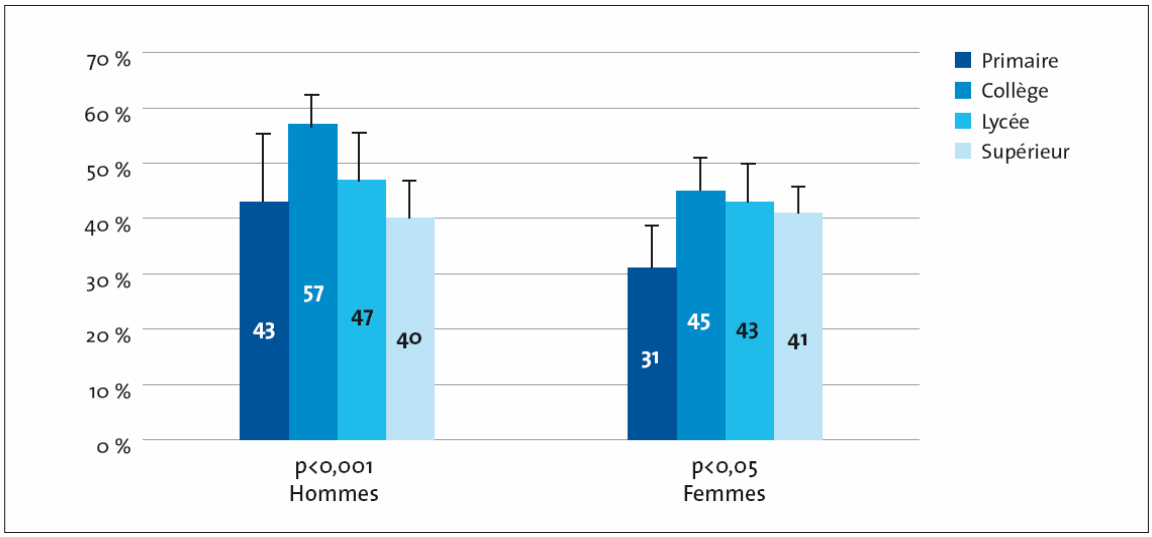
Source : AFSSA, INCA2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 124
(graphique CESR Bretagne)

Si l'on considère à présent la relation entre activité physique et niveau d'étude, on observe que la proportion d'adultes ayant une activité physique favorable à la santé est la plus importante pour ceux dont la scolarité s'est achevée au collège. Elle diminue ensuite avec

[155] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 124
[156] tel que défini par le score élevé d'IPAQ, soit au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée en plus de l'activité physique minimum quotidienne, équivalent à environ 10 000 pas par jour.
[157] Score bas d'IPAQ

l'élévation du niveau. Chez les femmes, le taux le plus bas est observé chez celles dont la scolarité s'est arrêtée au niveau primaire, alors que chez les hommes, ce taux est minimal pour ceux ayant un niveau d'étude supérieur.

Figure 23. Proportions d'adultes de 18-79 ans pratiquant une activité physique favorable à la santé (questionnaire IPAQ) selon le sexe et le niveau d'éducation



Source : AFSSA, INCA2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 125

Géographiquement, on observe un gradient Nord-Sud, avec de meilleurs résultats au Sud, en revanche, le gradient Est-Ouest n'est pas significatif.

B) L'activité physique chez les adultes dans le contexte du travail, des déplacements et des loisirs, selon le Baromètre santé-nutrition 2008 de l'INPES

Alors que le Baromètre santé 2005 de l'INPES utilisait le questionnaire international IPAQ auprès des 15 à 74 ans, celui de 2008 repose sur un autre questionnaire, le GPAQ de l'OMS, qui permet de situer l'activité physique dans différents contextes : travail (rémunéré ou non), déplacements, loisirs. Cette nouvelle approche est particulièrement intéressante, sachant que, pour influer sur l'activité physique globale de la population, des stratégies multi-niveaux prenant en compte simultanément les facteurs individuels, sociaux et environnementaux sont nécessaires.

1) Méthodologie de l'INPES : une approche globale et contextualisée de l'activité physique

a) Contextes de l'activité physique : travail (rémunéré ou non), déplacements, loisirs

L'INPES, sur la base du questionnaire GPAQ de l'OMS, analyse les comportements, niveaux et perception d'activité physique selon trois contextes : les activités de travail, les déplacements et les loisirs.

S'agissant du travail, la catégorie regroupe les activités de travail rémunéré, donc le travail au sens classique du terme, mais aussi le travail non rémunéré, c'est-à-dire les activités occupationnelles telles que le bénévolat, le travail ménager et d'entretien à la maison, le jardinage, le bricolage, etc.

Les déplacements concernent les activités physiques permettant d'un endroit à un autre lors d'une journée habituelle.

Quant aux activités de loisirs, elles regroupent l'ensemble des activités physiques qui ne relèvent ni du travail, ni des déplacements. Cette nouvelle approche de l'INPES ne permet plus de distinguer entre les activités de loisirs, celles qui relèvent de la pratique sportive et les autres, ce que faisait le Baromètre de 2005.

b) Niveau d'activité physique favorable à la santé : le score élevé d'IPAQ

Le niveau d'activité physique favorable à la santé retenu est celui correspondant au score *élevé* du questionnaire IPAQ, c'est-à-dire « une activité physique intense au moins 3 jours par semaine, entraînant une dépense énergétique d'au moins 1500 METs-minutes par semaine, OU au moins 7 jours de marche à pied et d'activité physique modérée ou intense jusqu'à parvenir à un minimum de 3000 METs-minute par semaine.

2) Quelques résultats du Baromètre santé-nutrition 2008

Le Baromètre santé 2008 de l'INPES, publié en janvier 2010, comporte une analyse très fine de nombreuses variables influant sur le niveau d'activité physique et sa perception selon les groupes de population. Nous ne reprendrons ici que quelques enseignements de cet important travail auquel le lecteur pourra se reporter pour aller plus loin[158], notamment parce qu'il fait le lien fondamental avec les comportements alimentaires, dans la logique du Plan national nutrition santé.

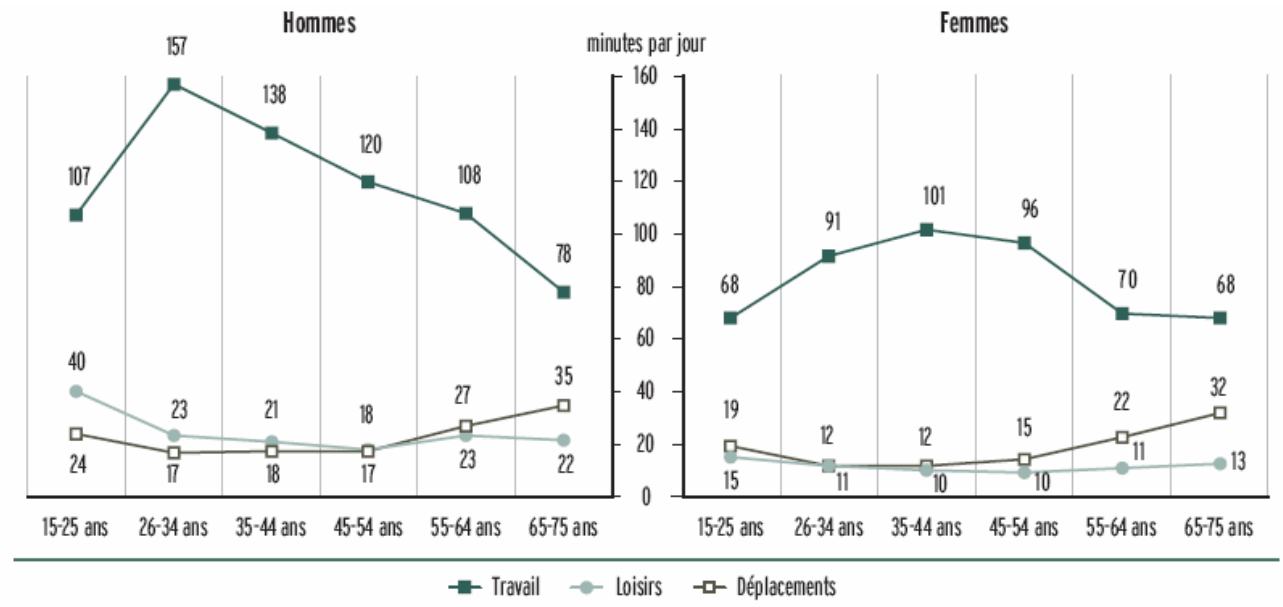
a) Contexte, pratique et durée de l'activité physique

Plus de la moitié de la population française déclare avoir une activité physique de travail rémunéré ou non (57,7%), de déplacement (55,7%) et/ou de loisirs (50,6%). Chez les hommes, l'activité physique au travail arrive en tête, alors que, chez les femmes, c'est l'activité physique liée aux déplacements qui est première.

Si l'on considère à présent la durée totale moyenne de l'activité physique par jour, celle-ci est estimée à 2 h 19 mn par individu, contre 4 h 38 mn pour le comportement sédentaire. Cette durée moyenne d'activité physique journalière se décompose selon les situations suivantes : 1h41 mn pour le travail, 20 mn pour les déplacements et 18 mn pour les loisirs. Cette durée moyenne d'activité physique est nettement plus élevée chez les hommes (2h47 mn) que chez les femmes (1h53).

[158] Le Baromètre santé-nutrition 2008 de l'INPES est consultable sur http://www.inpes.sante.fr/ (vu le 11 février 2010)

Figure 24. Durée moyenne d'activité physique par jour, selon le contexte, l'âge et le sexe chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)

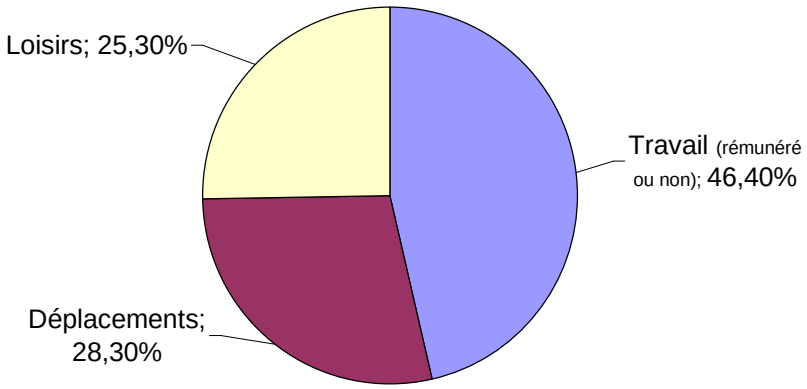


Source : INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, Graphique p 245

b) Répartition de l'activité physique globale selon le contexte

Quelle est la part du travail, des déplacements et des loisirs dans l'activité physique globale ? Selon les travaux de l'INPES, c'est d'abord dans le contexte du travail (rémunéré ou non) que la durée de l'activité physique est la plus grande : 46, 4 % du temps de l'activité physique globale. Viennent ensuite les déplacements (28,3%), puis les loisirs (25,3%).

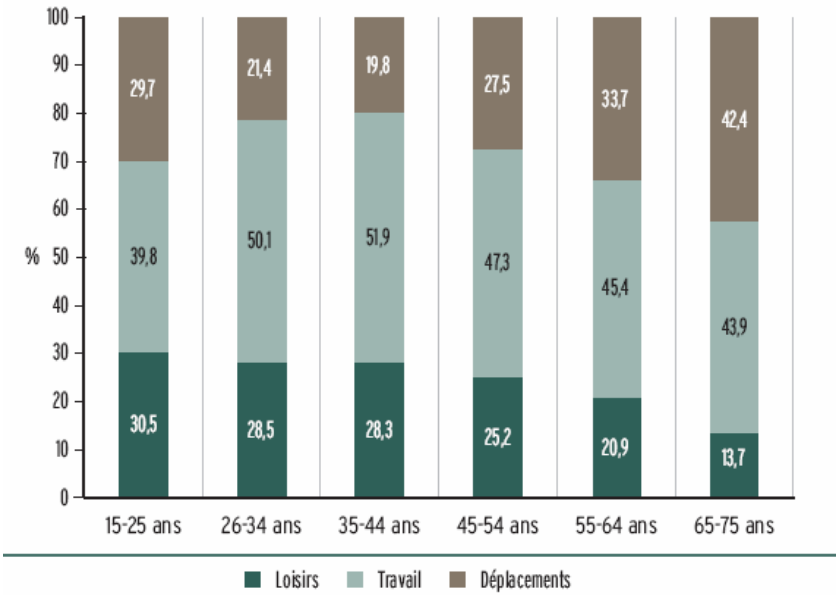
Figure 25. Répartition de l'activité physique globale selon le contexte de pratique chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)



Source : INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, p 244 – Graphique CESR Bretagne

Les résultats de l'INPES montrent que la structure de l'activité physique globale selon le contexte varie avec l'âge, comme l'illustre le graphique ci-après.

Figure 26. Structure de l'activité physique globale selon le contexte par tranche d'âge chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)



Source : INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, Graphique p 244 –

Si la proportion d'activité physique au travail est assez proche chez les hommes et chez les femmes, en revanche des différences marquées apparaissent s'agissant des loisirs et des déplacements. En effet, la part de l'activité physique de loisirs dans l'activité physique globale est plus importante chez les hommes que chez les femmes, alors que pour l'activité physique liée aux déplacements, c'est l'inverse.

c) Niveau d'activité physique favorable à la santé, facteurs et contexte

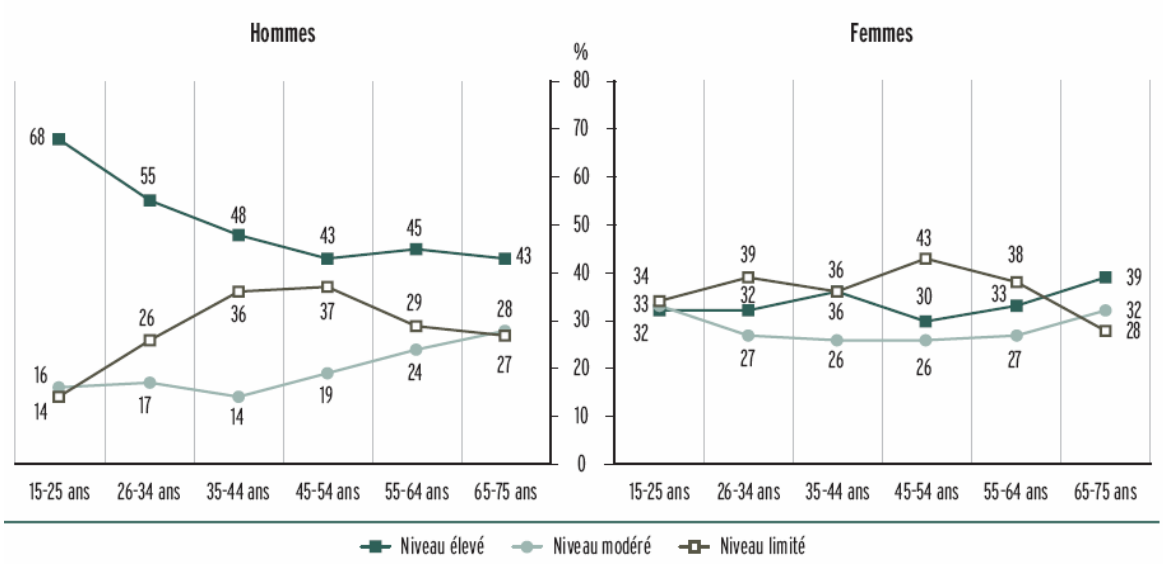
Quelle est la proportion de Français atteignant *un niveau d'activité physique favorable à la santé*, c'est-à-dire le niveau élevé défini par le questionnaire GPAQ de l'OMS (voir ci-avant)? Quels sont les facteurs sociodémographiques et situationnels qui influent sur ce niveau ?

- *Quelle est la proportion de français atteignant un niveau d'activité physique favorable à la santé ?*

Selon l'INPES, en 2008, 42,5% des Français âgés de 15 à 75 ans atteignaient un niveau d'activité physique favorable à la santé, soit le niveau élevé de GPAQ, contre 24,4% pour le niveau modéré et 33,1% pour le niveau limité. Pour les personnes atteignant le niveau favorable à la santé, la durée moyenne d'activité physique quotidienne est de 4h34 mn, dont 3h33 mn liées au travail.

La proportion d'homme parvenant au niveau élevé était plus élevée que celle des femmes : 51,6% contre 33,8%. Autrement dit, alors qu'un homme sur deux bouge suffisamment dans la vie de tous les jours, seule une femme sur trois y parvient. Mais alors que ce niveau tend à diminuer avec l'âge chez les hommes, il ne varie que marginalement au cours de la vie des femmes.

Figure 27. Évolution des niveaux d'activité physique des hommes et des femmes entre 15 et 75 ans pour les niveaux élevé (favorable à la santé), modéré et limité



Source : INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, Graphique p 247

• *Situations et autres facteurs corrélés à un niveau d'activité physique favorable à la santé*

- Quels sont les contextes associés à un niveau d'activité physique favorable à la santé ?

Chez les personnes déclarant un niveau d'activité physique favorable à la santé, l'activité physique réalisée dans le contexte du travail (rémunéré ou non) représente près des 2/3 de l'activité physique globale (64,9%), celle liée aux loisirs, 20,2%, et celle en relation avec les déplacements, 14,9%.

- A côté du contexte de son déroulement, quels sont les facteurs sociodémographiques corrélés à la pratique d'une activité physique favorable à la santé ?

En premier lieu, le sexe et l'âge influent sur l'atteinte de ce niveau. Ainsi, l'INPES observe que « les femmes comparées aux hommes, et les sujets âgés de 35 ans et plus, comparés aux jeunes de 15-25 ans, ont tendance à moins pratiquer d'activité physique favorable à la santé ». D'une manière générale, l'avancée en âge est associée à une diminution de l'activité physique.

En second lieu, le statut socioprofessionnel et le niveau de diplôme apparaissent comme des facteurs discriminants. Ainsi, selon l'INPES, « les étudiants ont une probabilité plus faible que les personnes qui travaillent de pratiquer une activité physique favorable à la santé. Il en est de même pour les adultes âgés de 26 à 75 ans ayant un diplôme supérieur au bac, par rapport à ceux ayant un niveau inférieur au bac. Une association inverse est en revanche observée pour le revenu mensuel par unité de consommation : les individus à revenu moyen (compris entre 900€ et 1500€/Unité de consommation) ont une probabilité plus élevée d'atteindre un niveau d'activité physique favorable à la santé que ceux ayant un niveau de revenu élevé (supérieur à 1500€/Unité de consommation)[159] ».

[159] INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, p 247

Une analyse de la population par catégorie socioprofessionnelle (CSP) confirme cette tendance : « les cadres et professions intermédiaires, comme les personnes sans activité, sont les CSP où la probabilité de pratiquer une activité physique favorable à la santé est la plus faible ». L'INPES précise que « les personnes de statut socioéconomique plus élevé ont tendance à occuper des professions moins physiques, ce qui explique que leur niveau d'activité physique totale soit moins élevé que les personnes de statut socio-économique plus faible, occupant probablement des postes plus actifs sur le plan physique. La participation à une activité physique de loisirs dépend du statut social. En effet, des enquêtes ont montré que les catégories socioprofessionnelles les plus favorisées ou les personnes ayant un niveau de diplôme élevé déclarent plus fréquemment une pratique sportive de loisirs que les CSP les plus basses ou ayant un diplôme inférieur au baccalauréat[160] ».

d) Perception du niveau d'activité physique

Le Baromètre santé-nutrition de l'INPES aborde la question de la perception subjective de l'activité physique dans la population.

Le premier fait remarquable est que « la prise de conscience qu'il faut avoir une activité physique quotidienne pour être en bonne santé a significativement augmenté depuis 2002 » : alors qu'elle concernait seulement 1/3 de la population en 2002 (34,2%), cette prise de conscience est à présent le fait de près des 2/3 des français âgés de 15 à 75 ans (61,2%).

Deuxième élément notable de l'étude de l'INPES : « Il semble y avoir une bonne adéquation entre la perception que les personnes ont de faire ou non suffisamment d'activité physique et leur niveau d'activité physique[161] » réel. Toutefois, il est souligné que ce n'est pas parce que les personnes ont conscience d'un manque d'activité physique régulière qu'elles y pallient nécessairement.

Entre la prise de conscience et le passage à l'acte, c'est-à-dire le changement durable de comportement, il y a un encore du chemin à parcourir et dans ce cas, plus que jamais, pour reprendre l'expression du poète Antonio Machado, *« le chemin se construit en marchant »…*

4.3. Approche de la pratique sportive

Après avoir considéré la sédentarité puis l'activité physique globalement, qu'en est-il plus spécifiquement de sa forme sportive ?

Comme déjà signalé, rares sont les enquêtes ou études qui distinguent clairement l'activité physique au sens large de l'activité physique sportive. L'INPES l'ayant fait dans son Baromètre santé 2005, celui-ci nous servira de matrice pour présenter les pratiques sportives en France. Nous le compléterons par des données tirées des enquêtes de l'INSEP et du Ministère de la jeunesse et des sports sur les pratiques sportives en France[162], de l'INSEE et de l'INSERM, même si le champ des activités physiques et sportives, ainsi que des populations étudiées, est à géométrie variable, ce qui rend les comparaisons parfois difficiles, voire, dans certains cas, impossible. Ces travaux sont donc à considérer comme des approches plurielles et complémentaires de l'état des pratiques sportives.

[160] INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, p 261
[161] INPES, Baromètre santé-nutrition 2008, janvier 2010, p 264
[162] Audition au CESR de Bretagne de M. Patrick MIGNON, le 30 septembre 2008

4.3.1. Les résultats issus du Baromètre santé 2005 de l'INPES pour les 15-74 ans[163]

Comme déjà signalé, le Baromètre santé 2008 ne distinguant plus le sport du contexte des autres « activités physiques de loisirs », nous présentons ci-après quelques résultats tirés du Baromètre santé 2005 qui, lui, s'intéressait expressément aux pratiques sportives habituelles des Français.

A) Une majorité de français pratique habituellement le sport

En 2005, près de 6 français sur 10 (58%) âgés de 15 à 74 ans déclaraient « pratiquer habituellement le sport », c'est-à-dire, selon l'INPES, les personnes ayant déclaré avoir eu une activité sportive au cours des sept jours ayant précédé l'interview - ce qui était le cas de 43,8 % d'entre elles - ou, parmi celles qui n'en ont pas fait, celles qui déclarent « faire du sport habituellement ».

4.3.1.2. La pratique sportive hors club est majoritaire

Parmi les sportifs ayant pratiqué dans les 7 jours précédant l'interview, la majorité a fait du sport *en dehors* d'un club : 57.9 %.

4.3.1.3. L'absence de pratique sportive : d'abord le manque de temps

Pour ceux n'ayant pas pratiqué le sport, la première raison invoquée est le manque de temps (45,7%), le fait de ne pas aimer le sport (22.3%), des raisons de santé (17.9%), l'âge (7.6%) ou des contraintes professionnelles (4.2%).

4.3.1.4. Sexe : le sport est davantage pratiqué par les hommes

La probabilité de pratiquer habituellement un sport est augmentée chez les sujets de sexe masculin (OR[164]=1,4 contre OR=1 pour les femmes).

4.3.1.5. Age : La pratique tend à diminuer avec l'âge

Par rapport au niveau de référence des 15-24 ans (OR=1), *la probabilité* de pratiquer habituellement un sport est diminuée chez les 25-44 ans (OR=0,6) et chez les plus de 45 ans (OR=0,7).

4.3.1.6. Niveau d'étude : à l'inverse du niveau d'activité physique globale, la probabilité de pratique habituelle d'un sport augmente avec le niveau d'étude

Nous avons vu ci-avant que le niveau d'activité physique globale avait tendance à diminuer avec l'élévation du niveau d'étude des individus, or, pour la pratique sportive habituelle, c'est l'inverse : celle-ci augmente nettement avec le niveau d'étude.

Par comparaison avec le niveau de référence de la pratique sportive habituelle des personnes sans diplôme (OR=1), *la probabilité* de pratique sportive habituelle est augmentée chez les individus ayant un diplôme inférieur au bac (OR=1,7), encore plus chez ceux ayant le niveau bac (OR=2) et chez ceux ayant un niveau supérieur au bac (OR=2,9).

[163] INPES, Baromètre santé 2005, pp 247 à 251
[164] OR = Odds ratio (méthode de calcul de probabilités)

4.3.1.7. Niveau de revenu : contrairement à l'activité physique globale, la pratique sportive habituelle augmente avec le revenu

A l'inverse du niveau d'activité physique favorable à la santé – qui tend à diminuer avec l'élévation du revenu - la probabilité de pratiquer habituellement un sport augmente avec l'élévation du revenu.

Ainsi, par comparaison avec le niveau de référence de pratique sportive habituelle des personnes ayant un revenu mensuel par unité de consommation inférieur à 900 € (OR=1), *la probabilité* de pratique sportive habituelle de celles ayant un revenu compris entre 900 et 1500 euros est augmentée (OR=1,6), encore plus chez les personnes dont le revenu dépasse 1500 euros (OR=2,1).

4.3.1.8. Territoire : le sport est davantage pratiqué dans les grandes agglomérations

Géographiquement, par rapport au niveau de référence d'une commune rurale (OR=1), la probabilité de pratiquer habituellement un sport est légèrement augmentée chez les habitants des agglomérations comptant entre 100 000 habitants et 200 000 habitants (OR=1,1), et dans celle de plus de 200 000 habitants (OR=1,1), exception faite de l'agglomération parisienne (OR=1).

4.3.1.9. Catégorie socioprofessionnelle : à l'inverse de l'activité physique globale, le sport est davantage pratiqué par les cadres et les employés

Inversion de tendance là aussi par rapport au niveau d'*activité physique* favorable à la santé dont on a vu qu'il était plus fréquent chez les agriculteurs que chez les professions intellectuelles par exemple. S'agissant de la pratique *sportive* habituelle, plus le statut professionnel « s'élève », plus la probabilité de pratique augmente. Ainsi, les cadres et professions intellectuelles, les professions intermédiaires et les employés ont *une probabilité* plus élevée de pratiquer un sport habituellement que les ouvriers et les agriculteurs.

Par exemple, chez les actifs occupés, si l'on prend le niveau de référence de pratique habituelle du sport par les ouvriers (OR=1), le fait de relever de la catégorie des cadres et professions intellectuelles augmente la probabilité d'une pratique sportive habituelle (OR=2,2).

4.3.1.10. Caractéristique de l'emploi : la probabilité de pratiquer un sport habituellement augmente avec la durée des congés

Le fait d'avoir un emploi à temps plein ou à temps partiel, tout comme celui de disposer d'un repos de 48 heures consécutives ne semblent pas discriminants pour expliquer les différences de pratique sportive habituelle. En revanche, par référence aux actifs ayant 25 jours ou moins de congés annuels (OR=1), ceux qui ont une durée de congés annuels de plus de 26 jours ont *une probabilité* augmentée de pratiquer un sport habituellement (OR=1,2).

4.3.1.11. Vie familiale : la présence des enfants diminue la probabilité de pratique habituelle du sport

Alors que la présence dans le ménage d'au moins un enfant de moins de 14 ans n'était pas discriminante pour le niveau d'activité physique globale favorable à la santé, cette variable le devient pour la pratique sportive habituelle. Ainsi, par rapport au niveau de référence de

pratique sportive habituelle des ménages « n'ayant pas d'enfants de moins de 14 ans » (OR=1), la probabilité de pratique de ceux en ayant « au moins un » est diminuée (OR=O,9).

4.3.1.12. Etat de santé : maladie chronique, surpoids, obésité et consommation de substances psychoactives diminuent la probabilité de pratique habituelle d'un sport

Comme pour l'activité physique favorable à la santé, souffrir d'une maladie chronique diminue la probabilité de pratiquer habituellement un sport.

En revanche, alors que le surpoids et l'obésité n'apparaissaient pas comme discriminants vis-à-vis de la probabilité de pratique d'une activité physique favorable à la santé, ceux-ci réduisent les chances de pratiquer habituellement un sport.

Alors que selon cette étude, aucun lien significatif n'est observé entre la pratique d'une activité physique favorable à la santé et la consommation de substances psychoactives (tabac, alcool, cannabis), en revanche celle-ci diminue la probabilité de pratiquer habituellement un sport. Ainsi, selon l'INPES, le tabagisme *régulier* et la consommation *quotidienne* d'alcool réduisent cette probabilité.

De manière *a priori* surprenante, ceux qui « ne consomment *pas* d'alcool » ou « uniquement *mensuellement* » ont une probabilité diminuée de « pratiquer un sport habituellement » (OR=0,8), à la différence des « consommateurs *hebdomadaires* d'alcool »[165] (OR=1).

En d'autres termes et en simplifiant, étonnamment, l'abstinence comme l'excès d'alcool ne semblent pas favoriser la pratique *sportive* régulière…

4.3.1.13. Occupations sédentaires : plus on regarde la télévision, moins on pratique habituellement le sport

La probabilité de pratiquer habituellement un sport est diminuée chez les sujets ayant regardé la TV plus de 3h la veille, à la différence de ceux l'ayant regardée moins d'1h (OR respectivement de 0,7 et de 1).

4.3.2. Quelques éclairages complémentaires apportés par l'INSEP, le Ministère de la jeunesse et des sports et l'INSEE sur les pratiques sportives en France.

Après avoir présenté les principaux résultats du Baromètre Santé 2005 de l'INPES sur les pratiques sportives et certains de leurs déterminants, nous complétons ces éléments par des données issues des travaux de l'INSEP et du Ministère de la jeunesse et des sports sur les pratiques sportives en France (2000 et 2003) que le sociologue Patrick Mignon a présenté au CESR de Bretagne lors de son audition.[166]

Il nous a semblé préférable d'exposer ces données complémentaires séparément bien que plusieurs recoupent celles de l'INPES présentées ci-dessus. En effet, non seulement le champ des activités physiques et sportives considéré est différent, mais encore la méthodologie d'enquête diffère.

[165] Ce résultat peut surprendre, toutefois, par exemple chez les adolescents, une étude de Marie Choquet a mis en évidence l'existence d'une courbe en « U » entre consommation d'alcool et de drogues et durée de la pratique sportive : les ados qui n'ont aucune pratique sportive et ceux qui, à l'inverse, ont une pratique sportive intensive, consomment davantage d'alcool et de drogues que ceux qui pratiquent un sport avec modération…

[166] Audition au CESR de Bretagne de M. Patrick MIGNON, le 30 septembre 2008

4.3.2.1. La méthodologie de l'enquête INSEP/MJS de 2000

Il s'agit d'une enquête téléphonique effectuée auprès d'un échantillon de 6 500 personnes âgées de 15 à 75 ans. La tranche d'âge est donc très proche de celle de l'INPES (IPAQ). La question centrale de l'enquête était la suivante : *« Dans les douze derniers mois, avez-vous pratiqué une activité physique ou sportive ? ».* Alors que le Baromètre santé de l'INPES s'intéresse à *l'activité physique favorable à la santé* en la distinguant de *la pratique sportive habituelle* dans la semaine précédant l'interview, ici c'est l'année antérieure qui est prise en compte ; par ailleurs, la question ouverte réunit l'activité physique et l'activité sportive, sans les distinguer.

4.3.2.2. Les principaux résultats de cette enquête

A) Une large majorité de français a pratiqué une activité physique ou sportive dans l'année précédant l'enquête

A la question centrale, 83% des personnes interrogées, équivalent à 36 millions de personnes en France répondent avoir pratiqué une activité physique ou sportive dans les douze mois derniers mois ayant précédé l'interview.

S'agissant de la fréquence, 60 % des sportifs [167] répondent avoir pratiqué au moins une fois par semaine (26 millions de personnes) et 34 % plus d'une fois par semaine (14 millions de personnes).

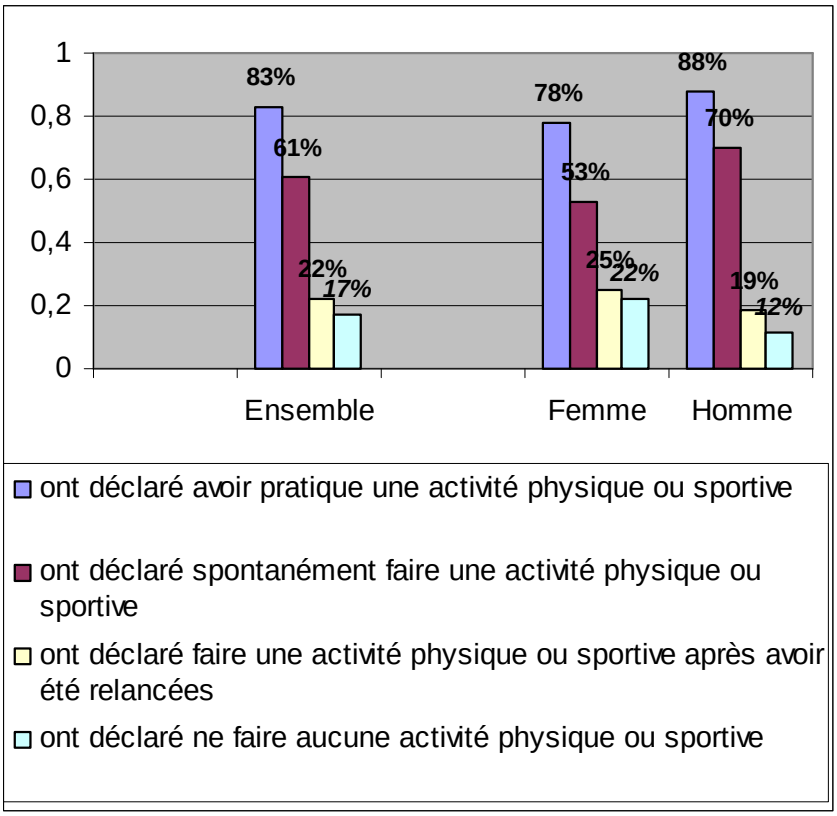
B) Les hommes pratiquent davantage que les femmes et le font savoir plus spontanément

Tous sexes confondus, on observe que près d'une personne sondée sur cinq déclare ne faire aucune activité physique et sportive (17%). La différence par sexe est ici flagrante puisque la proportion de femmes non pratiquantes (22%) est presque deux fois plus élevée que celle des hommes non pratiquants (12%).

Autre élément à prendre en compte, le caractère spontané de la réponse biaise fortement les résultats. Ainsi, tous sexes confondus, près de 20 points séparent les réponses spontanées (61%) des réponses obtenues *après relance* de l'enquêteur (83%). D'une manière générale donc, la population sous-estime sa pratique d'activité physique ou sportive. Et ceci est encore plus net pour les femmes qui sont 25% à se déclarer pratiquantes après relance contre 19% pour les hommes.

[167] On peut rapprocher ce taux de 60 % des 58 % de « pratique sportive habituelle » du Baromètre santé 2005 de l'INPES.

Figure 28. Taux de pratique d'une activité physique ou sportive par sexe



Source : MJS/INSEP, Enquête sur les pratiques sportives, 2000, Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30/09/2008

C) La pratique diminue avec l'âge et plus rapidement chez les femmes

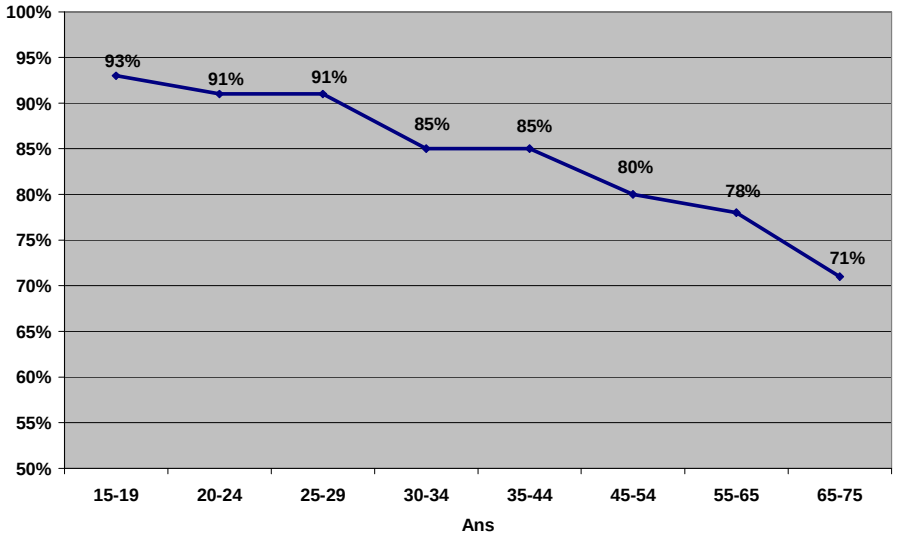
Malgré une augmentation récente de la pratique chez les 50-74 ans, on observe d'une manière générale que celle-ci diminue avec l'âge

Le graphique ci-après reflète le phénomène de diminution de la pratique des APS, par pallier, avec l'avancée en âge. Alors que plus de 9 jeunes sur 10 âgés de 15 à 29 ans se déclarent pratiquants, 7 personnes âgées de 65 à 75 ans sur 10 se disent concernées, ce qui n'est pas si mal… et met en lumière l'importance de la pratique des APS tout au long de la vie, y compris donc à un âge avancé.

Cette tendance est encore plus marquée depuis quelques années : alors qu'en 1985, 59% des personnes âgées de 50 à 74 ans pratiquaient une APS, cette proportion monte à 73% en 2000. Cette proportion reste en revanche identique sur la même période chez les 12-34 ans (90%).

Enfin, on observe que l'écart se creuse avec l'âge entre les pratiques masculines et féminines, phénomène qui apparaît nettement dès la tranche des 30-39 ans (88% de sportifs contre 80% de sportives) et devient encore plus flagrant à partir de 60-69 ans (72% de sportifs contre 48% de sportives).

Figure 29. Evolution du taux de pratique d'une activité physique ou sportive dans l'année écoulée selon l'âge chez les 15-75 ans en France en 2000



Source : MJS/INSEP, Enquête sur les pratiques sportives, 2000, Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30/09/2008 (graphique CESR Bretagne)

D) Le tiercé des activités les plus populaires : marche, natation, vélo

Mis à part les jeux de boules et le football, les activités les plus pratiquées sont plutôt libres et individuelles. Ainsi, les marches[168] sont pratiquées par plus de la moitié des enquêtés (55 %, soit 20 millions de personnes). Viennent ensuite, la natation-baignade (38%, 14 millions) et le vélo (34%, 13 millions). A noter que le football, souvent considéré comme le sport le plus populaire, n'est *pratiqué* que par 13 % des sondés.

Tableau 4. Les activités physiques ou sportives les plus pratiquées en France en club ou hors club

Activité physique ou sportive	Taux de pratiquants	Effectif estimé (millions)
Marches	55 %	20
Natation-baignade	38%	14
Vélo	34 %	13
Courses à pied	17%	6
Jeux de boules	16%	6
Gymnastiques	14%	5
Sports d'hiver	13%	5
Football	13%	5
Tennis	10 %	4

Source : MJS/INSEP, Enquête sur les pratiques sportives, 2000, Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30/09/2008

[168] randonnée, trekking, marche…

E) La grande majorité des activités physiques ou sportives est pratiquée en dehors d'un club affilié à une fédération

Selon l'INSEP, un pratiquant sur quatre seulement est licencié dans un club (11 millions de personnes).

Certaines disciplines sportives sont fortement institutionnalisées : arts martiaux, sports collectifs, golf, équitation, etc.

Par ailleurs, on observe que la pratique hors-club n'est pas incompatible avec la pratique en club : le « super sportif » cumule ainsi souvent les deux modes de pratique.

Parmi les motifs avancés par les pratiquants hors club, il faut mentionner l'inadaptation de l'offre du club sportif eu égard à l'âge ou aux moyens économiques. Par exemple, peu de personnes continuent à vouloir pratiquer la gymnastique sportive à 18 ans… Quant au coût d'accès à certains clubs ou matériels, il est, pour beaucoup, perçu comme prohibitif.

Outre l'absence de motivation personnelle pour l'adhésion à un club sportif, il faut aussi mentionner les attentes différentes qui peuvent exister à l'intérieur d'une famille : rapports femmes-hommes, modes de vie…

F) La pratique sportive compétitive est très minoritaire

Seulement 13% des pratiquants participent à des compétitions sportives (6 millions de personnes).

G) Les activités physiques ou sportives de pleine nature sont majoritaires

Il ressort de l'enquête que 63% des Français pratiquent en pleine nature ou dans des espaces naturels aménagés. Cette donnée est particulièrement importante car elle souligne l'impact de l'environnement pour promouvoir l'activité physique dans la population, nous y reviendrons longuement plus loin.

H) Les principales motivations des pratiquants : plaisir, bien-être, santé, engagement, lien social

Pour quoi pratiquer une APS ? L'enquête du MJS et de l'INSEP, comportait des questions à ce sujet.

A l'interrogation « Que recherchez-vous dans la pratique ? », plus de 9 personnes sur 10 répondent « la détente » et « être bien dans sa peau ». Viennent ensuite les motifs de la santé pour 8 personnes sur 10, puis « l'engagement » (76%) et « être avec les proches » (74%).

Une autre question abordait la motivation sous un autre angle : « qu'est ce qui vous a incité à pratiquer ? ». 9 personnes sur 10 répondent « le plaisir », viennent ensuite « le besoin d'exercice » (76%) et « se maintenir en bonne santé » (74%). Dans l'incitation comme dans la pratique elle-même, la recherche de plaisir, de bien-être et de santé sont donc des motifs prépondérants. A souligner que plus de 7 pratiquants sur 10 font en outre référence à un besoin d'engagement et à la recherche de liens sociaux de proximité.

On observe que les préoccupations de santé augmentent avec l'âge et que les femmes cherchent plutôt « l'entretien du corps » et les hommes « la gagne ».

I) La pratique d'activité physique ou sportive est plus fréquente avec l'élévation de la catégorie socioprofessionnelle et le revenu

Il ressort clairement de l'enquête que plus on relève d'une catégorie socioprofessionnelle (CSP) élevée et plus les revenus sont importants, plus on pratique une activité physique ou sportive.

S'agissant de la CSP, l'écart est ainsi de 10 points entre la proportion de pratiquants « cadres » (92%) et les « ouvriers » (81%). On observe toutefois une réduction de cette inégalité depuis une quinzaine d'année : alors que ce taux reste quasiment identique chez les cadres (91% en 1985), il progresse de 13 points chez les ouvriers (68% en 1985) et chez les employés (73% en 1985).

On retrouve des inégalités encore plus aiguës lorsqu'on s'intéresse aux revenus des pratiquants d'APS : l'élévation de ceux-ci favorise la pratique. Ainsi, alors que le taux de pratique est de 71% pour les personnes dont le revenu mensuel est inférieur à 915 €[169], il grimpe à 94% pour celles gagnant plus de 3050 €[170]

Selon Patrick Mignon[171], le statut professionnel du pratiquant semble encore plus déterminant que la catégorie socioprofessionnelle. Ainsi, la stabilité de l'emploi (CDI) et la bonne intégration socioprofessionnelle paraissent favoriser la pratique des APS.

J) Quelques enseignements généraux de l'enquête INSEP/MJS 2000

Selon Patrick Mignon[172], six grandes tendances générales ressortent de cette enquête :

- une massification de la pratique sportive à ne pas confondre avec sa démocratisation. La persistance d'une forte différenciation sociale des pratiques en fonction de l'âge, du sexe, du niveau de diplôme et du revenu (d'où la distinction à opérer entre massification et démocratisation) ;
- une diversification des pratiques et des modalités de pratique (nouvelles disciplines, montée des pratiques « autogérées »…) ;
- le poids des déterminants socioéconomiques ;
- l'intégration apparaît comme une condition nécessaire à la pratique sportive : mieux on est intégré, plus on pratique ;
- l'achèvement d'un cycle de croissance commencé dans les années 1970 et une « relativisation du sport » qui entre en concurrence avec d'autres activités de loisirs.

[169] Enquête 2000. 6000 francs à l'époque (conversion euro CESR de Bretagne)
[170] Enquête 2000. 20 000 francs à l'époque (conversion euro CESR de Bretagne)
[171] Audition CESR de Bretagne du 30 septembre 2008.
[172] Audition CESR de Bretagne du 30 septembre 2008.

4.3.2.3. Enquêtes complémentaires sur les pratiques des jeunes

A) Enquête sur la pratique des jeunes de 12 à 17 ans en France en 2001 (INSEP/INSEE/MJS)

1) Résultats sur l'état et l'évolution des pratiques sportives chez les jeunes de 12 à 17 ans

Lors de son audition, Patrick Mignon, a présenté les principaux résultats d'une enquête complémentaire réalisée par le Ministère de la jeunesse et des sports en lien avec l'INSEP et l'INSEE, en novembre 2001, auprès de 1500 jeunes âgés de 12 à 17 ans[173]. Ceux-ci devaient répondre à la question : *« Est-ce que vous avez pendant l'année ou les vacances une activité physique ou sportive (en dehors des cours d'EPS à l'école) » ?*

Les tranches d'âge étudiées varient selon les enquêtes, ce qui ne facilite pas la mesure de la pratique sportive des jeunes. Selon l'enquête INSEP/MJS 2000 présentée ci-avant, 91% des jeunes de 15 à 24 ans avaient pratiqué une activité physique ou sportive *dans l'année écoulée*. Dans l'enquête de 2001 qui s'intéresse cette fois aux 12-17 ans, le taux de pratique d'une activité physique ou sportive *pendant l'année ou les vacances en dehors des cours d'EPS* à l'école est de 69%. Entre 12 et 17 ans, plus des 2/3 des jeunes déclarent pratiquer un sport pendant l'année ou les vacances en dehors de l'EPS. La pratique diminue avec l'âge, de 73% à 12 ans à 65% à 17 ans. Les deux sexes confondus, cette baisse s'observe surtout à partir de 14 ans, puisque le taux de pratique passe de 72% à 13 ans à 69% à 14 ans.

Le tableau ci-après détaille les activités sportives déclarées par les jeunes de 12 à 17 ans en 2001, qu'elles soient pratiquées en club *ou hors club.*

[173] Les développements qui suivent sont issus de trois sources principales : 1) Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne le 30 septembre 2008 ; 2) Ministère des Sports, « Le sport chez les jeunes de 12-17 ans », Stat-Info n°02-04, octobre 2002 ; 3) INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003

Tableau 5. Les activités physiques ou sportives pratiquées « pendant l'année ou les vacances », en dehors des cours d'EPS à l'école, déclarées par les jeunes de 12 à 17 ans en 2001

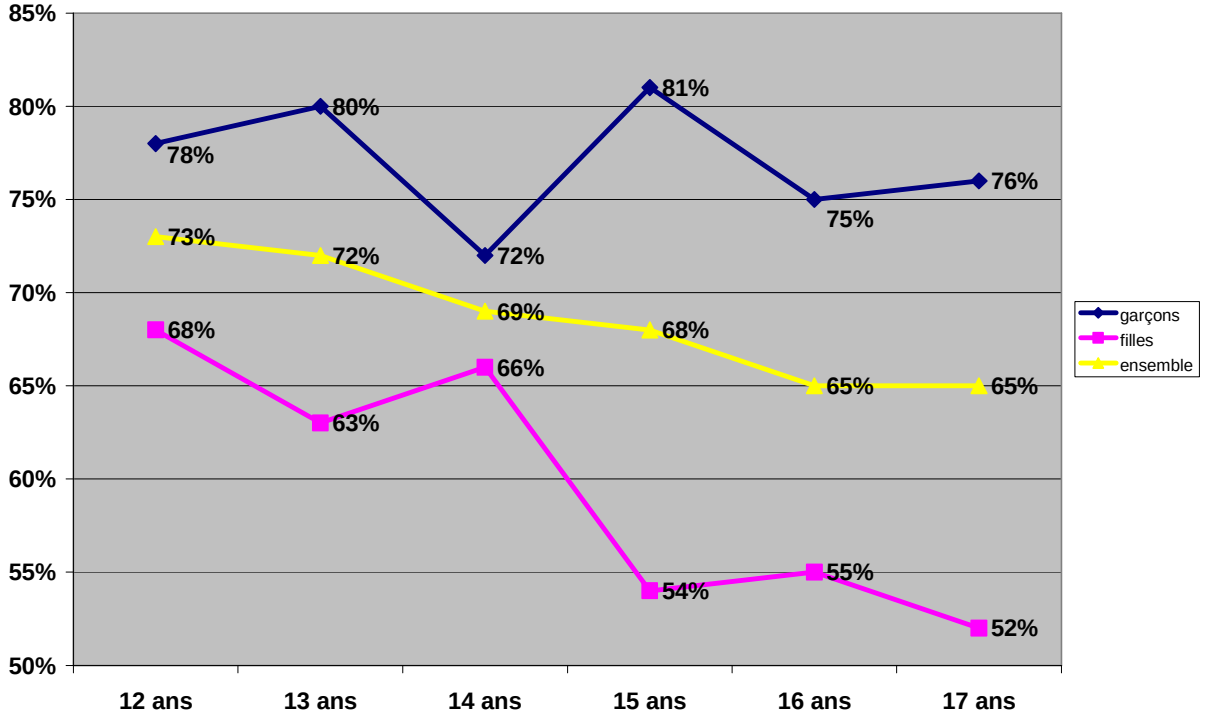
Activité sportive déclarée	Part de pratiquants parmi les jeunes	Pour 100 jeunes sportifs, nombre de			
		Filles	Adhérents à un club	Licenciés	compétiteurs
Natation - baignade	39	45	30	25	18
Vélo	38	39	6	5	5
Football	32	20	61	55	51
Marche balade	24	54	27	19	11
Tennis de table	19	30	25	21	15
Footing jogging	19	44	43	34	32
Basket-ball	18	38	73	57	50
Badminton-squash	17	42	69	55	47
Tennis	16	33	43	38	23
Sports boules	15	32	34	26	23
Roller - skate	15	41	18	13	9
Danse	12	76	74	34	20
Sports de neige	12	36	35	28	24
Gymnastique	10	68	71	43	34
Sports de glace	10	44	49	41	23
Pêche	10	24	24	17	14
Handball	9	26	59	51	48
Volley-ball	9	37	32	23	23
Judo et autres arts martiaux	8	37	89	80	57
Aviron, canoë	7	42	67	39	33
Athlétisme (Non compris footing)	7	45	76	59	59
Escalade - montagne	7	35	55	46	30
Autres sports collectifs	6	38	46	33	28
Rugby	6	10	43	38	32
Equitation	5	71	67	43	26
Sports mécaniques	5	10	29	26	17

Lecture : 39% des jeunes de 12 à17 ans pratiquent de la natation. Parmi eux, 45% sont des filles et 30% adhèrent àun club.
(*) Activités déclarées par au moins 5% des jeunes

Source : Ministère des sports, enquête sur les pratiques sportives des jeunes de novembre 2001
Tableau extrait de Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002,
« Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans », p 3

Le graphique ci-après souligne les différences de taux de pratique selon le sexe. La courbe des filles est presque symétrique à celle des garçons : d'une manière générale, quand la pratique baisse chez celles-là entre deux âges, elle a tendance à monter chez ceux-ci. A 14 ans, 72% des garçons et 66 % des filles sont sportifs, à 15 ans, on compte 81% de sportifs pour seulement 54 % de sportives. En tendance générale, malgré quelques variations, entre 12 et 17 ans, le taux de pratique sportive des garçons reste pratiquement le même (3/4) alors que chez les filles il passe des 2/3 à 12 ans à la moitié à 17 ans. Cette baisse de la pratique sportive des filles à l'adolescence est donc significative et durable.

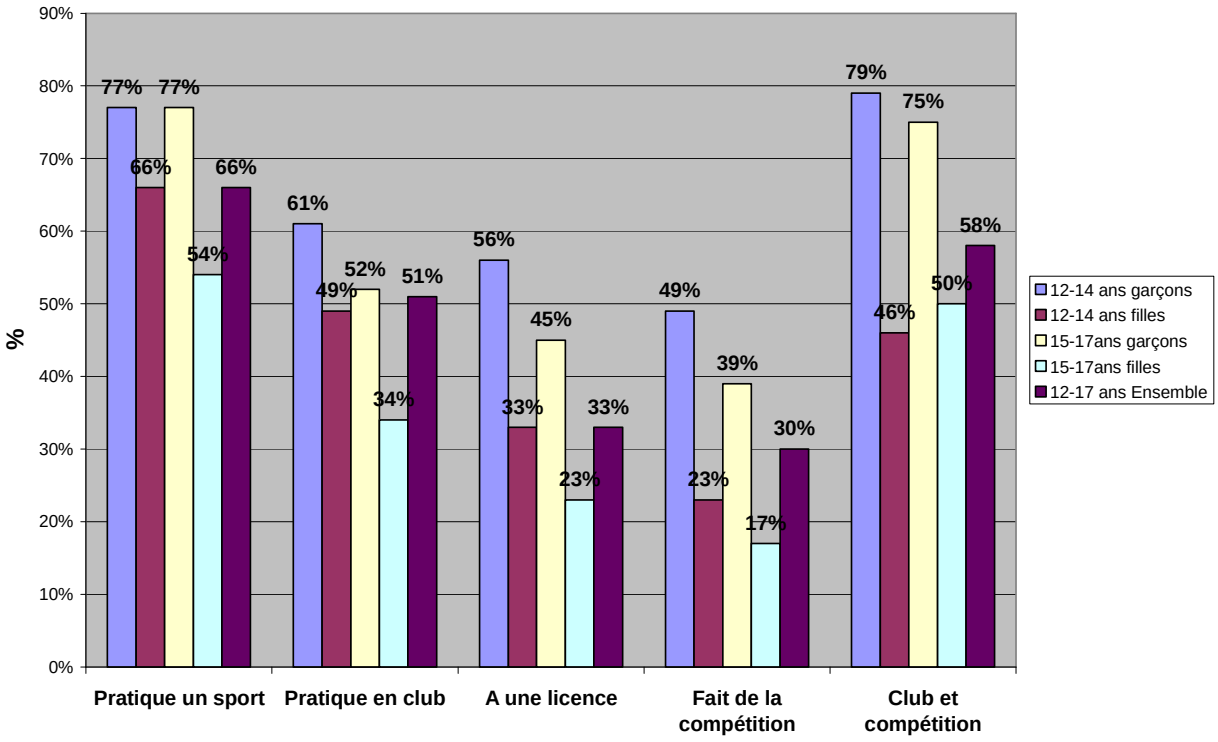
Figure 30. Taux de pratiquants d'une activité physique ou sportive chez les jeunes âgés de 12 à 17 ans en France selon le sexe



Source : Ministère des Sports, enquête sur les pratiques sportives des jeunes, novembre 2001 – D'après les données figurant dans INSEE Première n° 932, novembre 2003, tableau p 3- Graphique CESR de Bretagne

Cette chute de la pratique sportive à partir de 14-15 ans s'observe encore plus nettement pour ce qui est de la pratique en club, du nombre de licenciés et de la pratique compétitive.

Figure 31. Pratique sportive à l'adolescence selon le mode d'activité



Source : MJS/INSEP, Enquête sur les pratiques sportives, 2003,
Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30/09/2008 (graphique CESR de Bretagne)

- Les jeunes des filières professionnelles pratiquent beaucoup moins le sport que ceux des filières générales et technologiques

L'orientation scolaire influe sur la pratique sportive des jeunes. Après la troisième, les élèves orientés vers l'enseignement professionnel préparant à un CAP ou BEP ont une pratique sportive très inférieure à celle des élèves des lycées généraux et technologiques : 58 % contre 72 %. Les différences par sexe sont également plus marquées : 71 % au lieu de 81 % pour les garçons, 40 % au lieu de 63 % pour les filles[174]. Alors que l'écart de pratique entre les lycéennes (62%) et lycéens (80%) de 1ère et terminale de l'enseignement général et technologique est de 18 points, il est de 31 points.

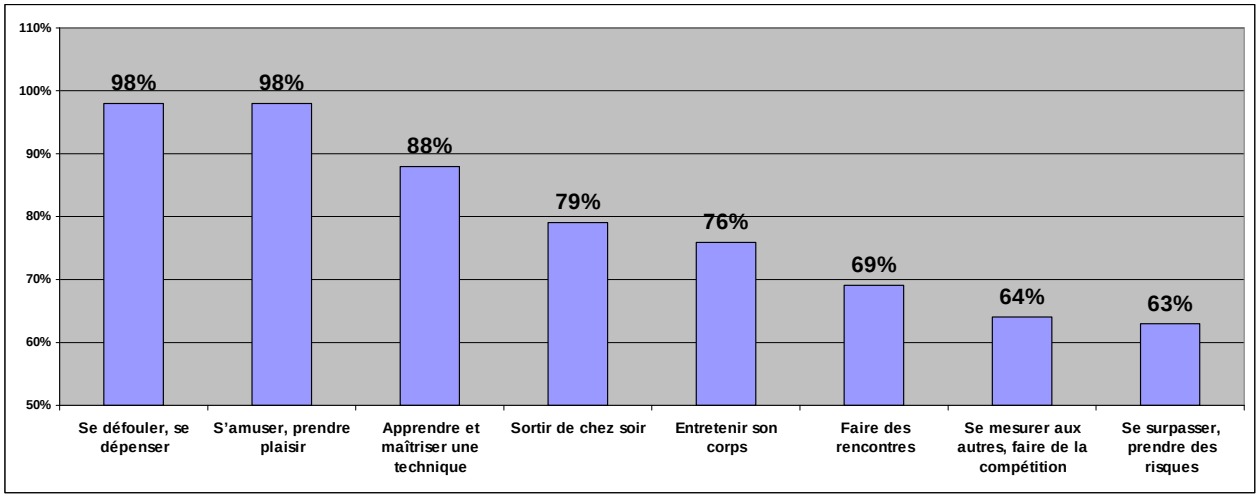
- Les motivations des jeunes sportifs: d'abord se dépenser, s'amuser et prendre du plaisir

Interrogés sur leurs motivations à pratiquer le sport, les jeunes de 12 à 17 ans avancent plusieurs éléments de réponse[175]. A la quasi-unanimité (98%), ils disent faire du sport pour se dépenser, s'amuser et prendre du plaisir. Ils recherchent également l'apprentissage et la maîtrise technique (88%) en même temps que l'entretien du corps (76%). Le dépassement de soi et la prise de risque (63%) arrivent à peu près au même niveau que le fait de pouvoir se mesurer aux autres et faire de la compétition (64%). Enfin, pour beaucoup, le sport est un moyen de sortir de chez soi (79%) et de faire des rencontres (69%).

[174] INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 3
[175] Source : INSEP/MJS, 2003. Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30 septembre 2008

La pratique sportive adolescente apparaît donc autant comme un moyen ludique d'épanouissement, d'apprentissage et de développement personnel que comme une opportunité de se construire à l'extérieur en allant à la rencontre de l'autre**.**

Figure 32. Les motivations des jeunes sportifs de 12 à 17 ans



Source : MJS/INSEP, Enquête sur les pratiques sportives, 2003, Audition de Patrick Mignon au CESR de Bretagne, le 30/09/2008 (graphique CESR Bretagne)

2) Les facteurs influençant la pratique sportive des jeunes

- Niveau de diplôme et revenu des parents sont des facteurs très discriminants, en particulier pour les filles

Les résultats de l'enquête de 2001 du Ministère des sports[176] montrent que le niveau de diplôme et les revenus des parents sont des facteurs très déterminants pour la pratique des APS par les jeunes. Ainsi, alors que 83% des jeunes ayant des parents diplômés au-delà du Bac pratiquent, ceux ayant des parents sans diplôme ne sont que 52%.

S'agissant du revenu, les jeunes dont les parents gagnent plus de 2745 € par mois sont 80% à faire du sport alors que ceux dont les parents gagnent moins de 1070 € ne sont que 58% à pratiquer une activité physique ou sportive.

Les différences d'accès à la pratique des APS chez les jeunes sont donc le reflet des inégalités socioéconomiques et socioculturelles existantes entre les familles, et ces inégalités sont encore plus discriminantes pour la pratique sportive des filles que pour les garçons. Ainsi, si l'on considère le niveau de revenu des parents, dans les familles dont le revenu mensuel est inférieur à 1830 €, seulement 45 % des filles font du sport contre 75% des garçons (écart de 30 points), alors que dans les familles dont les revenus mensuels dépassent 2745 €, on trouve 74% de sportives contre 83% de sportifs (écart de 9 points).

[176] INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 2, tableau 1

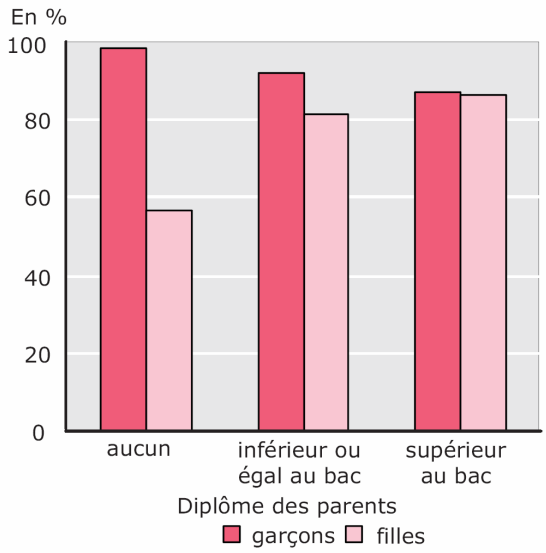
Tableau 6. Jeunes de 12 à 17 ans pratiquant un sport selon le niveau de diplôme des parents et leur revenu

	Garçons	Filles	Ensemble
Niveau de diplôme des parents			
Sans diplôme	64	44	52
Inférieur au bac	71	55	65
Bac	77	71	75
Supérieur au bac	92	76	83
Revenu[1] mensuel du foyer			
Inférieur à 1 830 euros	75	45	60
1 830 à 2 745 euros	75	67	71
Supérieur à 2 745 euros	83	74	80
Ensemble	**77**	**60**	**69**

Source : Ministère des sports, INSEE- Enquête « Pratique sportive des jeunes », novembre 2001 - Tableau extrait de INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 2, tableau 1

Si l'on considère à présent non plus le taux de pratique des filles et des garçons, mais *la fréquence* de la pratique, c'est-à-dire ici les jeunes sportifs qui pratiquent au moins une fois par semaine, on observe que les écarts entre les garçons et les filles se réduisent avec l'élévation du niveau d'étude des parents. Ainsi, parmi les filles qui font du sport, 57% en font au moins une fois par semaine quand les parents n'ont aucun diplôme contre 98% pour les garçons dans la même situation. En revanche, pour les filles et les garçons dont l'un des parents a un diplôme du supérieur, la fréquence de pratique entre filles et garçons est quasi-identique. On peut également observer que, chez les garçons, l'intensité de la pratique sportive tend à diminuer légèrement avec l'élévation du niveau d'étude des parents, alors que la tendance est inverse pour les filles.

Figure 33. Proportion de jeunes sportifs faisant du sport au moins une fois par semaine (intensité de pratique) selon le sexe et le niveau d'étude des parents.



Source : Ministère des sports, INSEE, Enquête « Pratique sportive des jeunes », novembre 2001 - Graphique extrait de INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 2, figure 1

- Avoir un parent qui fait du sport favorise la pratique des jeunes

Il ressort de cette enquête de 2001[177] que les jeunes de 12-17 ans dont le père ou la mère font du sport pratiquent plus souvent une activité physique ou sportive que ceux dont les parents ne font pas de sport : environ 80 % contre 60 %. Les adolescents et adolescentes dont la mère pratique souvent le sport ont un taux de pratique sportive quasi-identique (79 % pour les garçons contre 78 % pour les filles) alors que l'écart est de 16 points lorsque le père pratique souvent le sport (88% pour les garçons contre 72% pour les filles). A noter, à côté des parents, que l'influence des copains et copines se révèle également déterminante pour le choix d'un sport[178].

Tableau 7. Influence de la pratique sportive des parents sur celle des jeunes de 12 à 17 ans

	Garçons	Ffilles	Ensemble
Pratique sportive du père			
Aucune	70	50	60
De temps en temps	84	75	80
Souvent	88	72	80
Pratique sportive de la mère			
Aucune	74	52	63
De temps en temps	86	72	79
Souvent	79	78	78
Ensemble	**77**	**60**	**69**

Source : Ministère des sports, INSEE, Enquête « Pratique sportive des jeunes », novembre 2001 - Graphique extrait de INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 2, tableau 2

3) Les jeunes de 12 à 17 ans qui, en dehors de l'EPS à l'école, n'ont jamais pratiqué un sport ou qui l'ont abandonné

a) La non pratique en dehors de l'EPS

A partir de l'enquête de 2001, les travaux de l'INSEP[179] et du Ministère des Sports[180] permettent de mieux appréhender la non pratique sportive des jeunes de 12 à 17 ans et ses facteurs.

Il ressort tout d'abord de cette enquête qu'environ un tiers des jeunes de 12 à 17 ans (31%) -et davantage les filles (40%) que les garçons (23%)- ne répondent pas positivement à la question : *« Est-ce que vous avez, pendant l'année ou les vacances une activité physique ou sportive (en dehors des cours d'EPS à l'école) ? »*, ce qui n'implique pas nécessairement qu'ils n'ont jamais pratiqué le sport antérieurement en dehors de l'école.

A côté du déterminant du sexe, on retrouve, appliqués à la non pratique, mais en sens inverse, les facteurs socioculturels et économiques qui favorisent la pratique : la non pratique est plus répandue chez les jeunes dont les parents ont un niveau de diplôme et des revenus moins élevés et chez ceux dont les parents ne font pas de sport. De même, l'orientation scolaire vers l'enseignement professionnel tend à favoriser la non pratique.

[177] INSEE Première n° 932, « La pratique sportive des jeunes dépend avant tout de leur milieu socioculturel », novembre 2003, p 2
[178] Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002, « Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans », p 2
[179] Audition CESR de Bretagne du 30 septembre 2008
[180] Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002, « Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans »

Interrogés sur les raisons qu'ils ont de ne pas faire de sport, les jeunes concernés avancent d'abord la surcharge de travail scolaire (« J'ai trop de devoirs pour l'école ») pour 23% des garçons et 21% des filles. Puis le fait de ne pas aimer le sport (20% des filles, 15% des garçons), le manque de temps (15% des filles, 21% des garçons) et le sentiment que le sport obligatoire à l'école est suffisant (18% des filles contre 16% des garçons). Viennent ensuite les problèmes de santé pour un non pratiquant sur dix environ (9% des filles et 7% des garçons), puis à un niveau à peu près équivalent, autour de 6%, le fait de n'avoir pas trouvé le sport qui plaît et le coût perçu de la pratique.

Si l'on s'intéresse à présent aux jeunes de 12 à 17 ans les plus éloignés de la pratique sportive, c'est-à-dire à ceux qui déclarent ne pas pratiquer dans l'année en dehors de l'école *et* n'avoir jamais pratiqué un sport auparavant, ils représentent 11% de l'ensemble. En d'autres termes, entre 12 et 17 ans, en dehors des cours obligatoires d'EPS, un adolescent sur dix n'a jamais pratiqué de sport, avec un taux d'exclusion presque deux fois plus élevé chez les filles (14% des filles) que chez les garçons (8% des garçons).

Cette exclusion sportive, outre les raisons de santé, est fortement influencée par des facteurs socioculturels : les jeunes ne pratiquant pas et n'ayant jamais pratiqué le sport représentent 19% des enfants de familles sans diplôme, contre 7% des enfants des familles de niveau bac et supérieur. Pour ces adolescentes et adolescents, l'éducation physique et sportive obligatoire à l'école, au collège ou au lycée, représente donc l'unique chance d'accès à la pratique sportive.

b) L'abandon de la pratique sportive

S'agissant des jeunes non sportifs *ayant déjà pratiqué* un sport en dehors de l'école auparavant et l'ayant *abandonné* en cours de route, on trouve là aussi une proportion de filles (26%) presque deux fois plus élevée que celle des garçons (15%).

- Les disciplines les plus abandonnées

Parmi les disciplines sportives les plus abandonnées par les jeunes de 12 à 17 ans, qu'ils ne pratiquent plus de sport en dehors de l'école ou qu'ils aient bifurqués vers d'autres disciplines, on trouve souvent celles dont les exigences sont réputées élevées, notamment le judo et autres arts martiaux, la danse et la gymnastique. Ainsi, si l'on prend le judo, alors que 8% des 12-17 ans déclarent le pratiquer actuellement, ils sont 21% à le pratiquer *ou à l'avoir pratiqué dans le passé*. Pour la danse, le taux varie de 12% à 22% et pour la gymnastique, de 10% à 19%. En revanche pour des disciplines telles que le football, le basket, la natation, le tennis ou les sports de glace, la proportion d'abandons est beaucoup plus faible à l'adolescence.

Tableau 8. Les principaux sports pratiqués et abandonnés par les jeunes de 12 à 17 ans en France en 2001

	Parmi les jeunes, pourcentage		
Activité	**de pratiquants actuels**	**de ceux qui ont abandonné**	**de pratiquants actuels ou dans le passé**
Judo et autres arts martiaux	8	14	21
Danse	12	9	22
Gymnastique	10	9	19
Football	32	6	37
Basket	18	4	22
Natation	39	4	43
Tennis	16	3	19
Sports de glace	10	3	13

Lecture : 14% des jeunes ont pratiqué les arts martiaux dans le passé et ne les pratiquent plus, 8% les pratiquent actuellement. Au total, 21% des jeunes ont pratiqué ou pratiquent les arts martiaux. (les pourcentages sont arrondis).
Le judo représente 4 sur 10 des pratiquants actuels d'art martiaux et 6 sur 10 des arts martiaux abandonnés.

Source : Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002, « Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans »

- Les motifs invoqués par les adolescents pour l'abandon

Selon le Ministère des sports, « les jeunes abandonnent un sport pour divers motifs, liés à la nature même de l'activité sportive, à l'environnement (incompatibilité d'emploi du temps, contraintes familiales, etc.), à des problèmes matériels, ou à des insatisfactions relatives à l'ambiance, au niveau atteint ou à l'encadrement dans la pratique d'une discipline[181] ». La principale raison d'abandon est l'activité elle-même : 37% disent avoir abandonné parce que l'activité ne leur plaisait pas, la plupart en retrouvant d'ailleurs une autre après ; 21 % citent des problèmes d'emplois du temps (motif revenant plus fréquemment avec l'avancée en âge) et 15%, le sentiment de ne pas progresser.

Pour Patrick Mignon, les motifs les plus invoqués sont « trop d'exigence, lassitude, déception, coût et concurrences des autres loisirs… ».

Des facteurs familiaux, socioculturels et matériels interviennent aussi dans les abandons : dans les familles où les parents sont sans diplôme, 25% des jeunes déclarent avoir abandonné parce que personne ne pouvait les accompagner ou qu'il n'existait pas de transport, contre 3% pour les enfants dont les parents sont diplômés[182].

Un autre motif d'abandon est souligné par l'INSERM : la perception du risque d'accident par les parents, en particulier pour les 5-12 ans[183], mais on peut émettre l'hypothèse que cette raison joue aussi, même dans une moindre mesure, à l'adolescence.

[181] Source : Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002, « Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans », p4
[182] Source : Ministère des sports, Stat-Info n° 02-04, octobre 2002, « Le sport chez les jeunes de 12 à 17 ans », p4
[183] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », dossier de presse, 1er avril 2008, p 4. L'INSERM fait cette remarque pour les 5-12 ans et non pour les 12-17 ans

B) En Bretagne : étude de l'ORSB sur la santé des jeunes collégiens et lycéens scolarisés et ses données sur les activités extrascolaires dont le sport

Dans son enquête réalisée en 2007 sur la santé des jeunes en Bretagne et publiée en juillet 2008[184], l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) s'est intéressé aux activités extrascolaires des *collégiens et lycéens scolarisés*, dont leur pratique sportive. Outre leur dimension régionale, ces données permettent de mettre en perspective et, pour reprendre l'expression du sociologue Patrick Mignon[185], de « relativiser » la pratique sportive dans les activités extrascolaires des jeunes et de l'analyser selon l'âge et le type d'établissement fréquenté. L'ORSB a aussi interrogé les jeunes sur leur perception du dopage sportif.

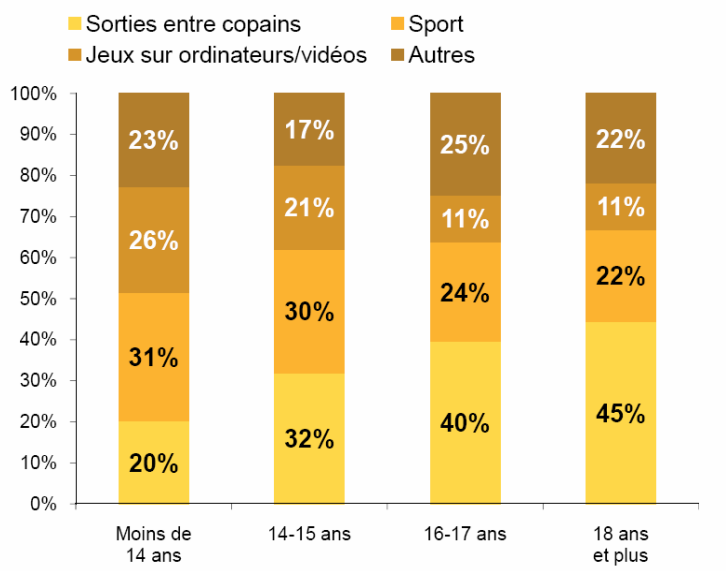
1) Le sport, deuxième activité extrascolaire des jeunes en Bretagne après les sorties entre amis

Après les sorties entre amis, citées par 35% des répondants, le sport est l'activité extrascolaire préférée des collégiens et lycéens en Bretagne (27%), tous sexes confondus. Les jeux vidéo arrivent en troisième position, avant la télévision (en 2001, celle-ci arrivait avant les jeux vidéo).

Adolescentes et adolescents n'ont pas les mêmes préférences : les filles privilégient davantage les sorties entre amis que ne le font les garçons (41% contre 28%) alors que pour le sport, c'est l'inverse (38% des garçons contre 18% des filles).

D'une manière générale, avec l'avancée en âge, la pratique sportive diminue tandis que les sorties entre amis augmentent.

Figure 34. Les activités extrascolaires selon l'âge

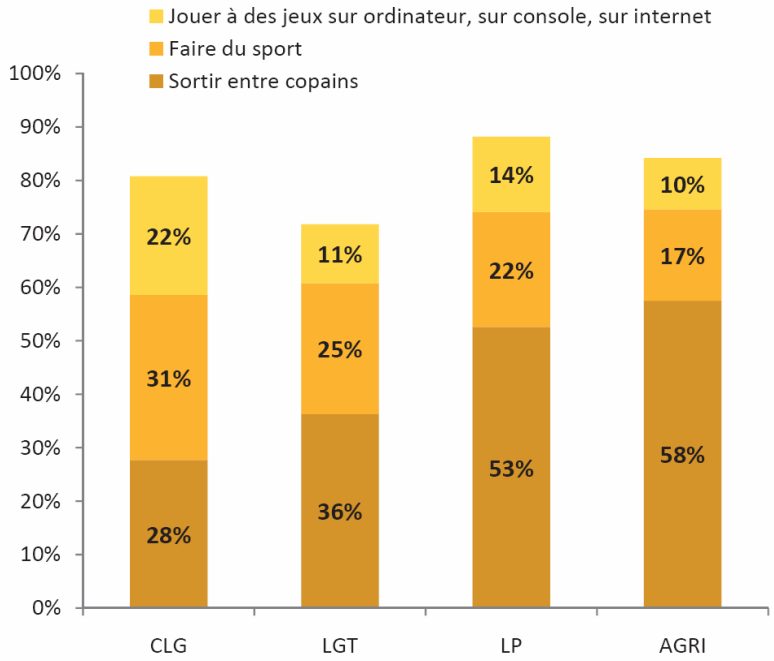


Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes en Bretagne – 2007 – Graphique extrait de la partie « Synthèse des principaux résultats », juillet 2008, p 7

[184] ORSB, « La santé des jeunes scolarisés en Bretagne », parties « conditions de vie » et « principaux résultats », juillet 2008 – Enquête réalisée en avril 2007 auprès de 51 établissements tirés au sort : 30 collèges, 12 lycées généraux et technologiques, 5 lycées professionnels et 4 établissements agricoles.
[185] Audition CESR du 30 septembre 2008

Enfin, s'agissant des activités extrascolaires, on observe des différences selon l'orientation scolaire, plus précisément selon le type d'enseignement suivi. Les sorties entre amis occupent une place plus importante chez les lycéens de l'enseignement professionnel (53%) et agricole (58%) que chez ceux de l'enseignement général et technologique (36%). C'est l'inverse pour la pratique sportive : 25% en LGT, 22 % en LP et 17% en Lycée agricole. Alors qu'un lycéen sur trois de l'enseignement général et technologique dit ne pas avoir de pratique sportive (33%), ils sont 40% en lycée professionnel, et presque un sur deux en lycée agricole (48%).

Figure 35. Les trois principales activités extrascolaires selon le type d'établissement fréquenté

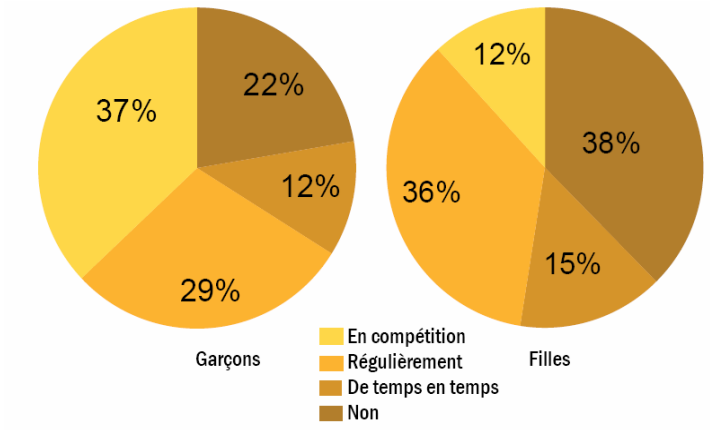


Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes scolarisés en Bretagne - Partie « Conditions de vie » - septembre 2008 – Graphique p 10 (plusieurs réponses étaient possibles)

2) Type et intensité de la pratique sportive des collégiens et lycéens en Bretagne

7 jeunes sur 10 en Bretagne pratiquent une activité sportive *depuis un an*. Plus de la moitié (54%) d'entre eux sont inscrits dans un club ou une association. Les garçons font davantage de sport que les filles (78% contre 62%) et sont davantage attirés par la pratique compétitive (37% contre 12% des filles). En revanche une proportion légèrement supérieure de filles (36%) déclare pratiquer régulièrement le sport. Il faut toutefois nuancer ce dernier résultat, car le plus souvent, la pratique compétitive des garçons implique aussi un entraînement régulier.

Figure 36. Type et intensité de pratique sportive selon le sexe chez les collégiens et lycéens scolarisés en Bretagne en 2007

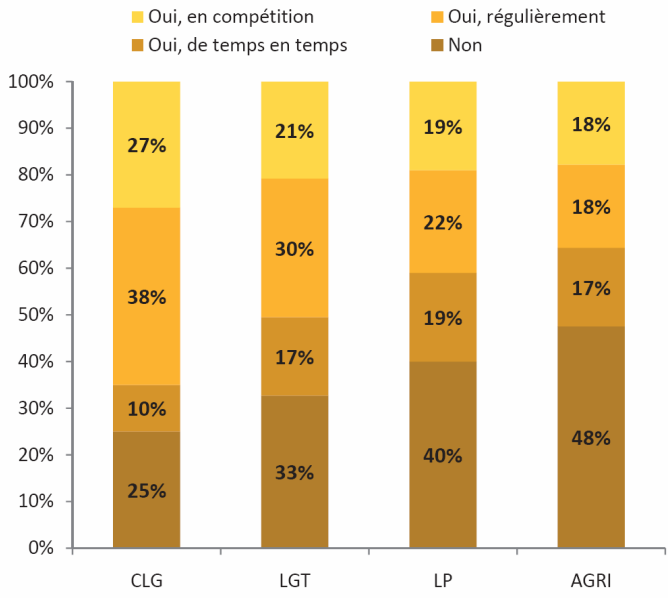


Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes en Bretagne – 2007 – Graphique extrait de la partie « Synthèse des principaux résultats », juillet 2008, p 7

La pratique sportive régresse avec l'avancée en âge : 82% des moins de 14 ans font du sport contre 61% des 18 ans et plus. La pratique sportive régulière et compétitive est plus répandue chez les collégiens que chez les lycéens.

Entre élèves scolarisés en lycées généraux et technologiques, lycées professionnels et lycées agricoles, la proportion de ceux qui pratiquent le sport de compétition est quasi identique, autour de 20%. En revanche, la pratique régulière est moins fréquente chez les élèves de l'enseignement professionnel (18%) et agricole (22%) que chez ceux des lycées généraux et technologiques (30%). Comme déjà signalé, c'est surtout la non pratique sportive qui fait la différence (33% en LGT, 40% en LP et 48% en Lycée agricole).

Figure 37. Pratique sportive selon le type d'établissement fréquenté par les collégiens et lycéens scolarisés en Bretagne en 2007



Source : ORS Bretagne – La santé des jeunes scolarisés en Bretagne - Partie « Conditions de vie » - septembre 2008 – Graphique p 10 (plusieurs réponses étaient possibles)

4.4. Quelques repères sur la prévalence et les risques de l'excès pondéral en France et en Bretagne

Si l'activité physique, par la dépense énergétique qu'elle induit, est l'un des moyens permettant de limiter l'excès pondéral, notion regroupant le surpoids et l'obésité, son rôle ne doit pas être surestimé. D'autres facteurs entrent en ligne de compte : l'alimentation (apport énergétique), la génétique ainsi que d'autres déterminants biologiques, psychologiques, familiaux, socioculturels, économiques, environnementaux, etc.

Ces limites étant posées, dans un chapitre consacré à l'activité physique, au sport et à la santé, il paraît important de poser quelques repères sur l'excès pondéral en France et en Bretagne, les états de surpoids et l'obésité étant en augmentation avec de fortes inégalités et disparités populationnelles.

Avertissement : les dates et méthodologies d'enquête ainsi que les tranches d'âge pouvant varier d'une étude à l'autre[186], certains chiffres peuvent différer sensiblement. Malgré certains écarts de résultats, ces travaux complémentaires sur l'excès pondéral permettent de mieux appréhender le phénomène et d'entrevoir certaines tendances.

4.4.1. L'excès pondéral chez les adultes en France et en Bretagne

4.4.1.1. L'excès pondéral chez les adultes en France

A) Etude nationale nutrition santé 2006

Selon l'Etude nationale nutrition santé de 2006[187] réalisée dans le cadre du Plan national nutrition santé (PNNS), la moitié des adultes français âgés de 18 à 74 ans (49.3%) est en situation d'excès pondéral, c'est-à-dire en surpoids ou obèse. L'excès pondéral concerne davantage les hommes (57.2%) que les femmes (41.4%).

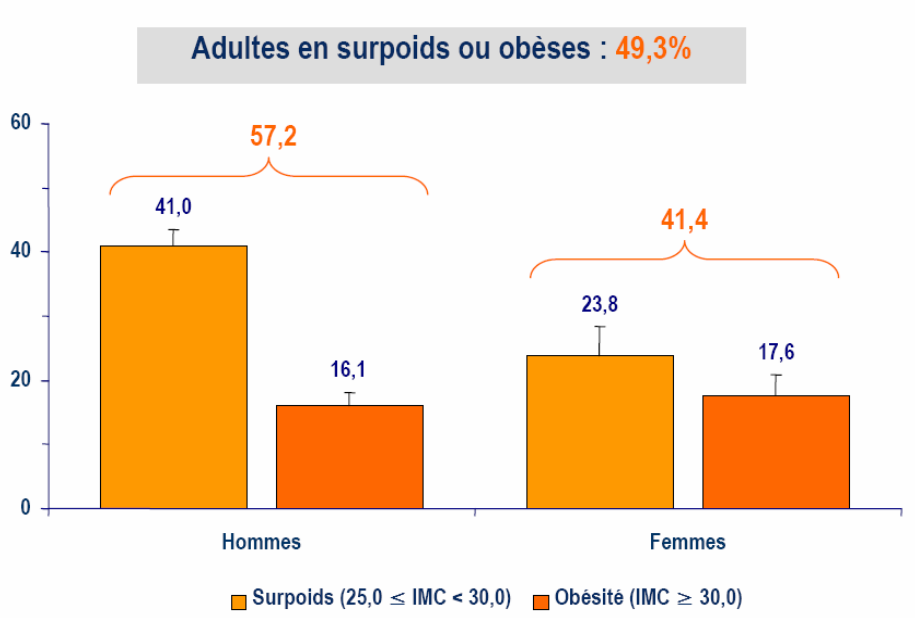
La proportion d'adultes en surpoids (obésité non incluse), tous sexes confondus, est deux fois plus importante que celle des adultes obèses : 32.4% contre 16.9% de l'ensemble des adultes.

L'obésité touche un peu plus les femmes (17.6%) que les hommes (16.1%), en revanche, la part d'hommes en surpoids (41%) est presque le double de celle des femmes (23.8%).

[186] ENNS 2006, AFSSA-INCA 2, INSEE, ORSB,…

[187] INVS (Unité de surveillance et d'épidémiologie nutritionnelle - USEN), CNAM, Université Paris 13- ENNS 2006, Situation nutritionnelle en France en 2006 selon les indicateurs d'objectif et les repères du Programme national nutrition santé (PNNS), Premiers résultats, colloque PNNS du 12 décembre 2007 – Rapport et diaporama consultés le 28 octobre 2009 sur http://www.invs.sante.fr/

Figure 38. Part des adultes de 18 à 74 ans en surpoids selon le sexe en 2006 (ENNS)

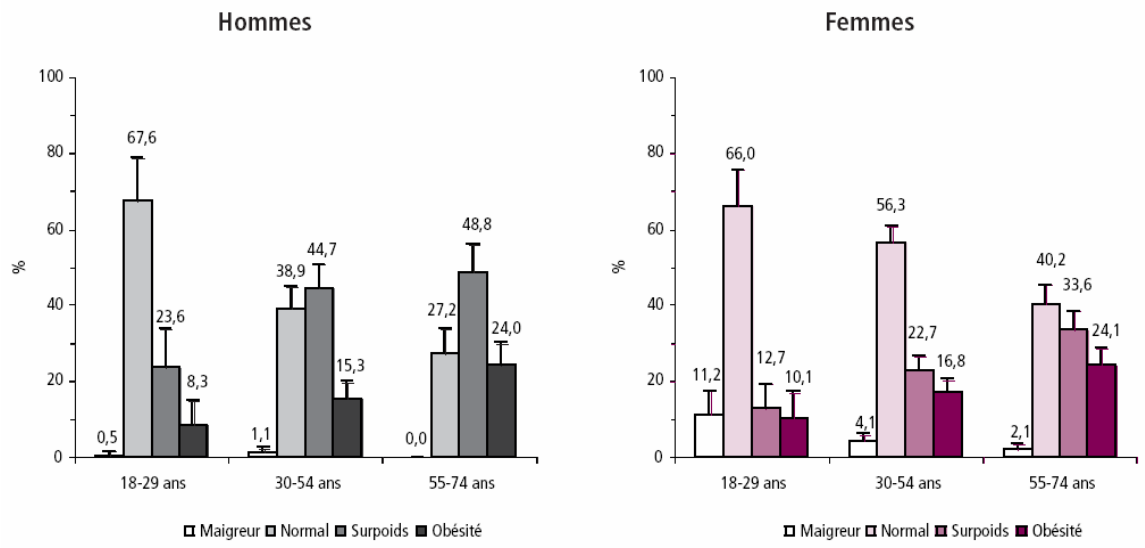


Source : INVS-ENNS 2006 – Diaporama du colloque PNNS du 12 décembre 2007, Graphique extrait de la diapo 43.

Chez les hommes, comme chez les femmes, la proportion d'adultes en excès pondéral augmente avec l'âge ; cela est vrai pour le surpoids sans obésité comme pour l'obésité.

La maigreur (sous-poids) touche quasi exclusivement les femmes, notamment les jeunes. Entre 18 et 29 ans, la proportion des jeunes femmes atteinte de maigreur, (11.2%) est presque identique à la proportion des jeunes femmes obèses (10.1%).

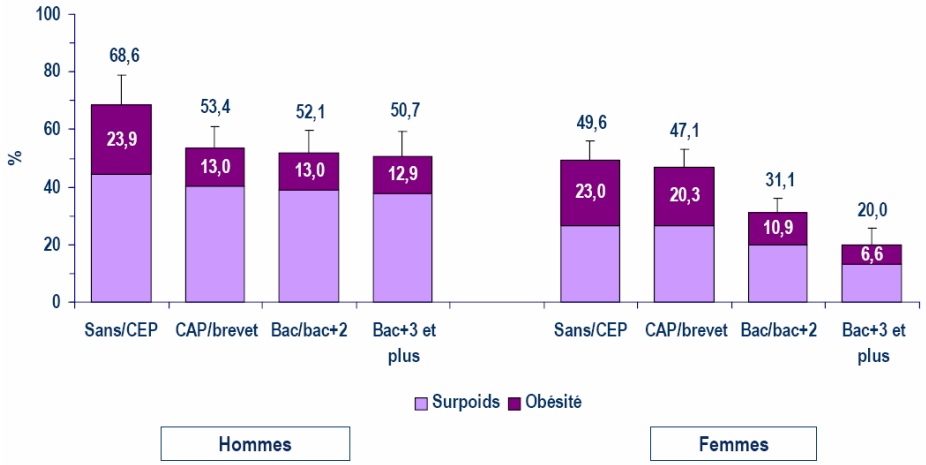
Figure 39. Distribution des hommes et des femmes de 18-74 ans selon la corpulence et selon l'âge en France en 2006 (ENNS 2006)



Source : INVS – ENNS 2006 – Premiers résultats – Rapport publié lors du colloque du PNSS du 12 décembre 2007 – p 41

Enfin, en termes d'excès pondéral, il faut souligner les fortes inégalités existantes selon le niveau d'étude et la catégorie socioprofessionnelle. Le surpoids sans obésité et l'obésité affectent davantage les populations qui, sur les plans culturel et socioéconomique, sont défavorisées.
S'agissant du niveau d'étude, on observe qu'il est plus discriminant pour les femmes que pour les hommes.

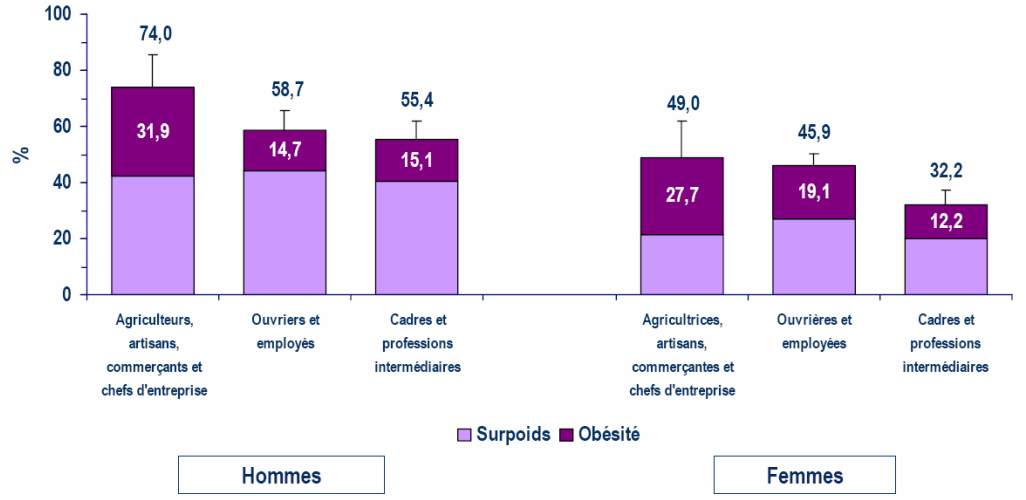
Figure 40. Excès pondéral et niveau de diplôme chez les adultes de 18 à 74 ans en France en 2006 (ENNS 2006)



Source : INVS-ENNS 2006 – Diaporama du colloque PNNS du 12 décembre 2007, Graphique extrait de la diapo 55

Concernant les catégories socioprofessionnelles, les agriculteurs, artisans, commerçants et chefs d'entreprise sont davantage touchés par l'excès pondéral que les ouvriers et employés. Les cadres et professions intermédiaires sont les catégories les plus épargnées par le surpoids et l'obésité. On observe par ailleurs que la catégorie socioprofessionnelle est encore plus discriminante pour l'obésité que pour le surpoids, chez les femmes comme chez les hommes.

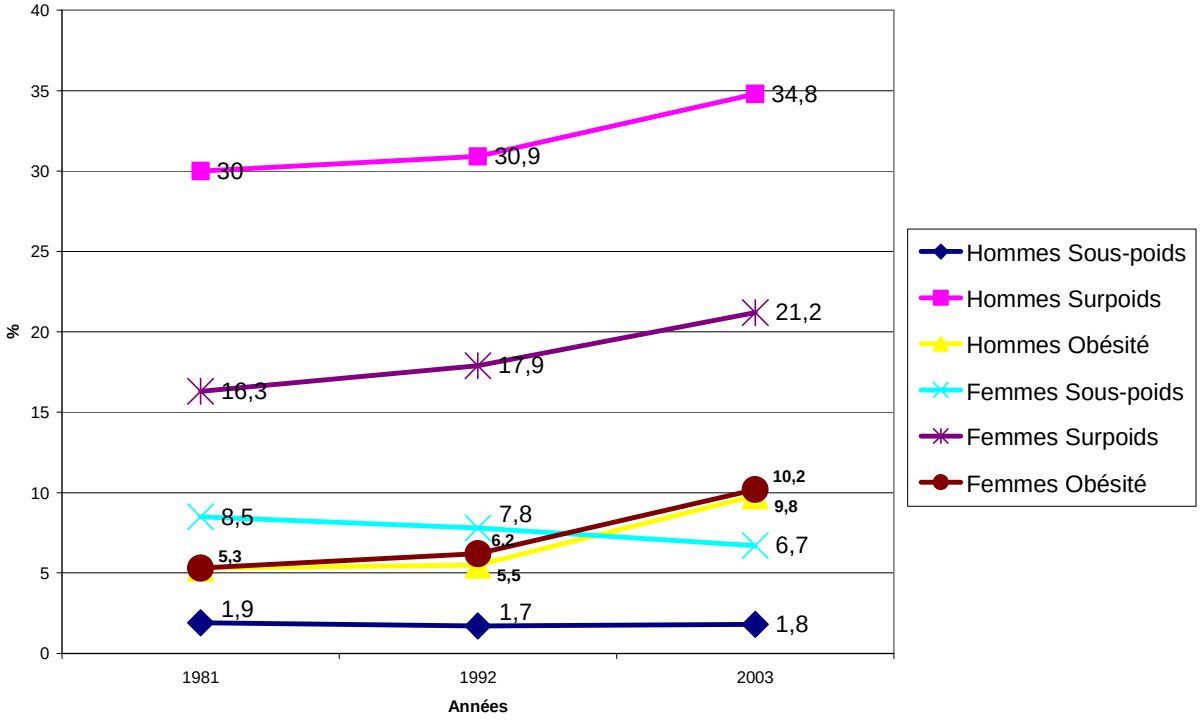
Figure 41. Excès pondéral selon la catégorie professionnelle et le sexe des adultes de 18 à 74 ans en France en 2006 (ENNS 2006)



Source : INVS-ENNS 2006 – Diaporama du colloque PNNS du 12 décembre 2007, Graphique extrait de la diapo 56

Si l'on considère à présent non plus la situation actuelle de l'excès pondéral chez les adultes mais *son évolution*, on observe, d'après les travaux de l'INSEE, que sa prévalence dans la population française a fortement progressé de 1981 à 2003, avec une accélération à partir du début des années 1990, chez les femmes comme chez les hommes, pour le surpoids sans obésité comme pour l'obésité.

Figure 42. Prévalence du sous-poids, du surpoids et de l'obésité en France chez les adultes de 18 à 65 ans entre 1981 et 2003 selon le sexe (INSEE)



Source : INSEE, « Enquêtes sur la santé et les soins médicaux, Insee Première N°1123 - février 2007, « L'obésité en France : les écarts entre catégories sociales s'accroissent » - Graphique réalisé par le CESR de Bretagne à partir des données complémentaires disponibles sur www.insee.fr le 28 octobre 2009.

B) Etude INCA 2 2006/2007 de l'AFSSA

Les résultats plus récents de l'enquête INCA 2-2006/2007 de l'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA), publiés en 2009, confirment, avec quelques différences marginales, ceux de l'ENNS 2006. Selon celle-ci, entre 1997 et 2006, la prévalence du surpoids sans obésité est restée stable (autour de 30% des adultes) alors que celle de l'obésité a continué à progresser, passant de 8.6% à 13.1 %[188]. Cette augmentation a concerné toutes les classes d'âge, les différents milieux socioéconomiques et l'ensemble des régions. Alors que, jusqu'en 2003, l'obésité progresse également chez les femmes et les hommes, de 2003 à 2006, cette augmentation a été plus faible chez les hommes, relativement aux femmes. Enfin, les formes graves d'obésité n'ont cessé de croître.

[188] D'après les données nationales triennales Obépi

C) Etude Obépi/Roche 2009

Plus récemment encore, l'enquête épidémiologique nationale sur le surpoids et l'obésité « Obépi/Roche 2009 »[189] a confirmé cette progression inquiétante du surpoids et de l'obésité dans la population française. La synthèse des principaux résultats de cette étude est reprise dans l'encadré ci-après. Suivent quelques graphiques, extraits du rapport Obépi 2009, qui permettent de mieux mesurer cette évolution depuis 1997 selon l'Indice de masse corporelle (IMC), l'âge, le sexe et la catégorie socio-professionnelle.

Enquête ObEpi/Roche 2009 –EXTRAIT-

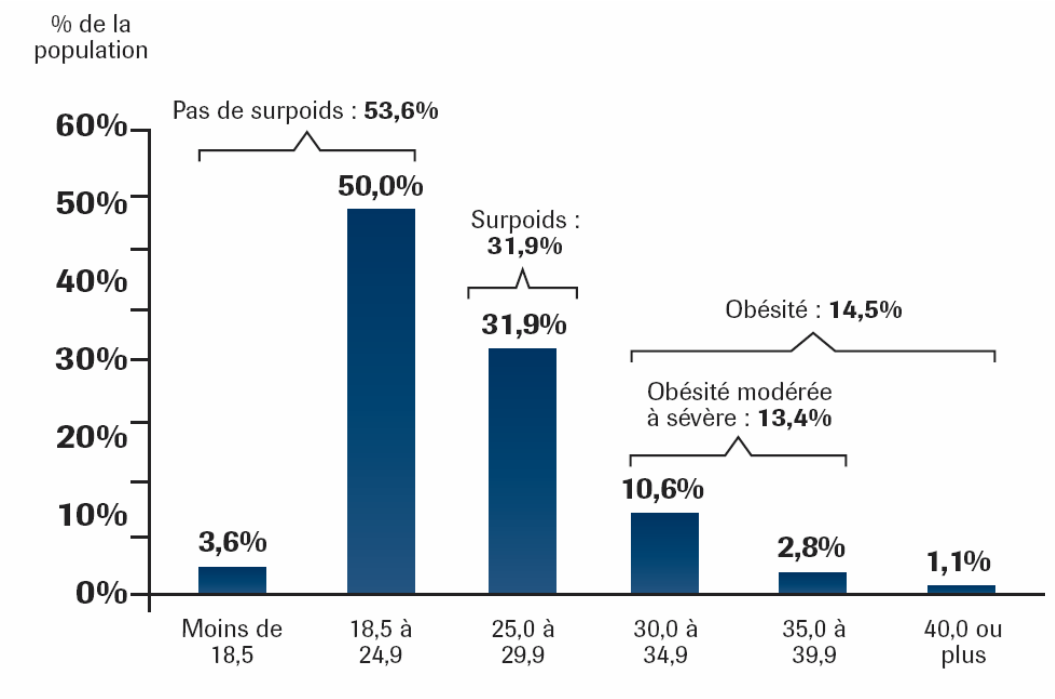
Surpoids et Obésité de l'adulte de plus de 18 ans en 2009 – Résultats et évolutions

« En 2009, 31,9% des Français adultes de 18 ans et plus sont en *surpoids* (25 ≤IMC < 30 kg/m2) et 14,5% sont *obèses* (IMC ≥ 30 kg/m2).

• Par rapport à la prévalence [de l'obésité] estimée en 2006 (13,1%), la prévalence en 2009 représente une nouvelle augmentation de +10,7%. Dans les précédentes études l'augmentation avait été de +18,8% entre 1997 et 2000, de +17,8% entre 2000 et 2003 et de +10,1% entre 2003 et 2006. Au total, l'augmentation relative moyenne est de + 5,9% par an depuis 12 ans.
• En extrapolant ces résultats à la population française, on dénombrerait, en 12 ans, 2 922 000 nouveaux obèses quand la population totale des adultes obèses compte 6 488 131 individus.
• La prévalence de l'obésité est plus élevée chez les femmes (15,1% versus hommes : 13,9% ; $p < 0.01$). L'augmentation relative de la prévalence de l'obésité entre 2006 et 2009 a été identique chez les hommes (+11,2%) et les femmes (+11%). Cette augmentation relative est particulièrement importante chez les 25-34 ans (+19,5%).
• Quel que soit le sexe, la prévalence de l'obésité augmente avec l'âge, comme attendu. Chez les hommes après 45 ans, elle est supérieure à 15% avec un pic à 20,1% pour la tranche d'âge 55-64 ans. Même tendance chez les femmes : prévalence supérieure à 14% au-delà de 35 ans et pic à 19,5% pour les 55-64 ans.
• On note en 2009 une augmentation de la prévalence de l'obésité dans toutes les catégories socioprofessionnelles mais à des vitesses inégales ; la prévalence de l'obésité restant parallèlement inversement proportionnelle au niveau d'instruction.
• La prévalence de l'obésité augmente quelle que soit la catégorie d'agglomération. Elle devient en 2009 inversement proportionnelle à la taille de l'agglomération.
• Entre 1997-2000, 2000-2003, 2003-2006, et enfin entre 2006-2009, le poids moyen des Français adultes a augmenté, en moyenne, de respectivement 0.8, 1.0, 0.4 puis 0.9 kg ($p < 0.01$), soit au total 3,1 kg en 12 ans. Sur cette période de 12 ans, la taille moyenne a augmenté de 0,5 cm.
• L'IMC moyen passe de 24,3 kg/m2 en 1997 à 24,6 kg/m2 en 2000, 24,9 kg/m2 en 2003, 25,0 kg/m2 en 2006 et 25,3 kg/m2 en 2009 ($p < 0.01$) soit une augmentation moyenne de l'IMC de 1 kg/m2 depuis 1997.
• Le tour de taille de la population augmente, passant de 85,2 cm en 1997 à 86,9 cm en 2000, 87,9 cm en 2003, 88,8 cm en 2006, et enfin 89,9 cm en 2009, soit +4,7 cm au total en 12 ans. Le tour de taille augmente avec l'âge quel que soit le sexe. Depuis 2000, le taux de sujets dépassant la valeur du seuil NCEP[190] est passé de 25,3% à 33,5% (augmentation relative de +8,8% depuis 2006). Cette augmentation est particulièrement visible chez les moins de 18-24 ans : 11,8% augmentation relative de +43,9% depuis 2006) et les 25-34 ans : 17,8% (augmentation relative de +29,2% depuis 2006)[191]. »

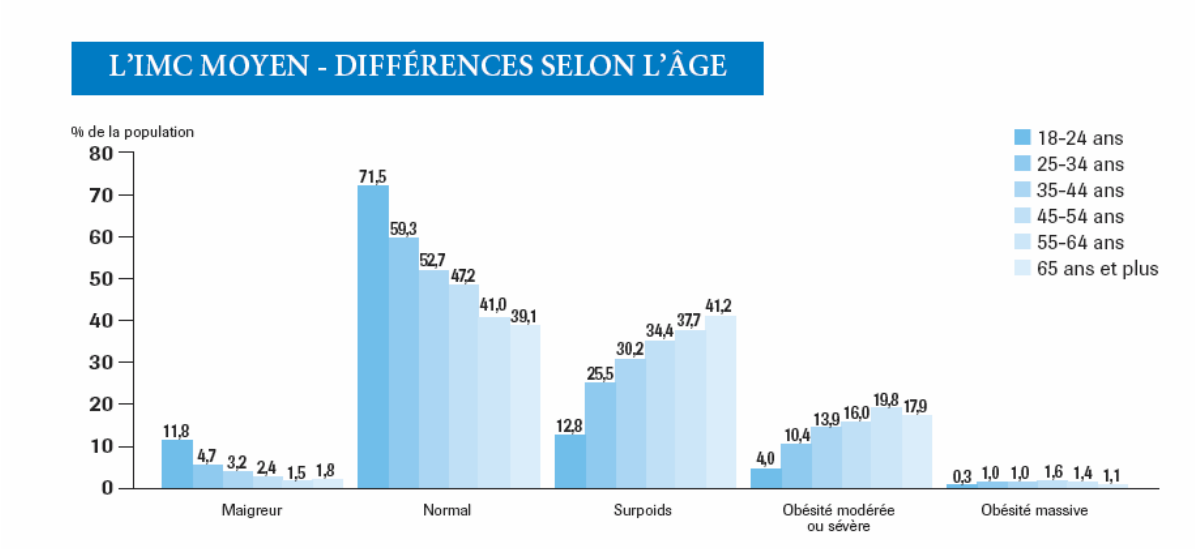
[189] « Obépi/Roche 2009 »
[190] Différents seuils ont été établis pour analyser le tour de taille, le seuil IDF où le sujet ne doit pas grossir (94 cm pour l'homme et 80 cm pour la femme) et le seuil NCEP où le sujet doit perdre du poids (102 cm pour l'homme et 88 cm pour la femme).
[191] Enquête Obépi/Roche 2009 p 17 et 18

Figure 43. Répartition des niveaux d'Indice de Masse Corporelle (IMC) chez les adultes de 18 ans et plus en France en 2009 (ObEpi/Roche 2009)



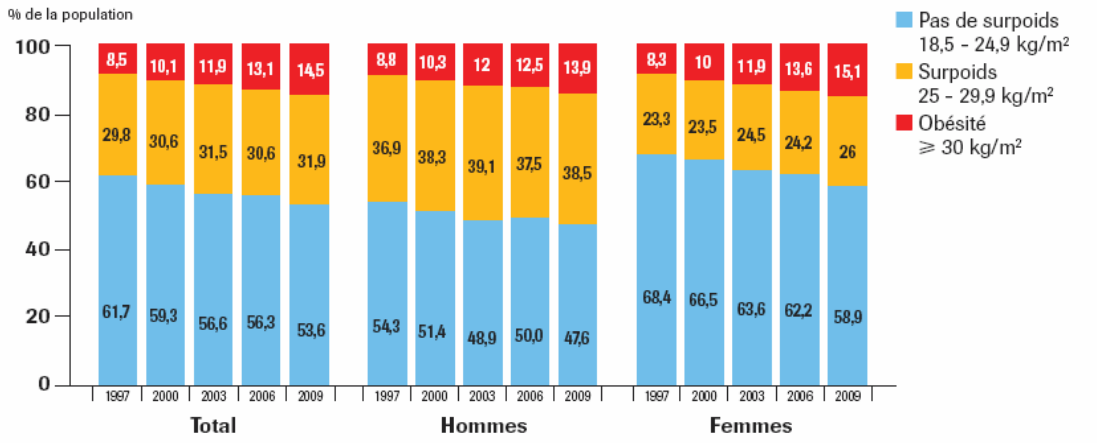
Source : Enquête Obépi/Roche 2009, Graphique p 21

Figure 44. Etat pondéral de la population âgée de 18 ans et plus selon l'âge en France en 2009 (Obépi)



Source : Enquête Obépi/Roche 2009, Graphique p 25

Figure 45. Évolution de l'Indice de masse corporelle (IMC) dans la population des 18 ans et plus en France selon le sexe entre 1997 et 2009



Source : Enquête Obépi/Roche 2009, Graphique p 25

Figure 46. Évolution de la population adulte obèse par catégorie socio-professionnelle entre 1997 et 2009

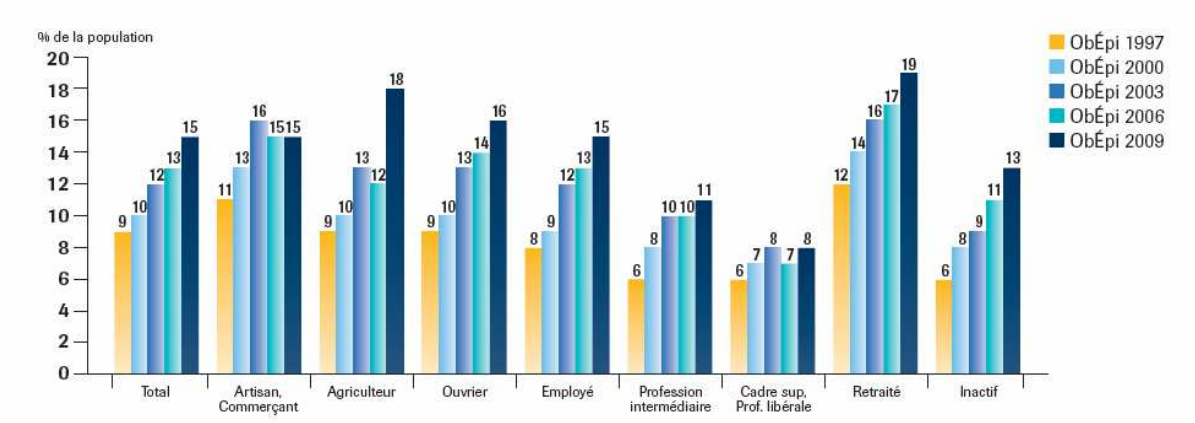


Figure 28 : Répartition de la population adulte obèse par catégorie socio-professionnelle depuis 1997

Source : Enquête Obépi/Roche 2009, Graphique p 29

4.4.2. L'excès pondéral chez les adultes en Bretagne

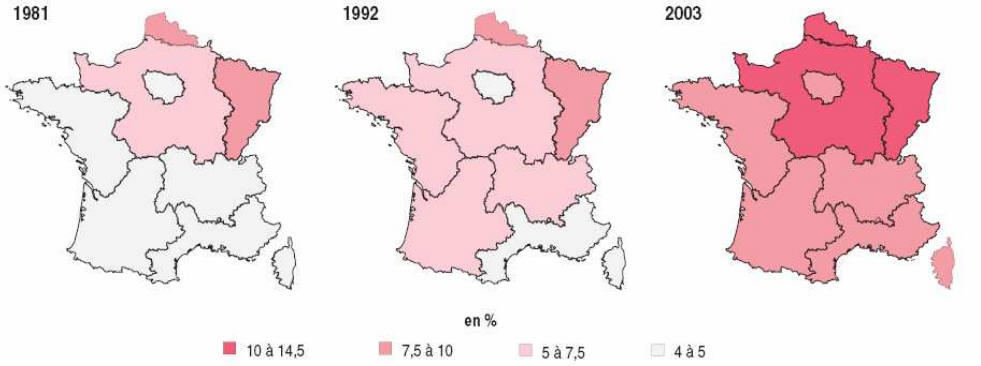
En 2003, l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) a publié un premier état des lieux sur l'excès pondéral en Bretagne, suivi d'un bilan, en 2006[192], sur les données disponibles pour alimenter les indicateurs nutrition-santé régionaux. Le premier constat est celui de la faiblesse des données existantes pour apprécier la situation à l'échelle régionale. Sur le fond, les quelques travaux disponibles, bien que partiels, permettent quand même d'entrevoir *« une situation bretonne favorable pour les adultes, qui paraissent moins touchés par l'excès de poids que leurs homologues français[193] ».*

Les travaux de l'INSEE[194] ainsi que l'Enquête épidémiologique nationale sur le surpoids et l'obésité (Obépi) confirment que, chez les adultes, l'obésité est plus répandue dans le quart Nord-est de la France que dans le reste de l'Hexagone, le quart Nord-ouest apparaissant comme relativement épargné.

Selon l'enquête Obépi 2009[195], *« les 3 régions composant l'Ouest ont toutes des prévalences de l'obésité inférieure à la moyenne nationale. Tendanciellement, on peut noter que cette prévalence croît au fur et à mesure que l'on descend vers le sud : ainsi en 2009, la Bretagne compte 12,2% d'obèses, les Pays de Loire 13,3% et le Poitou-Charentes 14,2% ».* Par comparaison, ces taux étaient respectivement de 20,5 % en région Nord-Pas-de-Calais et de 17,8 % en Alsace…

Pour autant, même si la Bretagne apparaît comme une région relativement « svelte », entre 1997 et 2009, la prévalence de l'obésité dans la population y a progressé plus vite que la moyenne nationale métropolitaine : + 82% % contre +70,6%[196]. Ce rattrapage de l'Ouest de la France apparaît nettement sur les cartes de l'INSEE ci-après qui décrivent la progression de l'obésité en France depuis 1981 ainsi que sur la carte suivante extraite de l'enquête Obépi 2009.

Carte 1. Evolution de la prévalence de l'obésité par grandes régions françaises entre 1981 et 2003

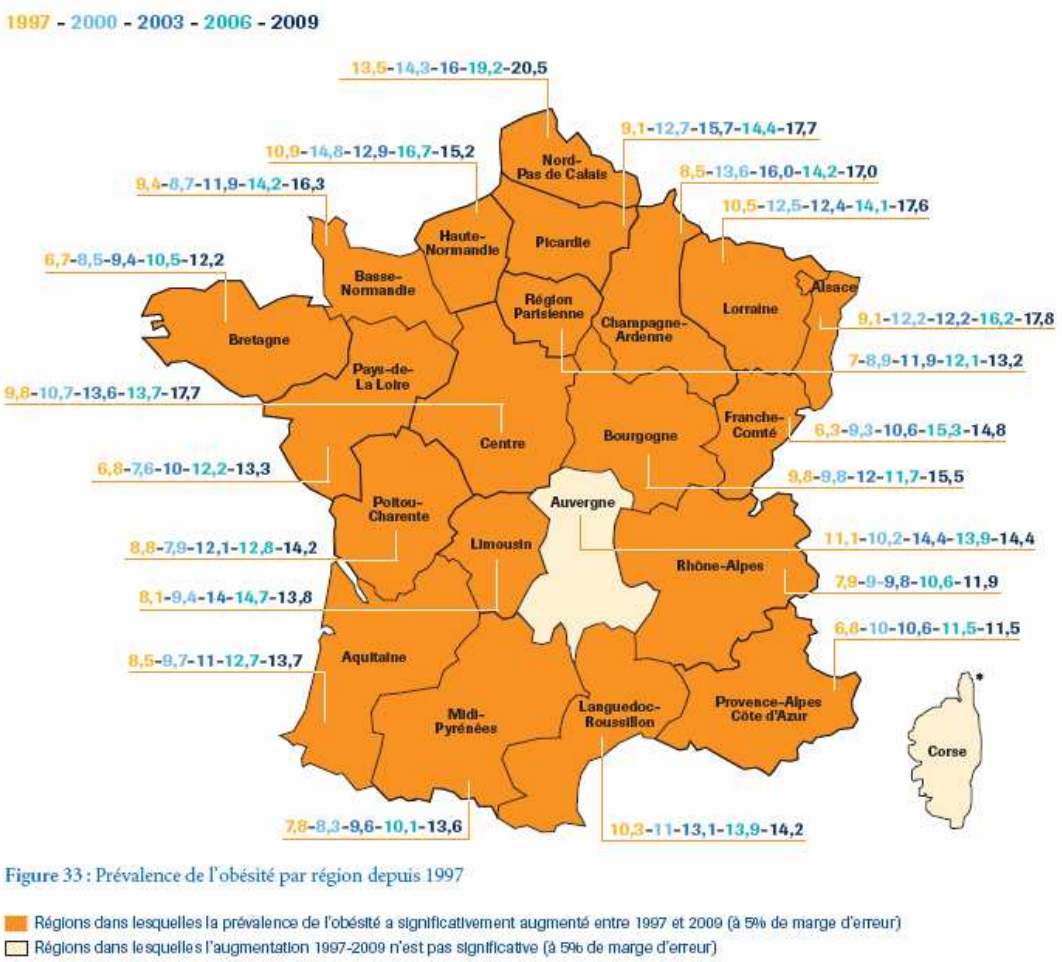


Lecture : en 1981, l'Île-de-France comptait moins de 5 % d'obèses.
Champ : individus de 18 à 65 ans, résidant en France métropolitaine.
Source : enquêtes Santé, Insee.

Source : INSEE Premières « L'obésité en France : les écarts entre catégories sociales s'accroissent », n°1123, février 2007, carte p2 – Les « grandes régions » sont les zones d'étude et d'aménagement du territoire (ZEAT), unité statistique européenne.

[192] ORSB : « Indicateurs nutrition-santé en Bretagne – Données disponibles », septembre 2006.
[193] ORSB : « Excès de poids, obésité en Bretagne : données disponibles », septembre 2003, p4
[194] INSEE Premières « L'obésité en France : les écarts entre catégories sociales s'accroissent », n°1123, février 2007, p2
[195] INSERM, Roche, TNS Healthcare Sofres - Enquête Obépi-Roche 2009 – pp 32-36
[196] Obépi 2006

Carte 2. Evolution de la prévalence de l'obésité dans les régions françaises entre 1997 et 2009 (Enquête Obépi/Roche 2009)



Source : Enquête Obépi/Roche 2009, carte p 37

4.4.3. Les risques pour la santé associés à l'excès pondéral

Selon l'Organisation mondiale de la santé, « l'excès de poids corporel constitue, pour la Région européenne de l'OMS, l'un des plus graves défis de santé publique du XXIème siècle[197] ».

En effet, pour l'Organisation mondiale[198], « le surpoids et l'obésité entraînent de graves conséquences pour la santé. Les risques augmentent progressivement avec l'Indice de masse corporelle (IMC). Un IMC élevé est un important facteur de risque de maladies chroniques comme :

- les maladies cardiovasculaires (principalement cardiopathie et accident vasculaire cérébral), qui sont déjà la première cause de décès dans le monde (17 millions de morts par an) ;

[197] OMS « Le défi de l'obésité dans la Région européenne de l'OMS et les stratégies de lutte », Conférence ministérielle européenne de l'OMS sur la lutte contre l'obésité. L'alimentation et l'exercice physique pour la santé. Istanbul. 15-17 novembre 2006, p 4
[198] Site Web de l'OMS consulté le 2 novembre 2009, http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/fr/index.html

- le diabète, qui a rapidement pris les proportions d'une épidémie mondiale. L'OMS prévoit que les décès dus au diabète augmenteront de plus de 50 % dans le monde au cours des dix prochaines années ;

- les troubles musculo-squelettiques, en particulier l'arthrose.

- certains cancers (endomètre, sein et colon). »

Par ailleurs, l'OMS souligne que « l'obésité de l'enfant est associée à un risque accru de décès prématuré et d'incapacité à l'âge adulte ».

Le Plan national nutrition santé français (PNNS) souligne, lui aussi, les risques associés au surpoids et à l'obésité. Ainsi, le site Web qui lui est dédié rappelle que « des études ont montré une relation entre excès de poids et cancer. Tous les cancers seraient concernés, celui de l'estomac, comme de la prostate ou du rein chez l'homme ou du sein et de l'utérus chez la femme. A contrario, le rapport du Haut Conseil de la Santé Publique (HCSP) 2000 indique que le risque de cancer est moindre si l'IMC est compris entre 18,5 et 25 et qu'on évite un gain de poids supérieur à 5 kg, sa vie durant[199] ».

S'agissant plus spécialement de l'obésité, le PNNS insiste sur le fait qu' « en cas d'obésité infantile, le risque d'obésité à l'âge adulte est de 80 % » et que celle-ci « réduit l'espérance de vie de 10 ans et contribue à l'apparition des maladies chroniques. Les risques cardiovasculaires ou de diabète sont multipliés par trois, et le risque d'accident vasculaire cérébral par 2. La présence de graisses sur les artères constitue aussi un risque élevé d'hypertension artérielle. Plus de 80 % des diabètes de type 2 peuvent être attribués à l'obésité. Les problèmes rhumatologiques et respiratoires sont fréquents : 1 personne obèse sur 4 environ souffre d'apnée du sommeil ».

Les risques psychosociaux ainsi que les coûts induits pour le système d'assurance maladie sont également à prendre en compte.

OMS – Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé – mai 2004- Extrait[200]

« Le Rapport sur la santé dans le monde, 2002[201] montre de manière détaillée que, dans la plupart des pays, un petit nombre de facteurs de risque majeurs sont responsables de l'essentiel de la morbidité et de la mortalité, les plus grands risques de maladies non transmissibles étant l'hypertension, l'hypercholestérolémie, une faible consommation de fruits et légumes, la surcharge pondérale et l'obésité, la sédentarité et le tabagisme. Cinq de ces facteurs de risque sont étroitement liés à l'alimentation et à l'exercice physique.
5. Une mauvaise alimentation et la sédentarité comptent donc parmi les principales causes de maladies non transmissibles majeures, y compris les maladies cardio-vasculaires, le diabète de type 2 et certains types de cancer, et contribuent pour une large part à la charge mondiale de morbidité, de mortalité et d'incapacité. D'autres maladies liées à l'alimentation et à la sédentarité, comme la carie dentaire et l'ostéoporose, sont également des causes de morbidité très répandues. »

[199] Site dédié au PNNS, http://www.mangerbouger.fr/pro/spip.php?article25 « Les risques pour la santé du surpoids et de l'obésité », consulté le 2 novembre 2009
[200] OMS – « Stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé » – mai 2004, p 2
[201] Organisation mondiale de la Santé. Rapport sur la santé dans le monde, 2002 – Réduire les risques et promouvoir une vie saine. Genève, 2002.

4.5. Le plan national nutrition santé français : alimentation, activité physique et santé sont liés

La notion de « nutrition » comporte trois dimensions : l'état nutritionnel, l'alimentation et l'activité physique. Le Plan national nutrition santé (PNNS) mis en œuvre en France, sur la période 2001-2005 (PNNS 1) puis 2006-2010 (PNNS 2) fait le lien entre ces trois déterminants de santé. Son objectif général est *« d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition*[202] *».*

Par les actions mises en œuvre, il s'agit de « promouvoir, dans l'alimentation, les facteurs de protection et de réduire l'exposition aux facteurs de risque vis-à-vis des maladies chroniques, et au niveau des groupes à risque, de diminuer l'exposition aux problèmes spécifiques[203] ». De nombreuses pathologies sont en effet associées à un mauvais état nutritionnel : maladies cardio-vasculaires, obésité, diabète, divers cancers…

Il y a donc, individuellement comme collectivement, une synergie à trouver entre, d'une part, une alimentation saine et équilibrée (apports énergétiques), d'autre part, un niveau d'activité physique favorable à la santé (dépenses énergétiques).

Les encadrés ci-après reprennent les 9 objectifs nationaux prioritaires du PNNS 2006-2010 ainsi que quelques repères alimentaires pour la population générale adulte.

Les 9 objectifs prioritaires du Plan national nutrition santé 2006-2010[204]

1. Augmenter la consommation de fruits et de légumes afin de réduire le nombre de petits consommateurs de fruits et de légumes d'au moins 25 % (soit environ 45% de la population);
2. Augmenter la consommation de calcium afin de réduire de 25 % la population des sujets ayant des apports calciques en dessous des apports nutritionnels conseillés, tout en réduisant de 25 % de la prévalence des déficiences en vitamine D,
3. Réduire la contribution moyenne des apports lipidiques totaux à moins de 35 % des apports énergétiques journaliers, avec une réduction d'un quart de la consommation des acides gras saturés au niveau de la moyenne de la population (moins de 35 % des apports totaux de graisses),
4. Augmenter la consommation de glucides afin qu'ils contribuent à plus de 50 % des apports énergétiques journaliers, en favorisant la consommation des aliments sources d'amidon, en réduisant de 25 % la consommation actuelle de sucres simples ajoutés, et en augmentant de 50 % la consommation de fibres,
5. Diminuer la consommation annuelle d'alcool par habitant de 20% afin de passer en dessous de 8,5 l/an/habitant
6. Réduire de 5 % la cholestérolémie moyenne (LDL-cholestérol) dans la population des adultes,
7. Réduire de 2-3 mm de mercure la moyenne de la pression artérielle systolique chez les adultes,
8. Réduire de 20 % la prévalence du surpoids et de l'obésité (IMC > 25 kg/m2) chez les adultes (atteindre une prévalence inférieure à 33%) et interrompre la croissance de la prévalence du surpoids et de l'obésité chez les enfants,
9. Augmenter l'activité physique quotidienne par une amélioration de 25 % du pourcentage des personnes, tous âges confondus faisant l'équivalent d'au moins une demi-heure d'activité physique d'intensité modérée, au moins cinq fois par semaine (soit 75% des hommes et 50% des femmes)[205].

En Bretagne, la mise en œuvre du PNNS est prévue dans le cadre du Plan régional de santé publique (PRSP) 2006-2010[206]. Celui-ci prévoit plusieurs axes stratégiques visant à améliorer l'état nutritionnel et l'alimentation de la population. Dans sa partie consacrée à la

[202] PNNS 2006-2010, p 8
[203] PNNS 2006-2010, p 9
[204] Source : PNNS 2006-2010, Rapport intégral, p 8 - http://www.mangerbouger.fr/IMG/pdf/PNNS2-Complet.pdf, consulté le 4 novembre 2009
[205] NDLR : nous mettons en gras
[206] PSPS Bretagne 2006-2010, 2.4 « Nutrition », p 94 à 97.
http://www.bretagne.sante.gouv.fr/publications/rapports/2006/octobre/em07.pdf , consulté le 4 novembre 2009

nutrition, l'activité physique n'est pas oubliée[207] et son augmentation en Bretagne est présentée comme axe stratégique « essentiel ». L'objectif est de *« favoriser l'augmentation de l'activité physique à tous les âges de la vie »*. Pour ce fait, il prévoit *« parallèlement aux réflexions menées au niveau national sur ce thème, d'engager une forte réflexion régionale pour dégager rapidement des actions concrètes ».* La promotion de l'activité physique est aussi mentionnée comme un objectif dans la prévention du *risque cardio-vasculaire*, y compris en agissant sur l'urbanisme[208]. Le développement de l'activité physique chez *les personnes âgées* est aussi mentionné[209].

Le CESR de Bretagne souligne aussi que ces objectifs nécessitent un effort continu d'harmonisation des politiques publiques, transversal aux compétences des différents niveaux de collectivités territoriales et de l'Etat. Par exemple, davantage de coordination serait sans doute utile entre les communes chargées de l'école primaire, les départements qui s'occupent des collèges, la région en charge des lycées et en liens étroits avec les Centres de formation d'apprentis, l'Etat et les Universités…

Cette articulation des différentes interventions publiques, dans le respect des spécificités et compétences de chacun, est un objectif qui devrait être systématiquement recherché dans le domaine de l'éducation à la santé par des actions combinées sur l'alimentation et l'activité physique. Des relations tout aussi étroites sont à développer avec les parents et les familles dans un esprit d' « alliance éducative », de la même façon qu'on parle « d'alliance thérapeutique » dans le domaine de la santé.

Tableau 9. Repères de consommation alimentaire du PNNS
pour la population générale adulte (INES)

Fruits et légumes	au moins 5 par jour	- à chaque repas et en cas de petits creux - crus, cuits, nature ou préparés - frais, surgelés ou en conserve
Pains, céréales, pommes de terre et légumes secs	à chaque repas et selon l'appétit	- favoriser les aliments céréaliers complets ou le pain bis - privilégier la variété
Lait et produits laitiers (yaourts, fromages)	3 par jour	- privilégier la variété - privilégier les fromages les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés
Viandes et volailles, produits de la pêche et œufs	1 à 2 fois par jour	- en quantité inférieure à celle de l'accompagnement - viandes : privilégier la variété des espèces et les morceaux les moins gras - poisson : au moins 2 fois par semaine
Matières grasses ajoutées	limiter la consommation	- privilégier les matières grasses végétales (huiles d'olive, de colza...) - favoriser la variété - limiter les graisses d'origine animale (beurre, crème...)
Produits sucrés	limiter la consommation	- attention aux boissons sucrées - attention aux aliments gras et sucrés à la fois (pâtisseries, crèmes dessert, chocolat, glaces...)
Boissons	de l'eau à volonté	- au cours et en dehors des repas - limiter les boissons sucrées (privilégier les boissons light) - boissons alcoolisées : ne pas dépasser, par jour, 2 verres de vin (de 10 cl) pour les femmes et 3 pour les hommes. 2 verres de vin sont équivalents à 2 demis de bière ou 6 cl d'alcool fort
Sel	limiter la consommation	- préférer le sel iodé - ne pas resaler avant de goûter - réduire l'ajout de sel dans les eaux de cuisson - limiter les fromages et les charcuteries les plus salés et les produits apéritifs salés

Source : PNNS 2006-2010 - Etude nationale nutrition santé 2006, INV. p 5, Colloque PNNS 12 décembre 2007- Premiers résultats- Encadré p 5

[207] PRSP Bretagne, 2006-2010, 2.4 « Nutrition », p 96-97
[208] PRSP Bretagne 2006-2010, 4.4 « Risque cardiovasculaire », p 125
[209] PRSP Bretagne 2006-2010, p 61

Chapitre 2

L’activité physique, le sport et la santé : une relation complexe…

1. Les bénéfices de l'activité physique et du sport pour la santé 95
1.1. Pour l'INSERM, « l'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'étatde santé des individus et des populations à tous les âges de la vie » 95
1.1.1. Les bénéfices pour la santé de l'activité physique ou sportive régulière et adaptée.....96
1.1.2. Les recommandations scientifiques générales et spécifiques définissant les niveaux d'activité physique bénéfiques pour la santé 109
1.2. En Bretagne : quelques exemples d'actions favorisant la santé par l'activité physique ou sportive régulière et adaptée.....114
1.2.1. Activité physique, nutrition et santé.....114
1.2.2. Activité physique et personnes âgées.....121
1.2.3. Activité physique ou sportive, rééducation et réadaptation fonctionnelles.....127

2. Les risques liés à la pratique excessive ou inadaptée de l'activité physique et du sport 145
2.1. Approche de quelques traumatismes et maladies associées à la pratique sportive....146
2.1.1. Traumatismes accidentels : Le sport, deuxième cause d'accidents de la vie courante en France 146
2.1.2. Exemples de lésions chroniques associées à la pratique sportive.....158
2.1.3. Le risque pour la santé mentale associé à certaines formes de pratiques sportives...162
2.2. Comportements à risque associés à certains types de pratique sportive.....167
2.2.1. Le dopage sportif, un cas particulier de conduites dopantes dans la société.....167
2.2.2. De la consommation de produits psychoactifs aux conduites addictives 182
2.2.3. Violences physiques et psychologiques associées au « sport qui se pratique » et au « sport qui se regarde ».....192
2.3. La prévention et le suivi médical : du sportif de haut niveau à la personne physiquement active 204
2.3.1. Le suivi médical des licenciés inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou dans les filières d'accès au sport de haut niveau ou candidats à cette inscription 204
2.3.2. La prévention et l'éducation à la santé des personnes physiquement actives.....208
2.3.3. Les autres acteurs concernés par la prévention 209

3. Bilan : sauf pratique excessive, les bénéfices de l'activité physique ou sportive pour la santé l'emportent largement sur les risques encourus..... 214
3.1. Les risques sanitaires associés à la sédentarité sont devenus un véritable problème de santé publique 214
3.2. Il est aujourd'hui scientifiquement avéré que « l'activité physique est un déterminant majeur de l'état de santé des individus à tous les âges de la vie » (INSERM) 214
3.3. Les risques liés à une pratique excessive des activités physiques et sportives relativement à son âge et à ses capacités doivent inciter à une certaine prudence ...215
3.4. « L'excès en tout est nuisible » et les bénéfices de l'activité physique régulière et adaptée à tous, dont le sport, sont bien plus importants que les risques encourus 216

Introduction : le « double visage » de l'activité physique et du sport

Dans ce chapitre consacré à l'activité physique ou sportive et à la santé, nous avons jusqu'à présent fait comme si le fait de bouger ou de faire du sport induisait systématiquement des bénéfices pour la santé. Mais, l'activité physique et le sport sont-ils *toujours* favorables à santé ?

Si les risques existent, pour l'activité physique ou sportive -comme d'ailleurs pour la sédentarité-, nous verrons, en présentant les principaux résultats de l'étude INSERM *« Activité physique – Contextes et effets sur la santé »*, que les bénéfices l'emportent largement lorsqu'elle est pratiquée avec régularité et dans de bonnes conditions.

Dans son rapport « Le sport au service de la vie sociale », le Conseil économique et social national, par la voix de son rapporteur André Leclercq, parle d'un *« sport à deux visages »* qui est *« à la fois lieu de santé et lieu de dopage. A la fois lieu de plaisir et de souffrance. A la fois lieu d'éducation et d'exploitation [210]».*

Ainsi, l'activité physique ou sportive peut-être une source de bien-être, de santé, de réalisation de soi, d'épanouissement personnel et social, etc., mais elle a aussi sa face sombre. Lorsque le dépassement de soi ou de l'autre devient la négation de la notion même de limite, lorsque la recherche de la performance à tout prix ou l'appât démesuré du gain financier justifient tous les moyens, alors les risques d'atteinte à l'intégrité physique, psychique et morale des personnes, c'est-à-dire à leur santé, sont élevés.

Ce qui est vrai pour le sport, comme nous le verrons ci-après, l'est aussi pour l'activité physique au sens large. Par exemple, certaines conditions de travail particulièrement pénibles physiquement et/ou psychologiquement, peuvent nuire gravement et durablement à la santé des personnes, au-delà même du temps de travail, que celles-ci soient salariées ou non. La souffrance liée à l'activité physique au travail, même si des progrès ont été réalisés dans de nombreux secteurs d'activité, demeurent une réalité en Bretagne, comme ailleurs. L'importance des pathologies associées aux troubles musculo-squelettique ou au stress au travail en témoigne douloureusement[211].

Comme dans certaines compétitions sportives, on peut émettre l'hypothèse que la recherche extrême de la performance, du résultat ou du profit à tout prix, dans un environnement de travail à forte contrainte concurrentielle, favorise la survenance de nombreux accidents et/ou maladies.

Le type, la fréquence, la durée, l'intensité et l'environnement de l'activité physique, qu'elle soit sportive ou autre, devraient prendre en compte l'état de santé, l'âge et les capacités de chaque individu, sous peine de favoriser l'apparition de blessures, d'accidents, de maladies qui peuvent, dans certains cas extrêmes, aller jusqu'à la mort. Ainsi, recommander à une personne âgée fortement sédentaire de réaliser, du jour au lendemain, sans avis médical, 30 minutes de marche rapide par jour, peut, dans certains cas, se révéler désastreux pour la santé.

Il y a donc bien, dans une perspective de santé, un double visage du sport et de l'activité physique et il faut autant se garder d'un optimisme béat que d'un pessimisme excessif, leur relation avec la santé étant, comme le rappelle l'INSERM, particulièrement « complexe ».

La relation entre activité physique, sport et santé est en effet complexe. Pour cette raison, la question des bénéfices pour la santé ne peut être dissociée d'une analyse simultanée des risques pour la santé associés à la pratique physique ou sportive.

[210] CES national, « Le sport au service de la vie sociale », 2007, p II-103
[211] Voir étude du CESR de Bretagne, « Perspectives de l'emploi et du travail en Bretagne pour une volonté anticipatrice », HAMON Jean, PENNORS Joseph.- 2005

C'est pourquoi, dans un premier temps, nous présenterons les nombreux bénéfices aujourd'hui scientifiquement et médicalement avérés de la pratique régulière et adaptée de l'activité physique et du sport (1.); puis dans une second temps, nous présenterons les risques physiques et psychologiques associés le plus souvent à une pratique excessive ou inadaptée (2.).

Enfin, pour conclure ce deuxième chapitre nous ferons le bilan de cette analyse bénéfices/ risques et, ce faisant, nous verrons qu'avec un minimum de précaution les premiers l'emportent très largement sur les seconds (3.).

1. Les bénéfices de l'activité physique et du sport pour la santé

Les bénéfices de l'activité physique et du sport pour la santé sont nombreux, tant du point de vue du bien-être physique que psychologique, social ou environnemental. Ces deux derniers aspects, qui contribuent aussi à la santé globale de l'individu et de la population, étant développés dans la partie du rapport consacrée au sport et au développement territorial durable, nous traiterons principalement ici des bénéficies *physiques* et *psychologiques* pouvant être retirés d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières et adaptées à l'âge et aux capacités de chacun.

L'audition par le CESR de Bretagne[212] du Professeur Pierre Rochcongar, de l'Unité de biologie et de médecine du sport du CHU de Rennes, également Président de la Société française de médecine du sport (SFMS), a permis de mieux saisir qu'il y a plus de bénéfices, pour la santé, à promouvoir l'activité physique et le sport dans une population de plus en plus sédentaire, que de risques inhérents à l'activité physique ou à la pratique sportive. En résumé, les bénéfices de l'activité physique l'emportent sur les risques associés à l'excès de sédentarité.

Pour effectuer cette démonstration, le Professeur Rochcongar s'est principalement fondé sur les résultats de l'importante étude scientifique et médicale réalisée par l'INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008), devenue aujourd'hui une référence nationale.

Dans un premier temps, c'est à partir de cette étude de l'INSERM que nous présenterons les bénéfices scientifiquement validés de l'activité physique et du sport pour tous, tout au long de la vie (1.1).

Puis, *dans un second temps,* nous compléterons cette approche médicale assez théorique par la présentation de quelques exemples concrets d'actions en Bretagne, le plus souvent collectés par des membres du CESR de Bretagne, qui illustrent les nombreux bienfaits de l'activité physique ou sportive sur la santé, sachant que d'autres exemples sont présentés tout au long du rapport (1.2).

1.1. Pour l'INSERM, « l'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tous les âges de la vie »

Nous ne présenterons ici qu'un aperçu des principaux résultats de l'étude de l'INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008). Celle-ci reposant sur l'analyse scientifique d'une base documentaire de près de 2000 articles et comportant environ 800 pages. Les développements qui suivent sont basés sur ce rapport ou sa synthèse, parfois résumés ou reformulés, avec, parfois, quelques commentaires. Nous invitons le lecteur à se reporter à l'original du rapport -ou de sa synthèse - pour approfondir les points partiellement repris ici.

Après avoir présenté les bénéfices pour la santé de l'activité physique ou sportive régulière et adaptée aux capacités et à l'âge de chacun, nous reprendrons les recommandations scientifiques internationales définissant les niveaux d'activité physique bénéfiques pour la santé.

[212] Audition du 4 novembre 2008

1.1.1. Les bénéfices pour la santé de l'activité physique ou sportive régulière et adaptée

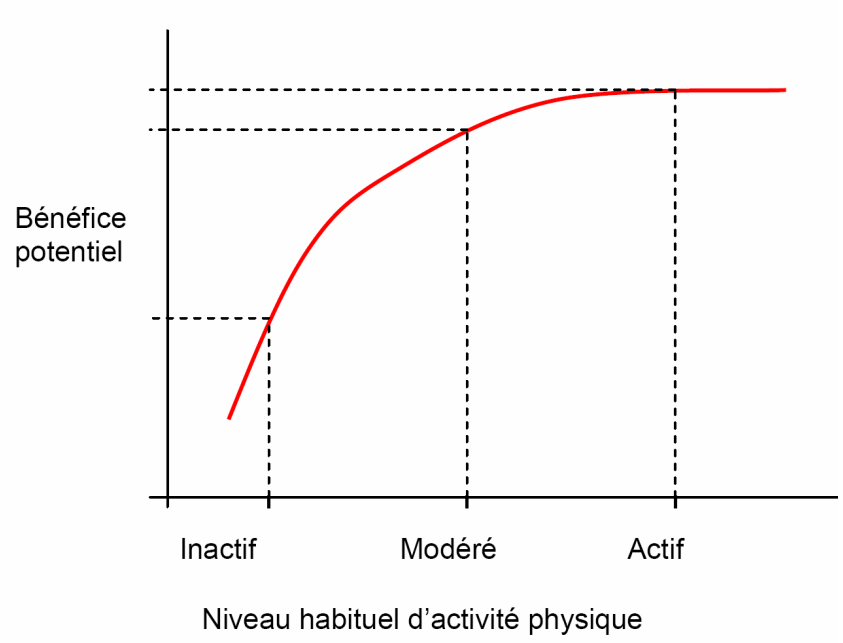
Pour l'INSERM, il est aujourd'hui scientifiquement avéré que « l'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tous les âges de la vie ».

Pour étayer ce constat, l'Institut présente les nombreux bénéfices de l'activité physique et sportive, sous réserve, nous l'avons dit, des risques associés à une pratique excessive ou inadaptée.

1.1.1.1. L'activité physique régulière et adaptée réduit le risque de mortalité prématurée à tout âge et toutes causes confondues

Une personne physiquement active présente moins de risque de mourir prématurément qu'une personne plus sédentaire, quels que soient son âge et la cause du décès. Une étude publiée fin 2007, ayant porté sur 250 000 personnes, a montré qu'un niveau adéquate d'activité physique d'intensité modérée (au moins 3 heures par semaine) ou d'intensité élevée (au moins 20 mn, 3 fois par semaine) entraîne une réduction du risque de mortalité de l'ordre de 30 %.

Figure 47. Intensité de l'activité physique et bénéfice potentiel en termes de réduction de mortalité prématurée



Source : INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé, dossier de presse du 1er avril 2008, p 6

La *mortalité cardiovasculaire*, notamment par maladie coronarienne, est moindre chez les personnes physiquement actives, en particulier chez les diabétiques.

Figure 48. Activité physique et réduction de la mortalité liée aux maladies cardiovasculaires

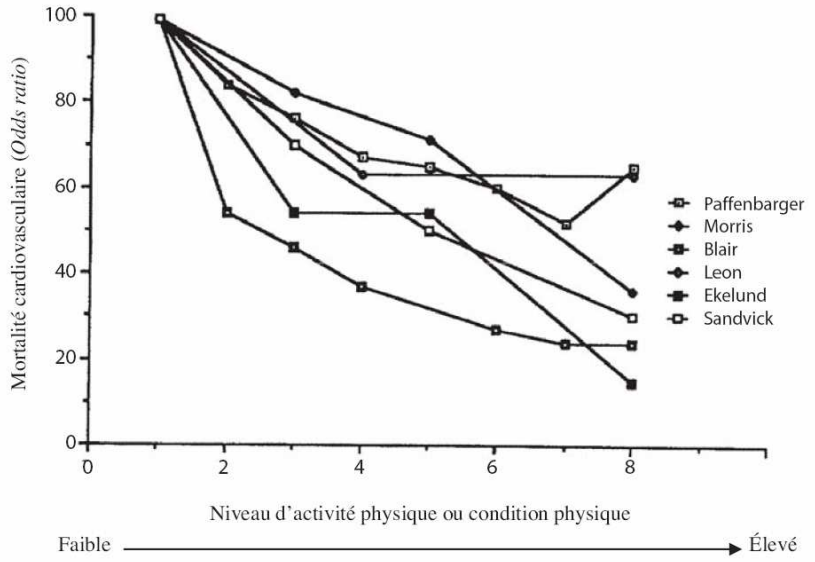


Figure 16.1 : Réduction de la mortalité liée aux maladies cardiovasculaires en fonction du niveau d'activité physique ou du niveau de condition physique (d'après Haskell, 1994)

Données originales de mesure du niveau d'activité physique : Paffenbarger et coll., 1986 ; Morris et coll., 1990 ; Leon et coll., 1987 ; Shaper et Wannamethee, 1991 ; Données originales de mesure de la condition physique : Blair et coll., 1989 ; Ekelund et coll., 1988 ; Sandvik et coll., 1993

Source : INSERM, étude « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, p 361

Enfin, être physiquement actif réduit le risque de décès par *cancer* comparé à celui existant chez les personnes non actives physiquement.

1.1.1.2. La pratique régulière d'activités physiques d'intensité modérée contribue au bien-être et à la qualité de vie

L'activité physique régulière et d'intensité modérée a un effet bénéfique sur le bien-être émotionnel, les perceptions de soi, le bien-être physique et le bien-être perçu. Ses effets sont d'autant plus positifs que l'estime de soi initiale des sujets est basse, en particulier chez les adolescent(e)s.

L'Organisation mondiale de la santé définit la qualité de la vie comme « la perception qu'un individu a de sa place dans la vie, dans le contexte de la culture, et du système de valeurs dans lequel il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes ». Selon l'INSERM, « la pratique régulière d'activités physique d'intensité modérée contribue au bien-être subjectif et à la qualité de vie globale en agissant sur les facteurs qui interviennent dans les différentes dimensions intégrées (expériences affectives positives par l'intégration au groupe ou regard positif de l'autre, baisse du niveau de stress, satisfaction par rapport au corps, satisfaction par la participation active à la vie sociale). Ces répercussions psychiques sont constatées aussi bien au niveau de populations pathologiques que non pathologiques ».

1.1.1.3. L'activité physique conditionne la fonction musculaire

L'activité physique favorise le maintien et le développement de la fonction musculaire, facteur de maintien de l'autonomie et de prévention des maladies métaboliques. D'où l'intérêt d'inclure, dans les recommandations de santé publique, des exercices réguliers de renforcement musculaire, en particulier chez les sujets d'âge moyen à avancé.

1.1.1.4. L'activité physique variée développe le capital osseux pendant la croissance et freine son déclin à l'âge adulte

Par les contraintes mécaniques qu'elle exerce sur le squelette, l'activité physique contribue, avec les apports nutritionnels suffisants, à la formation du tissu osseux. Sachant que le pic de masse osseuse intervient entre 20 et 30 ans, l'activité physique joue un rôle important dans la formation du capital osseux pendant les périodes de croissance des enfants et adolescents. Ce qui fait dire à l'INSERM que « la véritable prévention de la perte osseuse se joue donc pendant la croissance ». Pour paraphraser une formule célèbre, en matière de capital osseux, tout se joue avant 20 ans, après, « on vit sur ses réserves », selon la formule employée par le Pr Rochcongar lors de son audition.

L'activité physique est d'autant plus bénéfique qu'elle est précoce et variée, incluant des exercices vibratoires avec des impacts et des contraintes mécaniques (mise en charge). D'où l'intérêt de favoriser, pendant la croissance, la pratique physique multi-activités et le multisport, notamment chez les filles (prévention de l'ostéoporose adulte). Des études ont ainsi montré que, comparée à celle de nageuses témoins (environnement hypogravitaire), l'augmentation de la densité minérale osseuse de gymnastes était de 20 à 33 % supérieure. Avec la réserve qu'une pratique *excessive* chez ces dernières, en période de croissance, comporte aussi des risques avérés de traumatismes ostéoarticulaires, voire d'ostéochondrose[213].

Parce qu'elle améliore la densité minérale osseuse, la pratique physique contribue à la prévention des fractures. Après 25 ans, une fois le pic osseux passé, elle favorise le ralentissement de la perte osseuse, en particulier chez la femme, particulièrement fragilisée lors de la ménopause (voir ci-après).

1.1.1.5. L'activité physique est un élément important de la prévention et du traitement des maladies cardiovasculaires

Les maladies cardio-vasculaires sont la première cause de mortalité en France. Parce qu'elle influence la fonction et la structure vasculaire, elle joue un rôle dans la prévention d'événements cardiovasculaires aux conséquences parfois dramatiques. Elle est donc susceptible de prolonger l'espérance de vie.

D'une manière plus générale, selon l'INSERM « l'entraînement physique réduit la morbidité et la mortalité cardiaque par une action sur les facteurs de risque tels que le profil lipidique, la pression artérielle, la coagulation et la physiologie de la paroi des vaisseaux (endothélium) ».

En améliorant le profil lipidique sérique (diminution du taux de LDL-cholestérol et de triglycéride, augmentation du taux de HDL-cholestérol), l'activité physique est un élément de prévention des pathologies cardiovasculaires d'origine athéromateuse (dépôt de plaques grasses sur la paroi interne des artères provoquant leur épaississement et leur durcissement ayant pour effet de gêner la circulation sanguine ou athérosclérose).

[213] voir ci-après, la partie consacrée aux risques liés à l'activité physique ou sportive.

Elle participe aussi, avec le régime alimentaire, à la prévention de l'obésité, au contrôle de la surcharge pondérale, avec augmentation de la masse maigre et réduction de l'adiposité abdominale (masse grasse).

En prévenant fortement la survenue de diabète de type 2 (voir point 6 ci-après), en facilitant le sevrage tabagique, en réduisant le syndrome dépressif, l'activité physique contribue à réduire les risques cardiovasculaires associés.

En réduisant la pression artérielle chez les patients hypertendus, l'activité physique « permet de différer, voire de rendre inutile, le traitement médicamenteux d'une hypertension artérielle de diagnostic récent ».

Elle agit sur l'évolution de la maladie cardiovasculaire, une fois celle-ci installée, par « l'amélioration de l'insulino-résistance, de la dysfonction endothéliale et des anomalies neuro-hormonales ».

Chez les patients atteints de maladies coronariennes (lésions des artères du cœur pouvant aller jusqu'à l'infarctus du myocarde), il est estimé qu'une activité physique régulière, à un niveau suffisant et adapté aux capacités et à l'âge du sujet, est susceptible de réduire de 25% à 35 % le risque de mortalité. Mais, l'activité physique pouvant aussi, chez ces malades, engendrer des complications cardiaques, notamment en cas d'effort intense, elle doit être individualisée et placée sous contrôle médical.

1.1.1.6. L'activité physique a un rôle déterminant dans la prévention du diabète de type 2 (ou non insulino-dépendant)

Le diabète de type 2 (diabète non insulinodépendant ou DNID) est un trouble du métabolisme du glucose caractérisé par une élévation du taux de glucose dans le sang, l'hyperglycémie. Selon l'Association Française des diabétiques, près de 3 millions de français seraient diabétiques, dont 500 000 à 800 000 l'ignoreraient[214]. Dans 90 % de l'ensemble des cas de diabète, il s'agit d'un diabète de type 2. La prévalence de ce dernier progresse rapidement dans la population, non seulement chez les adultes de plus 40 ans qui sont les premiers concernés (âge moyen de dépistage : 65 ans), mais aussi, ce qui est nouveau, chez les adolescents et enfants qui sont, le plus souvent, en surpoids.
Les risques pour la santé associés au diabète de type 2 sont nombreux. Selon l'INSERM, « l'hyperglycémie a un effet catastrophique sur de nombreux organes, en particulier les yeux, le système nerveux, les reins, le cœur et les vaisseaux dans leur ensemble. Le diabète est ainsi la première cause de perte de la vision ou d'insuffisance rénale terminale, obligeant à la dialyse ou à une greffe, chez l'adulte ; 60 % des diabétiques ont une hypertension artérielle, 60 % une atteinte des nerfs ; 50 % des amputations sont réalisées chez des diabétiques. Le risque coronarien atteint chez les sujets diabétiques le risque des non-diabétiques qui ont déjà fait un infarctus ; le risque cardiaque ou d'accident vasculaire cérébral est chez eux multiplié par 2 à 4 »[215].

L'INSERM[216] rappelle qu'il existe « un lien bien établi entre l'existence d'un diabète non insulino-dépendant et l'insuffisance d'activité physique ». Le plus souvent associée à un régime alimentaire approprié, elle réduit en moyenne de moitié le risque d'apparition d'un diabète de type 2 chez les sujets à risque.

[214] Salon du diabète et de la nutrition. 13-15 novembre 2009, Paris. Dossier de presse. http://www.afd.asso.fr, consulté le 30 novembre 2009
[215] http://www.inserm.fr/thematiques/circulation-metabolisme-nutrition/dossiers-d-information/diabete-de-type-2-dnid, consulté le 30 novembre 2009
[216] INSERM, Rapport intégral, p 355

Il a ainsi été montré que, dans une population de patients non diabétiques mais présentant une intolérance au glucose, l'activité physique réduit de 58 % le risque de survenue d'un diabète et jusqu'à 65 % lorsque le niveau d'activité physique est important; qu'il existe une diminution identique du risque cardiovasculaire ; que l'espérance de vie sans diabète est augmentée de 2.3 ans pour des sujets modérément actifs et de 4 ans pour des sujets très actifs par rapport à des sujets sédentaires.

Chez les personnes atteintes de diabète de type 2, l'activité physique améliore les capacités respiratoires aérobies, favorise l'équilibre glycémique et prévient les complications dégénératives associées, diminue l'incidence des maladies cardiovasculaires ainsi que la mortalité des patients diabétiques.

1.1.1.7. L'activité physique est un traitement à part entière de la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO)

Selon l'INSERM, « les relations entre activité physique et maladie respiratoire sont étroites. L'activité physique est l'outil thérapeutique le plus performant dans le traitement de la dyspnée[217] et de la broncho-pneumopathie chronique obstructive, la maladie respiratoire des fumeurs dont la prévalence est galopante (3ème rang mondial des maladies mortelles en 2020). Il semble qu'elle puisse également jouer un rôle dans la prévention de cette maladie ou de ses complications ». La pratique physique agit en brisant le cercle vicieux du déconditionnement respiratoire et musculaire du fumeur (sa gêne respiratoire l'incite à réduire son activité physique ce qui aggrave ses difficultés respiratoires, etc.). Elle a également un effet anti-inflammatoire qui contribue aussi à l'amélioration de l'état de santé des malades.

S'agissant des personnes asthmatiques, l'activité physique permet de même de lutter contre leur déconditionnement. L'asthme n'est plus aujourd'hui, a priori, une contre-indication à l'activité physique ou sportive, au contraire.

Enfin, il faut nuancer ces bénéfices respiratoires de l'activité physique car, chez les sportifs de haut niveau, il est fréquent que la pratique intensive provoque une pathologie asthmatique, c'est « l'asthme du sportif », qui, entre parenthèse, justifie souvent une autorisation d'utilisation thérapeutique (AUT) de médicaments pouvant induire un contrôle antidopage positif…

1.1.1.8. La pratique régulière d'une activité physique et sportive permet de limiter le gain de poids et participe à son contrôle

Contrairement à certaines idées reçues, bouger plus ou faire du sport ne font pas maigrir. D'autres facteurs interviennent (biologiques, comportementaux, sociétaux…) et surtout celui du régime alimentaire, c'est-à-dire de l'apport énergétique. Comme déjà signalé dans le chapitre précédent, le Plan national nutrition santé(PNNS) définit d'ailleurs la nutrition par trois éléments : l'état nutritionnel, l'alimentation et l'activité physique. Ainsi, « bouger plus » mais continuer à « manger trop et/ou mal », ne permet pas de réduire la masse grasse, sauf à pratiquer une activité physique ou sportive de manière très intensive, c'est-à-dire, plusieurs heures par jour.

Cette limite étant posée, il est aujourd'hui scientifiquement démontré que « l'activité physique peut jouer un rôle d'atténuateur du gain de poids au cours du temps chez l'adulte, l'adolescent et l'enfant, sans toutefois permettre de prévenir complètement le phénomène, ni promouvoir une perte de poids au niveau des populations ». Ainsi, « il a été montré, chez l'adulte, que des activités d'intensité modérée de la vie quotidienne, telles qu'aller au travail

[217] Dyspnée : difficulté, gêne respiratoire

en marchant ou à vélo, étaient inversement associées au gain de poids après plusieurs années de suivi ». Il est aussi suggéré que son effet de réduction de la graisse abdominale pourrait contribuer à prévenir l'apparition du diabète de type 2[218] ou de la maladie coronarienne.

L'activité physique, notamment pendant l'enfance et l'adolescence, est un facteur de prévention des risques associés à la sédentarité.

Chez les sujets en excès pondéral – en surpoids ou obèses – on observe aussi des effets modestes sur *la perte* de poids. En revanche, sont aujourd'hui avérés « des effets sur *le maintien du poids* après perte de poids initiale, d'importance majeure, ainsi que les effets bénéfiques d'amélioration des co-morbidités de l'obésité ». L'activité physique peut donc aider à ne pas reprendre du poids après un régime ou … à limiter le rythme de reprise de poids. L'enjeu étant, pour ces sujets en surpoids, de parvenir à perdre de la masse grasse tout en conservant de la masse maigre, dont les muscles, ce afin d'améliorer leur bilan énergétique : manger moins, bouger plus et rester musclé pour se dépenser plus et, au final, vivre mieux … et vieux !

Chez les sujets obèses, même si l'activité physique ne permet pas de perdre du poids ou de la masse grasse, pratiquée régulièrement et avec une intensité modérée, elle joue quand même un rôle protecteur contre différentes anomalies liées au syndrome de résistance à l'insuline associé à l'obésité : hyperglycémie, augmentation des triglycérides et baisse du cholestérol-HDL, augmentation de la pression artérielle.

Son effet positif sur l'humeur, le bien-être et l'estime de soi, suggère aussi que l'activité physique ou sportive est un facteur de prévention et de traitement d'un certain mal-être psychologique pouvant, dans certains cas, favoriser la prise de poids.

Pour optimiser les bénéfices de l'activité physique en matière de contrôle du poids, ou plus exactement, comme nous l'avons vu, du gain ou de la reprise de poids, il semble nécessaire d'intensifier le niveau d'activité physique recommandé pour la population générale, en fonction des capacités et de l'âge de l'individu. En d'autres termes, chez l'adulte, 30 mn de marche rapide par jour, même si elles sont bénéfiques pour la santé, ne paraissent pas suffisantes. Pour les adultes en surpoids cherchant, après une perte de poids, à ne pas en reprendre, 60 à 90 minutes d'activité d'intensité modérée par jour sembleraient plus adéquates.

Conseils pour une prévention du gain de poids
et de la reprise de poids après amaigrissement chez l'adulte (INSERM)

- prévention du gain de poids : niveau d'activité physique d'intensité modérée de 45 à 60 minutes par jour minimum ;

- prévention de la reprise de poids : idem mais avec une durée de 60 à 90 mn par jour.

1.1.1.9. L'activité physique réduit le risque de développer certains cancers (sein, colon, endomètre)

D'après les recherches de l'INSERM, « l'activité physique a un effet préventif convaincant sur le cancer du côlon, et probable sur le cancer du sein (chez les femmes ménopausées) et le cancer de l'endomètre. En revanche, les preuves sont limitées pour les cancers du colon et de la prostate. Pour les autres cancers, cela reste à démontrer. Le plus souvent, un effet

[218] diabète de type 2 : diabète non insulinodépendant ou « diabète sucré » (taux de glycémie trop élevé dans le sang)

dose-réponse est observé pour une activité d'intensité modérée à élevée, une activité physique trop intense n'engendrant pas des bénéfices plus importants. Pendant et après le traitement, une activité physique adaptée d'intensité faible à modérée améliore la qualité de vie et diminue la sensation de fatigue ».

Pour le cancer du côlon et le cancer colo-rectal, on observe une réduction moyenne du risque de développer un cancer de 40% à 50 % chez les sujets ayant l'activité physique la plus importante.

On retrouve cet effet protecteur pour le cancer du sein : chez les sujets ayant l'activité physique la plus importante, la réduction moyenne du risque de cancer est de 30 % à 40%. Chez les femmes préalablement traitées pour un cancer du sein, une activité physique de type marche (3 à 5 h par semaine) diminue le risque de décès ou de récidive de 20% à 50 %.

1.1.1.10. L'activité physique, pratiquée de façon régulière, agit dans la prévention et le traitement des maladies ostéoarticulaires et neuro-dégénératives

A) Maladies ostéoarticulaires

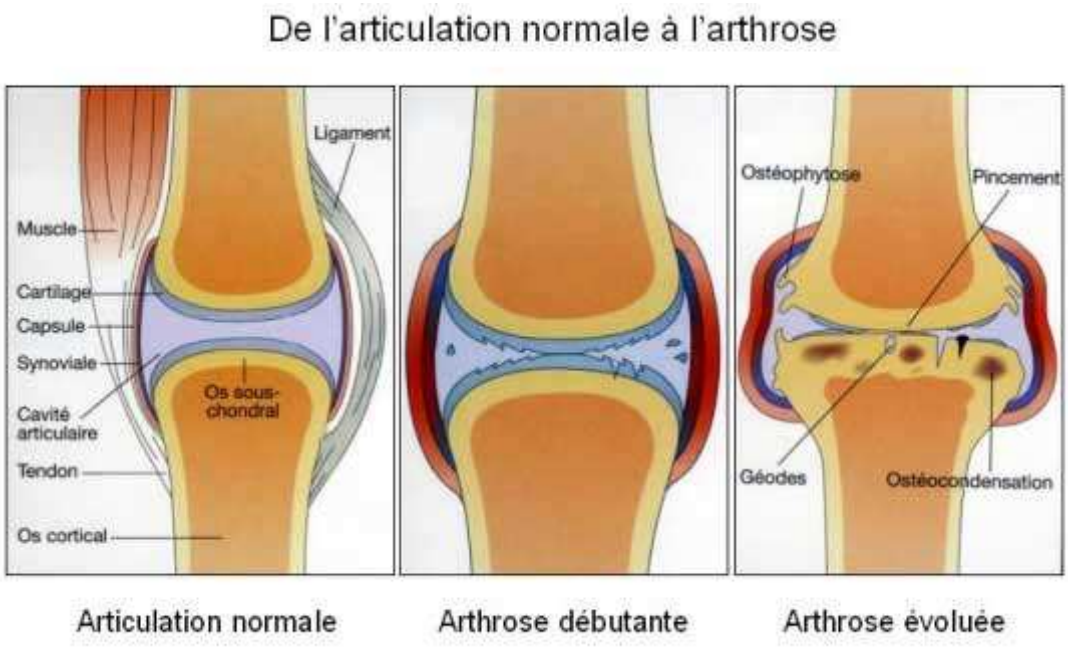
La pratique régulière de l'activité physique est reconnue comme un élément de prise en charge thérapeutique du handicap (voir point suivant[219]), des maladies chroniques et dégénératives.

Elle permet de lutter contre les effets de l'immobilisation sur la structure des ligaments et des tendons. Ses bénéfices sont également avérés dans la prise en charge de la lombalgie chronique (mais pas aiguë) et de la pathologie rhumatismale et ses syndromes inflammatoires (ex : polyarthrite rhumatoïde, fibromyalgie).

S'agissant des maladies ostéoarticulaires, l'INSERM prend l'exemple de l'arthrose qui rappelle-t-il est « un problème majeur de santé publique (…) qui concerne, à des degrés variés la quasi-totalité de la population au-delà de 65 ans. Selon la Société française de rhumatologie (SFR), «l'arthrose se définit par une dégénérescence du cartilage ; toutefois, au cours de son évolution toutes les structures de l'articulation vont être atteintes »[220]. Celle-ci souligne que toutes ne sont pas visibles ou douloureuses : *« Il existe plusieurs "niveaux" d'arthrose : anatomique, radiologique et symptomatique (que l'on appelle aussi "clinique"). En effet, de nombreuses personnes sont porteuses d'arthrose, visible à la radiographie, mais qui ne se manifeste par aucun signe. Ainsi, sur 100 sujets de plus de 65 ans, 60 sont porteurs d'une arthrose anatomique (révélée par une étude autopsique), sur ceux là seulement 30 auront des signes visibles à la radiographie. Parmi ces 30, 15 souffriront de leur arthrose. Et dans ce dernier groupe, seulement 5 consulteront ».* Les schémas ci-après, extraits du site de la SFR montre en quoi consiste l'arthrose et comment elle se répartit sur le squelette chez les 65 ans-75 ans.

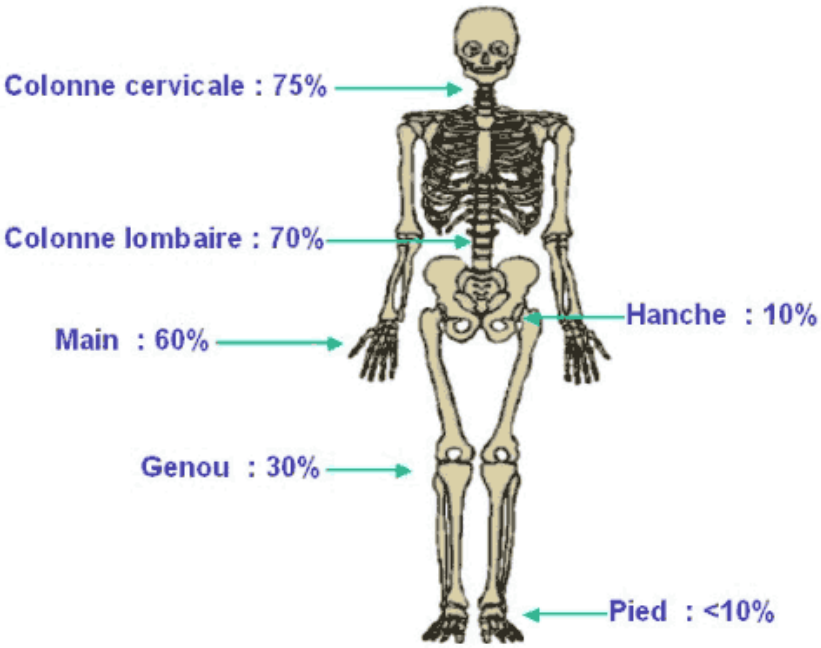
[219] L'INSERM, dans la synthèse de son rapport présente le handicap sous le titre de ce paragraphe. Nous avons préféré reprendre ces éléments dans un point séparé à la suite de celui-ci.
[220] Site Web de la Société française de rhumatologie, http://www.rhumatologie.asso.fr/04-Rhumatismes/grandes-maladies/0B-dossier-arthrose/sommaire-arthrose.asp , consulté le 27 novembre 2009

Figure 49. Qu'est-ce que l'arthrose ?



Source : Société française de rhumatologie, www.rhumatologie.asso.fr, 27 novembre 2009

Figure 50. Fréquence de l'arthrose radiologique dans la tranche d'âge 65-75 ans (tous sexes confondus)



Source : Société française de rhumatologie, www.rhumatologie.asso.fr, 27 novembre 2009

L'INSERM rappelle que « si la pratique modérée et régulière du sport ne représente pas, à elle seule, un facteur favorisant le développement de cette pathologie, il n'en est pas de même de la pratique intensive ». En revanche, une activité physique individualisée et adaptée, est bénéfique lors de la prise en charge de la pathologie arthrosique, « tant sur la douleur, que la force et, plus généralement, la qualité de vie ».

B) Maladies neuro-dégénératives

Les effets thérapeutiques de l'activité physique dans la prise en charge des maladies neuro-dégénératives, représentent, selon l'INSERM, « un nouveau champ d'investigation majeur pour les années à venir ». Déjà, plusieurs publications ont mis en évidence le bienfait de l'activité physique dans des maladies telles que la sclérose en plaques, la maladie de Parkinson, voire la maladie d'Alzheimer. Pour cette dernière, par exemple, « des études récentes suggèrent que l'activité physique régulière pourrait retarder la survenue et/ou ralentir la progression de la maladie d'Alzheimer »[221]. En effet, parce qu'elle tend à améliorer le fonctionnement cognitif (stimulation du système nerveux central, amélioration du système vasculaire et cardiaque, oxygénation du cerveau, stimulation sociale, etc.), certains auteurs suggèrent que l'activité physique est un élément de prévention de la maladie d'Alzheimer (une étude a observé un risque divisé par 5 sur 818 sujets de 65 ans suivis pendant 7 ans) et globalement, de toutes les démences liées à l'âge.

1.1.1.11. L'activité physique ou sportive sont un moyen privilégié de rééducation, de réadaptation fonctionnelles et d'intégration des personnes en situation de handicap

A) Personnes en situation de handicap physique

Avant de présenter les résultats de l'étude de l'INSERM, nous citerons M. Jean-Luc Blaise, Docteur en anthropologie et Directeur du Pôle R&D de l'IFPEK[222] de Rennes, lors de son audition au CESR de Bretagne : *« la pratique d'activités physiques est encore plus importante et utile pour une personne handicapée que pour une personne valide. À l'évidence, elles constituent une technique fonctionnelle et globale de rééducation et de réadaptation. Faire du sport, c'est développer sa force musculaire et des compensations pour améliorer son autonomie. Les activités physiques et sportives permettent de tirer le meilleur parti des possibilités motrices restantes »*[223].

L'INSERM confirme ces observations en constatant que l'activité physique « joue un rôle très important sur la qualité de vie » des personnes en situation de handicap : « les recherches à partir d'échantillons importants ont montré les répercussions psychosociales du réentraînement à l'effort en phase d'hospitalisation au niveau de la reprise du sport, de sa poursuite, sur les demandes d'aide médicale, sur l'insertion professionnelle, sur l'autonomie motrice. Les auteurs démontrent que les blessés médullaires, le plus souvent des adultes jeunes, ayant effectué un réentraînement à l'effort lors de leur séjour en centre de rééducation bénéficient d'une qualité de vie plus grande dans les cinq années post-trauma. Il en est de même pour l'amélioration des capacités physiologiques. Par ailleurs, les personnes présentant un handicap physique s'investissent de plus en plus dans le sport de compétition en retirant tous les avantages individuels et sociaux mais en prenant parfois les risques inhérents à l'excès de cet engagement. »

Les auditions et visites du CESR de Bretagne pour la présente étude, notamment au Centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56), ont confirmé ces

[221] Rapport intégral INSERM, pp 331-333
[222] Institut de formation en Pédicurie, Ergothérapie et Kinésithérapie de Rennes
[223] Audition CESR de Bretagne du 2 septembre 2008

observations scientifiques de l'INSERM sur les bienfaits de l'activité physique ou sportive pour les personnes en situation de handicap physique[224].

B) Personnes en situation de handicap mental ou psychique

Les auditions réalisées par le CESR de Bretagne, notamment celle des représentants régionaux de la Fédération Française de sport adapté (FFSA)[225], ont mis en évidence de nombreux bienfaits de l'activité physique ou sportive chez les personnes en situation de handicap mental ou psychique.

Ce que confirme, par ailleurs, l'étude de l'INSERM, rappelant que moins d'un tiers des adultes atteints de déficiences intellectuelles ont un niveau d'activité physique suffisant pour être favorable à la santé. Il a été mis en évidence qu'une pratique physique ou sportive en institution et dans les situations de loisirs améliorait l'estime de soi des adultes en situation de handicap mental.

Chez les adolescents, les bénéfices en termes de « sentiment de compétence » sont plus incertains et varient en fonction des déficiences, des environnements et de la qualité de l'accompagnement humain des activités. L'INSERM souligne toutefois que les activités sportives adaptées renforcent « la motivation, la socialisation, le plaisir partagé et le regard positif des pairs et des parents ». En outre, elles concourent à lutter contre certains sur-handicaps associés à trois troubles dont la prévalence est important chez les personnes en situation de handicap intellectuel : l'obésité, la dépression et les troubles du comportement.

1.1.1.12. L'activité physique est un facteur d'équilibre de la santé mentale, surtout lorsqu'elle est modérée

Dans son chapitre consacré aux effets de l'activité physique ou sportive sur la santé mentale, l'INSERM relève que, jusqu'à présent, « l'essentiel de la psychologie sportive étant focalisé sur la préparation à la performance », peu de travaux de synthèse ont été réalisés sur « l'amélioration de la santé mentale par la participation à des activités physiques ou sportives »[226]. Il constate également que, d'une manière générale, malgré un large consensus sur ces bienfaits « pour des populations de plus en plus sédentaires, en souffrance psychique, avec des troubles psychiatriques, ou en situation de réinsertion sociale, son utilisation reste plutôt un vœu pieux qu'une réalité dans les services psychiatriques, de rééducation, de réadaptation ».

Nous nuancerons cette observation, car, comme l'ont illustré certaines auditions réalisées par le CESR de Bretagne, en établissement de soins psychiatriques, il arrive que le sport soit médicalement prescrit, comme l'illustrent les actions menées par l'association française « Sport en tête » que nous présenterons plus loin[227]. De même, la Fédération française de sport adapté (FFSA), développe de nombreuses actions en direction des populations de tous âges atteintes de handicap mental ou psychique. En ce domaine ce n'est pas toujours la volonté qui manque, mais souvent les moyens humains et budgétaires de développer les activités physiques ou sportives pour tous.

[224] Voir point suivant, 1.2.3.1
[225] Audition du Comité régional de Sport adapté de Bretagne, le 16 décembre 2008, à Rennes : Joël Renault, Christian Glémarec, Renaud Bertrand
[226] Rapport intégral INSERM, p 509
[227] Voir plus loin, point 1.2.3.5

A) Activité physique et anxiété

Bien que, scientifiquement, les niveaux de preuve soient considérés comme faibles ou modérés, ils n'en sont pas moins significatifs : l'exercice physique est généralement associé à la réduction de l'anxiété et à ses indicateurs physiologiques. Cet effet anxiolytique de l'activité physique est surtout avéré pour la pratique de loisirs de faible intensité et auprès des personnes en faible condition physique et avec un fort niveau d'anxiété. En revanche, l'INSERM souligne que la pratique sportive intensive, trop focalisée sur la performance et la compétition, peut provoquer des réactions de stress, voire certains troubles anxieux.

Chez les individus non anxieux, les bénéfices psychologiques de l'activité physique apparaissent principalement au niveau de l'anxiété passagère et situationnelle médicalement appelée « l'anxiété d'état ». *Chez les sujets modérément ou fortement anxieux*, l'activité physique permet également d'améliorer *l'anxiété d'état* en tant que « thérapie complémentaire ». Ces effets positifs *à court terme* se font sentir pendant et après la pratique et sont plus significativement associés à un exercice d'intensité faible à modérée qu'à la pratique intensive.

Concernant non plus l'anxiété d'état, mais *« l'anxiété de trait »*, c'est-à-dire une disposition comportementale conduisant à une anxiété plus structurelle et souvent disproportionnée face à des situations objectivement sécuritaires, les effets bénéfiques sont plus incertains au vu des travaux scientifiques existants. Il est toutefois suggéré que l'activité physique permettrait de réduire les manifestations physiologiques du stress et de l'anxiété et renforcerait les capacités du sujet anxieux à faire face à des situations stressantes (« coping »).

B) Activité physique et dépression

L'INSERM rappelle que « proche de l'anxiété, la dépression touche l'image de soi et du corps » et que, en France, elle « concerne aujourd'hui 3 millions de personnes de 15 à 75 ans », soit près de 15% de la population. C'est donc un enjeu de santé publique très important. En quoi, l'activité physique ou sportive peut-elle contribuer à prévenir ou de soigner la dépression ?

Selon plusieurs travaux, les populations sédentaires présenteraient un risque de dépression plus élevé que les populations physiquement actives. Chez les sujets souffrant de dépression, si les effets de l'activité physique sur la pathologie elle-même ne font pas encore consensus au niveau scientifique, en revanche, ses bénéfices sur les « répercussions secondaires » négatives de la maladie sont avérés : inactivité, isolement, baisse de l'estime de soi, trouble de l'image du corps, inquiétudes somatiques…

Si les mécanismes d'action de l'activité physique sur la dépression restent discutés, ils sont « très certainement multifactoriels et varient en fonction du type d'activité, de l'intensité de la pratique, de la durée, de la présence de participants, de spectateurs… ». Certaines recherches soulignent des « facteurs psychologiques : regard positif des autres, rupture par rapport aux pensées négatives, nouvelles compétences, rencontres, sentiment de maîtrise, effet de distraction, diminution de l'anxiété corporelle » ; et d'autres, des « facteurs physiologiques » liés à l'amélioration de la condition physique : endomorphines, monoamines (ex : neurotransmetteurs tels que la dopamine, l'adrénaline, la noradrénaline, la sérotonine), sécrétions hormonales (ex : cortisol) …

Le rôle de *l'environnement* de la pratique apparaît également comme déterminant : la présence d'un coach ou une pratique en petit groupe sont corrélées positivement aux bienfaits psychologiques de l'activité physique sur la dépression.

Pour l'INSERM, « il est évident que l'activité physique peut jouer un rôle majeur et limiter les inadaptations donc améliorer la qualité de vie des patients », ainsi que leur condition physique. Il conclut : « l'activité physique devrait être proposée dans toute prise en charge de la dépression ».

Un programme scientifique d'activité physique pour diminuer les niveaux d'anxiété et de dépression (INSERM, d'après le modèle de référence de Dunn et coll, 2005[228]) :

- Travail de type aérobie (marche) ou de renforcement musculaire (non aérobie) d'intensité modérée ;
- 3 à 5 fois par semaine ; séquences de 30 mn ; pendant au moins 12 semaines consécutives ;
- Travail en groupe ou individuel avec coach ;
- Effets bénéfiques notés à partir de 8 semaines de pratique ;
- Pour une séance supérieure à 30 mn : réduction de l'anxiété d'état 30 mn après le début de l'exercice.

C) Activité physique et autres troubles mentaux ou comportementaux sévères

S'agissant de troubles mentaux ou comportementaux plus sévères, tels que la schizophrénie ou l'autisme, bien que soient observés des bénéfices cliniques de la pratique d'une activité physique, les recherches sont à ce jour peu nombreuses et ne mettent pas encore en évidence, de manière scientifiquement validée, d'effets thérapeutiques avérés.

Chez les sujets souffrant de schizophrénie, dont neuf sur dix sont considérés comme physiquement inactifs, l'activité physique semble particulièrement recommandée comme un complément de traitement visant à améliorer la qualité de vie. Ceci a été confirmée, lors de l'audition, par le CESR de Bretagne, de représentants de l'association « Sport en tête ».

Chez les personnes autistes, plusieurs publications ont mis en évidence les bienfaits psychosociaux de la pratique sportive, y compris en milieu ordinaire avec des valides. L'audition, par le CESR de Bretagne, du REC Rugby qui accueille des enfants autistes en son sein dans le cadre de l'opération « un club, un autiste », a bien illustré ces bénéfices[229].

1.1.1.13. Même si certains risques existent, l'activité physique ou sportive est un facteur de développement chez l'enfant et l'adolescent

L'INSERM observe que l'activité physique ou sportive chez l'enfant et l'adolescent comporte de nombreux bénéfices pour leur développement. En particulier, elle est un des moyens de lutte contre la progression du surpoids et de l'obésité, permet de développer de nombreuses habiletés cognitives et sociales et améliore le bien-être psychologique. Sur le plan de la santé mentale, « plus le temps de pratique sportive est élevé, moins les jeunes ont tendance à avoir des idées suicidaires ou des passages à l'acte, mais la relation est en « U » quand on considère les conduites à risque, telles que la consommation de substances psychoactives ou les conduites violentes ».

Ce dernier constat national interpelle dans une région comme la Bretagne, particulièrement marquée par la sursuicidité des jeunes et la poly-consommation de substances psychoactives.

[228] Référence scientifique des travaux cités par l'INSERM : Dunn Al, Trivedi MH, Kampert JH, Clark CG, Chambliss Ho ; « Exercice treatment for depression : Efficacity and dose response. Am J Prev Med 2005, 28 : 1-8
[229] Audition d'Arnaud Mennesson, REC Rugby

La pratique du sport de haut niveau, « globalement bénéfique », comporte également des risques pour la santé des enfants et des adolescents, comme par exemple :
- des risques physiques : accidents, entraînement excessif,
- des risques psychologiques : pression de réussite externe et interne, érosion de l'estime de soi en cas d'échecs répétés, implication trop exclusive dans la discipline choisie.

S'agissant des risques perçus de l'activité sportive, il faut noter qu'un quart des parents découragent leurs enfants de 5 à 12 ans de pratiquer des sports qu'ils perçoivent comme étant à risque d'accident.

Par ailleurs, l'INSERM souligne les bénéfices ultérieurs d'une activité sportive chez les enfants et les adolescents. En effet, « il y a un *continuum* entre la pratique sportive juvénile et la pratique à l'âge adulte. Une activité physique durant l'enfance augmente les chances d'une activité physique durant l'âge adulte », et par voie de conséquence, un niveau d'activité physique favorable à la santé.

1.1.1.14. L'activité physique ou sportive présente des effets spécifiques aux différents âges de la vie de la femme

D'une manière générale, comme nous l'avons vu, les filles et les femmes ont un niveau d'activité physique plus faible que les garçons. L'enjeu est donc de favoriser les conditions d'une pratique physique ou sportive permettant d'atteindre, chez les filles, les adolescentes et les femmes le niveau d'activité physique minimale entraînant des bénéfices pour la santé, à savoir au moins l'équivalent de 30 mn par jour d'activité physique d'intensité modérée, nécessaire, en particulier, à la réduction des risques de maladies cardiovasculaires et de certains cancers, au contrôle du poids et à la condition physique générale. Ces bénéfices sont accrus par des exercices réguliers de renforcement musculaire.

Dans les premières années suivant la ménopause, les femmes subissent une perte massive de masse osseuse d'environ 1% par an en moyenne, accroissant de fait, les risques de fracture (ex : col du fémur). D'une part, il est aujourd'hui établi, selon l'INSERM, que « les femmes qui ont pratiqué régulièrement une activité physique au cours de leur vie ont en général une masse osseuse plus importante ». D'où l'importance, cela a déjà été signalé, de l'activité physique ou sportive variée dès l'enfance et pendant toute la période de croissance de l'adolescente.

Une fois la ménopause installée, « la pratique régulière de l'exercice musculaire peut prévenir voire inverser d'au moins 1% par an la perte osseuse liée au vieillissement, à la fois au niveau vertébral et au niveau du col fémoral ». Ainsi, « les femmes qui marchent au moins 4 h par semaine ont un risque de fracture du col du fémur diminué de 40 % par rapport aux femmes sédentaires marchant moins de 1 h par semaine ». A partir de 70 ans, cette perte osseuse n'est plus compensée par l'activité physique, mais elle est quand même freinée par cette dernière.

Les bénéfices de l'activité physique régulière chez les filles et les femmes peuvent toutefois être annulés par une pratique intensive excessive. Associée à un déficit énergétique, celle-ci peut en effet induire des troubles du cycle allant jusqu'à l'aménorrhée[230]. Or ces troubles peuvent avoir des conséquences délétères sur la densité minérale osseuse, le système vasculaire (fonction endothéliale) et un profil lipidique athérogène. Chez les adolescentes, l'entraînement physique intense peut aussi agir négativement sur les fonctions de reproduction en induisant un retard pubertaire. Selon l'INSERM, « certains sports sont plus concernés que d'autres comme ceux imposant une maîtrise de la composition corporelle tels que la danse ou la gymnastique. »

[230] absence de règles

1.1.1.15. L'activité physique d'intensité modérée intervient de manière très positive sur la santé des personnes âgées

L'activité physique régulière permet, chez la personne âgée, de ralentir certains effets du vieillissement ayant pour conséquence une diminution de l'autonomie et de la qualité de vie.

Tout d'abord, en prévention, être physiquement actif à l'âge adulte est associé à une meilleure mobilité à un âge avancé

Ensuite, chez le sujet âgé, la pratique d'une activité physique contribue au maintien de la fonction musculaire et limite les risques liés à la sarcopénie[231]. Or la faiblesse musculaire est souvent associée à une diminution de l'autonomie, de la mobilité ainsi qu'à un risque accru d'incapacité et de chute.

L'INSERM souligne les bénéfices de « programmes combinant des exercices d'équilibre, de renforcement musculaire des membres inférieurs, de souplesse et/ou d'endurance » qui « permettent de réduire le risque de chute chez le sujet âgé. Le risque de fracture du col du fémur serait ainsi réduit de 20 à 40 % chez les individus physiquement actifs comparé à celui des sujets sédentaires.

L'activité physique est également bénéfique à la santé mentale des personnes vieillissantes. Il améliore le bien-être et la qualité de vie et ralentit le déclin cognitif. Il a ainsi été montré que les performances cognitives sont supérieures chez des sujets entraînés comparés à des sujets non entraînés quel que soit le statut cognitif de départ. Une meilleure oxygénation du cerveau favorisée par la pratique physique régulière a un effet probant au niveau de la capacité de réaction, de la mémoire et du raisonnement. Certains travaux suggèrent même, au vu de ces bénéfices sur les fonctions cognitives, que l'activité physique, comme déjà signalé, pourrait prévenir ou ralentir l'apparition de maladies neurodégénératives comme la maladie d'Alzheimer et d'une manière générale, les déficiences liées aux maladies chroniques ou au vieillissement.

Il est enfin important de souligner que l'ensemble de ces bénéfices sont aussi constatés chez le sujet âgé fragile, même à un âge très avancé.

La rencontre, par le CESR de Bretagne, de l'équipe d'animation de l'EHPAD Ferdinand Grall de Landerneau (29), et de l'une de ses résidentes âgée d'environ 90 ans, a illustré cette observation (action décrite ci-après). Déjà, dans son étude « Bien vieillir en Bretagne » (2007), après avoir enquêté auprès du Service de prévention par les activités physiques adaptées de la Mutualité française des Côtes d'Armor[232], le CESR soulignait les bénéfices de celles-ci. Etaient aussi mis en avant les nombreux bénéfices pour la santé liés à l'activation de la vie sociale des personnes vieillissantes[233] (notion de bien-être bio-psycho-social de l'OMS).

1.1.2. Les recommandations scientifiques générales et spécifiques définissant les niveaux d'activité physique bénéfiques pour la santé

Au vu des nombreux bénéfices associés à la pratique régulière d'une activité physique ou sportive adaptée tout au long de la vie, chez les femmes comme chez les hommes, chez les bien-portants comme chez les malades, chez les personnes valides comme chez celles qui sont en situation de handicap, etc., l'INSERM, au stade des connaissances actuelles (2008), énonce des recommandations aujourd'hui validées par la communauté scientifique

[231] sarcopénie : diminution de la masse musculaire
[232] Audition de Mme Maguelonne Vallée, Educatrice responsable du SPAPA à la Mutualité 22 – CESR de Bretagne, « Bien vieillir en Bretagne », octobre 2007, pp 199-2000
[233] voir plus loin pour des exemples, points 1.2.2.1 et 1.2.2.2

internationale pour promouvoir, dans la population, un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé.

1.1.2.1. Activité physique : la recherche évolutive de la relation « dose-réponse » favorable à la santé

Les recommandations de santé publique qui suivent reposent sur la recherche, par la communauté scientifique et médicale, d'une relation entre la « dose » d'activité physique et « la réponse » physiologique ou psychologique sur la santé du sujet. Cette « dose », est définie par l'intensité, la fréquence, la durée par session de l'activité résultant en une quantité totale d'activité, le plus souvent exprimée en équivalent de dépense énergétique.

- Avant les années 1990 : activité intensive pour améliorer la capacité cardio-respiratoire

Avant les années 1990, les recommandations internationales reposaient sur un modèle « entraînement physique - condition physique », visant d'abord à renforcer les capacités cardio-respiratoires des individus. Les exercices physiques alors préconisés étaient souvent d'intensité élevée.

- Les recommandations américaines de 1995 reprises par l'OMS : une vision élargie et pragmatique de l'activité physique

A partir des années 1990, ces recommandations s'orientent vers la promotion de l'activité physique au sens large, y compris pour prévenir certaines pathologies chroniques, notamment cardio-vasculaires. En 1995, aux Etats-Unis, le Collège américain de médecine du sport (ACSM) et les Centres pour le contrôle et la prévention de la maladie (CDC) publient des recommandations qui feront référence jusqu'à leur actualisation de 2007. C'est ainsi en 1995 qu'apparaît par exemple la préconisation d'un minimum de 30 mn d'activité physique d'intensité modérée par jour. Ces recommandations américaines sont adoptées par l'OMS et la Fédération internationale de médecine du sport sous l'appellation « Health-Enhancing Physical Activity ou HEPA », c'est-à-dire l'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé.

Ces recommandations de 1995 sont remarquables et innovantes à plusieurs points de vue selon l'INSERM : « L'intensité recommandée est dite modérée (pratique de la marche rapide par exemple) ; le caractère quotidien de l'activité ; le concept d'accumulation de l'activité physique (la durée recommandée de 30 mn peut être divisée en 2 ou 3 fois 10 mn) ; de très nombreuses activités physiques de la vie quotidienne ou courantes effectuées dans le cadre professionnel, domestique (à la maison et à proximité du domicile) et lors des trajets/transports peuvent être prise en considération. » Ces précisions sont très importantes car d'elles découlent un ensemble de stratégies et d'actions de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique.

- Les recommandations actualisées de 2007

En 2007, reprenant la plupart des recommandations de 1995, le Collège américain de médecine du sport (ACSM) et l'Association américaine d'étude des maladies du cœur (American Heart Association ou AHA) les actualisent et les précisent au vu des connaissances scientifiques en vigueur. Ces recommandations de 2007 font aujourd'hui (2009) consensus auprès de la communauté scientifique internationale. L'INSERM rappelle toutefois une importante limite de ces recommandations : elles ne concernent que l'activité physique des adultes de plus de 18 ans et pas celle des enfants ou adolescents sur laquelle le consensus scientifique reste à parfaire.

- Des recommandations générales ou spécifiques à certaines populations

L'INSERM distingue des recommandations *générales* d'autres plus *spécifiques* à certains groupes de population : malades, personnes âgées, enfants et adolescents…

Certaines recommandations spécifiques ont déjà été présentées, sous forme d'encadré, dans le point précédent concernant les bénéfices de l'activité physique ou sportive (ex : recommandations concernant les personnes souffrant de dépression). Nous ne les reprendrons donc pas ci-après.

1.1.2.2. Les recommandations de l'INSERM pour une activité physique favorable à la santé

Le rapport de l'INSERM, outre une analyse approfondie des effets de l'activité physique sur la santé, comporte de nombreuses recommandations à l'ensemble des acteurs concernés. En réalité tout le monde est concerné. Le rapport de Jean-François Toussaint *« Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par les activités physiques ou sportives »* (2008), reprend une grande partie de ces recommandations, comme nous le verrons à la fin de cette première partie du rapport.

Nous présentons ici, à titre principal, les recommandations de l'INSERM en termes de *niveau d'activité physique favorable à la santé*, sachant que, pour les adultes, l'Institut français s'appuie sur des recommandations internationales actualisées en 2007.

A) Recommandations pour la santé des enfants et adolescent(e)s

Comme déjà signalé et contrairement aux recommandations pour les adultes, il est précisé par l'INSERM que celles concernant l'activité physique des enfants et adolescents ne font pas encore l'objet de recherches ou d'études épidémiologiques suffisamment approfondies et validées internationalement qui permettraient d'établir précisément la relation « dose-réponse » la plus favorable à la santé.

Cette réserve étant posée, de récentes conférences de consensus ont permis de dégager un large accord pour dire que les enfants ont davantage besoin de se dépenser physiquement que les adultes et que le minimum de 30 mn/jour d'activité physique d'intensité modérée n'est probablement pas suffisant.

En conséquence, l'INSERM, au vu de ses recherches scientifiques, recommande pour les enfants et adolescents « un minimum de 60 minutes (et non 30 minutes) par jour d'activités physiques d'intensité modérée à élevée », « sous forme de sports, de jeux ou d'activités physiques de la vie quotidienne ». L'Institut souligne que « la promotion d'un mode de vie physiquement actif doit être l'affaire de tous » : familles, éducateurs physiques, écoles, centres médico-sportifs, collectivités…

En termes d'activités sportives, il est suggéré de privilégier, pendant l'enfance, les pratiques variées de type multi-activités ou multisports, comportant en particulier des activités vibratoires pour renforcer le capital osseux pendant la croissance, notamment chez les filles et les adolescentes, chez qui la pratique est à encourager fortement.

Mais, si l'activité physique ou sportive est à promouvoir chez les jeunes, il faut aussi prendre en compte le fait que, lorsqu'elle est trop intensive ou excessive, celle-ci n'est pas sans risque pour le développement harmonieux –actuel et futur - des enfants et adolescents ainsi que pour leur intégrité, tant physique que psychique.

Enfin, si la promotion de l'activité physique ou sportive chez les enfants et adolescents est l'affaire de tous, elle doit aussi être favorisée et stimulée par les adultes dans les différents environnements et temps de vie des enfants : école, déplacements, aires de jeux, domicile et ses abords, clubs sportifs, vacances et loisirs familiaux, etc. Comme l'écrit l'INSERM « ces interventions doivent s'appuyer sur les interactions dynamiques entre les individus et leur environnement physique et socioculturel ». Cette observation vaut pour les enfants et adolescents, comme pour les adultes.

B) Recommandations pour la santé des adultes de 18 à 65 ans

Après avoir souligné l'importance de la sensibilisation et de l'information de la population adulte sur les bénéfices pour la santé d'un mode de vie physiquement actif, l'INSERM reprend les recommandations de santé publique faisant consensus auprès de la communauté internationale depuis 2007. A noter, qu'en France, certaines d'entre elles sont déjà intégrées dans le Plan national nutrition santé (PNNS 2006-2010) dont une déclinaison régionale existe en Bretagne. L'objectif étant, à côté de l'alimentation dont l'importance pour la santé est au moins aussi primordiale, sinon plus, de promouvoir dans la population un niveau d'activité physique favorable à la santé.

Voici les recommandations internationales telles qu'elles sont synthétisées par l'INSERM :

« Pour les adultes de 18 à 65 ans, il est recommandé une activité physique de type aérobie (endurance) d'intensité modérée pendant une durée *minimale* de 30 minutes, 5 jours par semaine, ou une activité de type aérobie d'intensité élevée pendant une durée minimale de 20 minutes, 3 jours par semaine.

Cette activité physique peut faire l'objet d'activités combinées. Par exemple : marcher d'un bon pas pendant 30 minutes, 2 fois dans la semaine et pratiquer un jogging pendant 20 minutes, 2 autres jours de la semaine.

Ces recommandations préconisent également des activités de renforcement musculaire (travail contre résistance) qui doivent compléter les activités d'endurance (de type aérobie). Ces exercices de renforcement musculaire devraient être pratiqués au moins 2 jours, non consécutifs, par semaine, sous forme d'exercices utilisant les principaux groupes musculaires (avec 8 à 12 répétitions de chaque exercice).

Les activités de la vie courante d'intensité modérée à élevée pratiquées pendant 10 minutes ou plus d'affilée peuvent être comptabilisées pour atteindre le niveau recommandé. La durée minimum des sessions significatives est de 10 minutes. »[234]

Ce niveau d'activité physique recommandé s'ajoute donc aux activités physiques quotidiennes de faible intensité (ex : marche à allure normale) et à celles durant moins de 10 minutes, quelle que soit leur intensité, celles-ci n'étant pas considérées comme suffisantes pour entraîner des bénéfices significatifs pour la santé.

Un autre élément doit être souligné : les niveaux d'activité physique recommandés sont des minima et, sauf pratique excessive, l'INSERM insiste sur le fait que « dépasser le niveau minimum recommandé permet d'obtenir des bénéfices supplémentaires en termes de santé » : amélioration des capacités physiques, réduction du risque de maladie chronique et d'incapacité, prévention d'une (re)prise de poids excessive, etc.

La notion de combinaison d'activités est également très importante sur le plan pratique, d'une part, pour évaluer le niveau d'activité physique dans la population, d'autre part, pour

[234] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », Dossier de presse du 1er avril 2008 et Synthèse pp 101-102

encourager les individus à faire les efforts nécessaires dans leur vie quotidienne : il est plus facile de marcher à allure rapide 3 fois 10 minutes sur le trajet domicile-travail par exemple, que de s'astreindre, 5 jours par semaine, à une marche soutenue pendant 30 minutes d'affilées. La combinaison concerne aussi les activités physiques d'intensité modérée ou élevée : il est donc possible de cumuler, par exemple, une pratique sportive d'une heure par semaine en club et la marche rapide au quotidien.

Les bénéfices du sport, qui ne sont pas limités à la santé, mais s'étendent aussi à bien d'autres domaines, comme la vie sociale (voir chapitre 4) ou l'éducation (Cf. chapitre 2), peuvent être cumulés avec un mode de vie physiquement actif au quotidien.

C) Recommandations pour la santé des séniors (adultes de plus de 65 ans)

Pour les seniors, c'est-à-dire les adultes de plus de 65 ans, les recommandations d'activité en termes de durée et de fréquence sont identiques aux *minima* recommandés pour les adultes moins âgés. Toutefois, l'intensité est à moduler selon les capacités, l'âge et le sentiment d'effort du sujet. Par exemple, pour certaines personnes âgées, la marche à allure normale sera considérée comme une activité physique d'intensité modérée, alors que pour d'autres celle-ci correspondra à une marche rapide.

Pour les plus âgés, les recommandations portent sur l'individualisation du type et de l'intensité de l'exercice physique, mais aussi sur la diversification des exercices. Il est ainsi conseillé de réaliser, en plus du niveau d'activité physique quotidien recommandé aux adultes :

- des exercices de renforcement musculaire (travail contre résistance) concernant les groupes musculaires principaux, pratiqués au minimum deux fois par semaine au cours de journées non consécutives. Ces exercices peuvent être réalisés en soulevant des charges. L'intensité de l'exercice peut être modulée (considérée comme modérée ou élevée) selon les sujets. Il est recommandé de faire travailler 8 à 10 groupes musculaires (avant bras, bras, épaules, quadriceps…). Pour chaque groupe musculaire, il faut réaliser 10 à 15 répétitions ;

- des exercices d'assouplissement (cou, épaule, taille, hanche…) au minimum 2 jours par semaine pendant au moins 10 minutes pour maintenir la souplesse nécessaire aux activités de la vie quotidienne ;

- des exercices d'équilibre 2 autres jours dans la semaine pour diminuer les risques de blessures consécutives aux chutes chez les personnes les plus sédentaires présentant par exemple une maladie chronique (ex : marcher sur une ligne tracée sur le sol, enjamber des plots placés sur cette ligne…).

En résumé, l'activité physique ou sportive est recommandée à tout âge à condition qu'elle soit adaptée aux capacités, âges et souhaits de chacun.

C'est d'ailleurs la philosophie qui sous-tend les nombreuses actions en direction des seniors développées par de grandes fédérations de sport pour tous en France telles que, par exemple, la Fédération Française d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) ou la Fédération Française EPMM-Sport pour tous[235]. Ces deux dernières fédérations, sollicitées pour la présente étude, ont rapporté de nombreuses initiatives en ce sens en Bretagne[236], nous y reviendrons plus loin.

[235] Voir point 1.2.2.3 notamment
[236] Audition CD EPMM 35 le 1er avril 2009 à Bruz ; Contribution écrite du CR FFEPG Bretagne du 24 octobre 2008

Le Dr Michel Trégaro[237], lors de son audition au CESR de Bretagne, a confirmé ces nombreux bénéfices de l'activité physique auprès des personnes âgées résidant en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes ou EHAPD (voir 4.1.2.2 ci-après).

D) Autres recommandations pour quelques groupes spécifiques

Pour les adultes atteints de maladie chronique pour lesquels une activité physique est un élément thérapeutique, notamment les personnes de plus de 50 ans, les règles de précaution inhérentes à chaque cas pathologique doivent être respectées (ex : maladie cardiovasculaire). Elles doivent aussi être adaptées en fonction de l'évolution de la maladie –amélioration ou aggravation.

Chez le sujet adulte sédentaire sans pathologie chronique, la règle doit être la reprise progressive, par pallier, de l'activité physique.

D'autres recommandations spécifiques figurent dans les points portant sur les bénéfices d'une activité physique favorable à la santé (voir ci-avant).

1.2. En Bretagne : quelques exemples d'actions favorisant la santé par l'activité physique ou sportive régulière et adaptée

Après cette présentation théorique des bénéfices pour la santé de l'activité physique ou sportive régulière à partir de l'audition du Professeur Rochcongar et de l'importante étude de l'INSERM, il nous paraît à présent nécessaire d'illustrer ces nombreux bienfaits par quelques actions régionales particulièrement exemplaires, parmi la multitude existante, dont les acteurs ont été auditionnés ou repérés par le CESR de Bretagne, parfois lors de visites sur le terrain.

Ces actions seront présentées dans leur contexte local. Par ailleurs, les liens entre les multiples bienfaits de l'activité physique ou sportive, font que certaines d'entre-elles auraient très bien pu être présentées dans les parties à suivre consacrées à l'éducation par le sport ou au développement social et territorial. C'est ici la dimension santé, au sens large de l'OMS, à savoir le bien-être bio-psycho-social, que nous souhaitons mettre en avant. Nous y ajouterons une composante environnementale, tant les liens entre santé et environnement apparaissent comme des enjeux importants pour l'avenir.

A l'occasion de la présentation de ces actions, seront également mentionnées, le cas échéant, certaines préconisations pratiques suggérées lors des auditions et que nous développerons plus longuement à la fin de cette première partie relative à la santé par l'activité physique ou sportive, lorsque nous proposerons, en Bretagne, un Plan régional de prévention par les activités physiques ou sportives (PR-APS), « Kino-Bretagne », déclinaison régionale possible des recommandations nationales du rapport du Pr Jean-François Toussaint[238].

1.2.1. Activité physique, nutrition et santé

Deux exemples d'actions ayant trait à la relation activité physique-nutrition et santé sont présentés ici : le programme « Ensemble prévenons l'obésité des enfants » ou EPODE à Vitré (35) ; les actions mises en place par la commune de La Guerche (35), qui a obtenu le label national « Ville active » dans le cadre du Plan national nutrition santé 2006-2010.

[237] Audition CESR de Bretagne du 6 janvier 2009

[238] Professeur Jean-François Toussaint : « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive », Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, 2008

1.2.1.1. « Ensemble prévenons l'obésité des enfants (EPODE) » à Vitré

L'audition[239] de M. Jean-Yves BESNARD, conseiller municipal de Vitré, de M. Christophe Jaffrelot, Directeur des sports de la Ville de Vitré, et de M. Fabien Linger, chargé de mission EPODE (diététicien), a permis de mettre en avant l'intérêt du Programme EPODE à Vitré, dont les résultats sont exemplaires.

A) EPODE : un programme national d'actions sur l'alimentation et l'activité physique en milieu scolaire impliquant de nombreux acteurs locaux

EPODE est un programme national[240], labellisé par l'Organisation mondiale de la santé, de prévention de l'obésité infantile par des actions en milieu scolaire sur :

- l'alimentation ;
- l'activité physique régulière.

EPODE se caractérise notamment par son public cible, les enfants scolarisés, et par une forte implication des acteurs locaux dont l'Education nationale.

Parmi les 10 « villes pilotes », Vitré est la seule en Bretagne. Ce réseau des villes EPODE regroupait 226 villes françaises en 2009.

Pour prévenir l'obésité infantile, il faut agir le plus tôt possible, dès la petite enfance, en particulier auprès des familles défavorisées qui payent le plus lourd tribut à l'épidémie. L'enjeu est ni plus ni moins celui de l'égal accès à la santé.

Vitré, territoire qui n'est pas parmi les plus défavorisés relativement à d'autres villes EPODE, s'est engagé dans ce programme il y a 5 ans. Le coût annuel du programme, hors frais de personnel et communication[241], est d'environ 15 000€. Aujourd'hui, près de 1 400 élèves sont concernés.

EPODE regroupe une pluralité d'acteurs : chef de projet, médecin référent (auprès de ses collègues), diététicienne référente, chefs d'établissement scolaire et les professeurs, les médecins et les infirmières scolaires, les responsables de la restauration scolaire, les agents de services des écoles, l'hôpital local, des éducateurs sportifs…

Figure 51. EPODE : une multitude d'acteurs locaux pour lutter contre l'obésité des enfants

Source de l'image : www.epode.fr

[239] Audition CESR de Bretagne du 4 novembre 2008, Rennes
[240] En France, le médecin référent est Jean-Michel Borys – A l'origine d'EPODE une étude épidémiologique de long terme sur des actions de prévention de l'obésité et du surpoids menés à "Fleurbaix Laventie Ville Santé" dans le Nord-pas-de calais depuis 1992 (suivi de cohortes). Voir www.epode.fr
[241] la communication nationale EPODE relève d'une agence privée : www.proteines.fr

Pierre Méhaignerie, Député-Maire de Vitré
Interview au site Web d'EPODE – Extraits[242]

« Pourquoi Vitré s'engage-t-elle dans la prévention du surpoids et de l'obésité ?

Il s'agit d'un objectif majeur de santé publique, qui nous concerne tous, et notamment nous, les élus locaux. Je m'intéresse à cette question depuis longtemps, en raison de mes responsabilités à la Commission des Affaires sociales de l'Assemblée nationale. Par ailleurs, ma femme est d'origine américaine, et je suis particulièrement sensible aux risques de dérive vers le phénomène constaté Outre-Atlantique. À Vitré, la mobilisation est très forte, aussi bien au niveau des services municipaux, du réseau associatif que des acteurs privés. Nous parvenons à faire travailler ensemble l'hôpital, la médecine scolaire, les professionnels de santé libéraux, l'Education nationale, autour de projets fédérateurs pour l'ensemble de la population.
Quel doit être le rôle de l'élu ?

Le maire et son équipe doivent agir pour coordonner les initiatives, susciter les bonnes volontés et inciter la population à répondre présent. À Vitré, nous sommes notamment axés sur la promotion de l'activité physique pour agir contre les problèmes de surpoids : des éducateurs sportifs animent les cours d'écoles sur le temps de récréation du midi. Par ailleurs, les moyens de communication et les documents pédagogiques fournis par Epode sont précieux pour faire évoluer les comportements alimentaires. Il faut tout faire pour lutter contre le triptyque ordinateur-télévision-grignotage.

Les résultats sont-ils conformes à vos attentes ?

Nous affichons les meilleurs résultats parmi les villes engagées dans le programme Epode, grâce aux actions menées par le chef de projet, diététicien au service de la ville et aussi en raison du travail de fond mené autour de l'exercice physique. Il y a 6 300 licenciés dans les clubs et un nombre important d'enfants pratiquent un sport. À l'avenir, nous souhaitons renforcer encore les possibilités de mobilité active, avec un plan urbain favorisant les liaisons vertes. Vitré est également engagée dans un projet territorial de santé, où la prévention de l'obésité figurera parmi les principaux objectifs. (…) »

B) Le volet « alimentation »

Source de l'image : www.epode.fr

Le volet « alimentation » du programme EPODE à Vitré est primordial. Nous ne ferons ici que l'évoquer rapidement, notre étude portant essentiellement sur les activités physiques et sportives.

[242] http://www.epode.fr/ville/vitre, consulté le 4 décembre 2009

A Vitré, au niveau de l'alimentation, EPODE intervient sur l'apprentissage du goût, conçoit avec les enfants des panneaux de sensibilisation, développe des activités ludiques[243], met en place des ateliers cuisine avec les enfants… Autant d'actions ciblées qui visent à modifier les comportements des enfants et, par ricochet, ceux de leurs parents.

C) Le volet « activités physiques et sportives » d'EPODE

Source de l'image : www.epode.fr

Concernant le volet « activités physiques et sportives » d'EPODE, il a été développé plus récemment[244] dans un contexte sportif local favorable. L'idée initiale était de faire intervenir deux éducateurs sportifs sur le temps du midi, d'une part, pour « faire bouger les enfants », d'autre part, pour former leurs encadrants à la lutte contre la sédentarité. Constatant que les activités attiraient d'abord les enfants déjà sportifs, des jeux ludiques sortant de l'EPS traditionnelle ont été favorisés pour toucher un public plus large d'enfants (ex : escalade). L'intervention des éducateurs sportifs est temporaire, d'où l'enjeu de la formation du personnel accompagnant les enfants le midi et de la valorisation de leur rôle éducatif. Aujourd'hui, la ville de Vitré s'est lancée un nouveau défi : parvenir à ce que les enfants pérennisent par eux-mêmes les activités physiques ludiques proposées.

Chaque année, en juin, est organisée une semaine de la nutrition et des activités physiques et sportives (SNAPS) qui est l'occasion d'inciter les enfants à mieux manger et à bouger (randonnées parents-enfants avec accès poussettes, animations autour des fruits et légumes, présentation de disciplines sportives dans les écoles en lien avec les sports emblématiques locaux…). A noter, lors de cette semaine, l'implication de grandes surfaces (dons de fruits et légumes, jeux de 7 familles avec les groupes alimentaires…), d'exploitations agricoles, d'artisans de bouche (charcutiers, boulangers…), etc.

Un pedibus a également été mis en place d'avril à octobre. Ce dispositif est très difficile à mettre en place car il repose sur le bénévolat régulier des parents et donc sur leur disponibilité et leur responsabilité en cas d'accident[245]. Une action apparentée est également

[243] ex : adaptation des jeux « Qui est-ce ? » avec des fruits et des légumes ou « Trivial poursuite » avec la pyramide alimentaire
[244] depuis 2 ans
[245] 1 parent pour 8 enfants pour un trajet aller de 20 mn maxi. Distance d'1 km environ.

expérimentée pour les collégiens par la sécurisation d'un cheminement piétonnier entre l'aire de dépôt et l'établissement. L'avantage de cette dernière est qu'elle ne nécessite pas d'accompagnement et peut se dérouler sur toute l'année scolaire.

D) Des résultats très encourageants : stabilisation du surpoids et surtout, régression de l'obésité

Les résultats d'EPODE, 5 ans après son lancement à Vitré, ont été évalués avec l'aide prépondérante des médecins et infirmières scolaires en lien avec l'hôpital local (consultations gratuites). Ceux-ci sont particulièrement encourageants, notamment sur la lutte contre l'obésité, ainsi qu'en 2008, sur le surpoids.

Tableau 10. Résultats d'EPODE à Vitré entre 2005 et 2008

	2005	2006	2007	2008
Nombre d'enfants pesés	**1 332**	**1 377**	**1 380**	**1 401**
Surpoids	**8,41%**	**9,95%**	**9,20%**	**7,28%**
Obésité	**2,03%**	**1,53%**	**0,87%**	**1,00%**
Cumul	**10,44%**	**11,48%**	**10,07%**	**8,28%**

Source : Commune de Vitré, janvier 2010

Même si l'organisation de petits-déjeuners parents-enfants-enseignants à l'école, tout comme les ateliers cuisine[246], rencontrent du succès, l'évaluation de la première phase du dispositif a aussi montré qu'il était difficile de toucher les parents les plus défavorisés.

En termes d'évaluation par ailleurs, comment mesurer, avec si peu de recul, les effets de certains changements de comportements alimentaires ou physiques, alors que les bénéfices pour la santé s'apprécient à long terme (ex : la marche lors du pedibus) ?

Dans toutes les villes EPODE, les résultats en termes de lutte contre l'obésité sont significatifs, ce que confirment les instances nationales d'EPODE : « Après cinq ans d'existence, l'impact d'EPODE est tangible. Dans les villes engagées dès l'origine, on constate une stabilisation de l'obésité et du surpoids, voire une diminution notable pour la plupart d'entre elles. C'est notamment le cas pour les populations les plus exposées, où la prévalence a pu baisser de plusieurs points parmi les communes affichant les meilleurs résultats ».

Selon le Dr Jean-Michel Borys, co-directeur du programme EPODE, « la seule démarche d'éducation alimentaire ne suffit pas à faire évoluer les comportements auprès des enfants. Le succès d'EPODE repose sur un triptyque : une organisation locale transversale, un partenariat public-privé efficace et une forte visibilité politique assumée par l'équipe municipale. C'est cette mobilisation de tous qui permet d'obtenir de bons résultats, en particulier auprès des populations les plus exposées au risque de surpoids et d'obésité. »

Le programme EPODE vient d'être reconduit en France et à Vitré pour la période 2009-2014. Intégrant les objectifs du Plan national nutrition santé (PNNS 2006-2010), ses responsables nationaux ont également décidé d'accentuer la promotion de l'activité physique des enfants en s'inspirant notamment, des recommandations du Pr Jean-François Toussaint, dans son rapport « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par les activités physiques et sportives » (2008).

[246] En lien avec une résidence pour personnes âgées : développement des liens intergénérationnels.

C'est ce qu'expriment, Sandrine Raffin et le Dr Jean-Michel Borys, co-directeurs du programme EPODE : « Le rapport du Pr Jean-François Toussaint fixe de nouveaux enjeux pour la promotion de l'activité physique, partagés par la Coordination nationale du programme EPODE : créer des plans de déplacement actifs, favoriser des initiatives simples, par exemple des équipements dans les cours de récréation. Aujourd'hui, d'autres compétences – urbanistes, experts en sécurité – doivent rejoindre le mouvement EPODE pour nous aider à rebâtir, pierre par pierre, un environnement stimulant »[247].

Rejoindre le réseau des collectivités « EPODE »

Deux types de collectivités peuvent intégrer le programme EPODE :

-une commune, quelle que soit sa taille ;
-un établissement public de coopération intercommunale (EPCI), quel que soit le nombre de communes.

Les villes ou établissements publics de coopération intercommunale sont sélectionnées par le comité d'experts sur dossier de candidature et doivent adhérer à l'Association Fleurbaix-Laventie Ville Santé. La collectivité candidate signe ensuite une Charte d'engagement « Ville EPODE ».

Plus d'informations sur : www.epode.fr
et en Bretagne : http://www.epode.fr/ville/vitre + www.marie-vitre.fr

1.2.1.2. La commune de La Guerche (35) : « Ville active » du Programme national nutrition santé (PNNS)

Source de l'image : www.mangerbouger.fr (PNNS)

La Commune de La Guerche et la Communauté de Communes du Pays Guerchais (CCPG) sont deux collectivités locales labellisées « Villes actives » dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS) 2006-2010[248].

[247] « Ensemble », Lettre d'information EPODE, n° 18, mars 2009
[248] Fin 2009, la France comptait 186 collectivités labellisées « Villes actives », dont plusieurs en Bretagne (ex : Quimper, Vitré, Saint-Pol de Léon, Pont-L'abbé, Plouzané, Brest…). Voir http://www.villeactivepnns.fr/ , consulté le 4 décembre 2009

Qu'est-ce qu'une « Ville active »
du Programme national nutrition santé ?

D'après le site Web de l'action[249], une ville active est « une ville qui a signé la charte "Ville active du PNNS" et qui s'engage, de ce fait, à s'investir dans la promotion de la santé et plus particulièrement la nutrition en :

- répondant aux préoccupations quotidiennes de chacun des administrés : les enfants, les familles, les personnes de grande précarité ;
- déclinant des politiques locales de santé publique grâce à sa proximité, ses compétences transversales et sa connaissance des besoins et attentes de la population, sa capacités à mobiliser, en réseau des partenaires locaux, dans tous les secteurs d'activités ;
- contribuant, en partenariat avec les professionnels de santé, à donner aux populations les moyens d'être acteurs de leur propre santé ;
- proposant un environnement favorable (pistes cyclables sécurisées, restaurations collectives de qualité…) ;
- valorisant toutes les composantes de son territoire : de la population agricole, aux circuits de distribution et de consommation, à l'aménagement du territoire et à la création d'équipements, en mobilisant autour d'un projet fédérateur de santé publique des acteurs locaux très divers : des agriculteurs aux professionnels de l'éducation en passant par des professionnels de la santé, du social et des sports ;
- développant une politique du sport et des activités physiques qui peut concerner une très grande partie de sa population, tous âges confondus et répondre, ainsi au deuxième volet essentiel du PNNS 2, seul moyen de lutter contre la sédentarité[250]. »

Lors de leur audition au CESR de Bretagne, M. Pierre Després, Maire et Président de la CCPG, et Mme Marie-Christine Renouard, Directrice générale des services de la mairie de la Guerche et de la CCPG, ont présenté les actions menées auprès de la population pour améliorer l'alimentation et promouvoir l'activité physique au niveau communal comme intercommunal.
Cette démarche territoriale, à la fois communale et intercommunale, de prévention santé par l'alimentation et l'activité physique est à mettre en lien avec :

- un projet de Maison de santé labellisé « Pôle d'excellence rural » qui devrait voir le jour début 2009 ;
- le projet de Plan local d'urbanisme (PLU) ;
- l'élaboration d'un agenda 21 local ;
- la création d'un lotissement « Haute qualité environnementale » cherchant à favoriser les déplacements doux (vélo, marche), les aires de jeux et donc l'activité physique au quotidien dans un cadre de vie agréable.

Le territoire guerchais est marqué par une augmentation et un rajeunissement de la population des communes situées à la périphérie de la ville centre, ce qui n'est pas sans conséquence sur l'évolution de la demande et de l'offre sportives.

« Villes actives », La Guerche et sa Communauté de communes ont pour l'instant privilégié des actions locales sur l'alimentation qui s'adressent à l'ensemble de la population[251], à tous les âges de la vie, avec un effort particulier en direction des publics précaires davantage affectés par le surpoids ou l'obésité. Il arrive que ces actions de prévention portent également, mais plus rarement, sur la promotion de l'activité physique. Sur ce dernier point, a été soulignée, lors de l'audition, une difficulté à mobiliser certains acteurs du mouvement sportif local pour des évènements ou animations visant à encourager un mode de vie physiquement actif.

[249] http://www.mouveat.com/index.php?nb_rec=55, consulté le 26 novembre 2008, extraits
[250] NDLR : nous mettons en gras ce qui concerne plus particulièrement les APS.
[251] Contrairement à EPODE dont le public cible est restreint aux élèves scolarisés.

Parmi les actions visant à stimuler l'activité physique et la pratique sportive, on peut citer :

- Mouv'Eat[252] : action menée en novembre 2008 pendant la semaine nationale Mouv'Eat en lien avec le PNNS et son label « Ville active » : « Bouger plus, manger mieux conjuguer l'utile et l'agréable dans les collectivités locales ». La priorité guerchaise était la promotion de l'accessibilité des publics précaires aux fruits et légumes et à l'activité physique. Des animations avec les commerçants sédentaires et non sédentaires ainsi qu'avec les associations sportives étaient également proposées.

- Fraich'attitude 2009 : action se déroulant en juin 2009 en vue de promouvoir le « manger mieux, bouger plus » avec le partenariat des écoles, associations et du CCAS. En pratique il s'agit d'une journée avec des activités physiques et sportives, des conseils santé (déshydratation, protection solaire…), un pique-nique préparé par une diététicienne…

1.2.2. Activité physique et personnes âgées

L'activité physique ou sportive procure de nombreux bénéfices pour la santé des personnes âgées, y compris à un âge très avancé, tant pour leur bien-être physique que psychologique ou social.

Nous présentons, ci-après trois exemples d'actions en Bretagne : une formation qualifiante innovante dispensée par le CREPS de Dinard favorisant tant la santé des seniors que l'emploi sportif ; une action de gymnastique intergénérationnelle en établissement à Landerneau ; et quelques activités physiques proposées aux aînés par la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire en Bretagne (FFEPGV).

1.2.2.1. Le Certificat de spécialisation « Animation et maintien de l'autonomie de la personne » (AMAP): une formation innovante en Bretagne pour diffuser les bienfaits de l'activité physique ou sportive en établissement pour personnes âgées

Partant d'une réflexion sur les nouveaux modes de vie des seniors et sur la perspective du vieillissement de la population, l'action présentée par le Docteur Michel Trégaro, lors de son audition au CESR de Bretagne, a été bâtie sur le fondement d'un double constat :

- d'une part, en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), les activités physiques ou sportives (APS) sont un réel facteur de bien-être et de prévention de la dépendance, même pour les personnes âgées atteintes de multiples pathologies ;

- d'autre part, de nombreux éducateurs et animateurs sportifs cherchent à améliorer leurs conditions d'emploi, notamment en dehors des soirées, mercredis et week-ends.

Afin de généraliser et de professionnaliser les APS en EHPAD, une formation innovante a été mise en place au sein du CREPS de Dinard : le Certificat de spécialisation « Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne » (AMAP).

Les professionnels visés sont ceux qui sont titulaires d'un Brevet Professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS), d'un Brevet d'Etat ou d'une Licence STAPS. La formation comprend un module théorique pluridisciplinaire et un stage en EHPAD.

[252] www.mouveat.com , semaine nationale organisée par l'association les Eco-maires depuis 2007. 125 villes engagées en novembre 2008. PNNS et label «Ville active »

D'initiative bretonne, elle fait aujourd'hui l'objet d'une reconnaissance nationale, même si elle remet en cause les frontières traditionnelles entre les métiers de la santé, du social et du sport.

Le groupement d'employeurs « Profession sport Bretagne »[253] propose cette prestation de service aux établissements, ce faisant il sécurise et développe l'emploi des professionnels concernés. L'action rencontre, selon le Dr Trégaro, un fort succès en Bretagne. Reste la question de la pérennité de son financement.

En janvier 2009, 17 établissements avaient fait appel à un éducateur sportif titulaire du Certificat de spécialisation « Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne » (AMAP). Le succès et le développement de cette action a déjà permis de créer 13 emplois à temps complet par l'intermédiaire du Groupement d'employeur « Profession sport Bretagne » (objectif en 2009 : création de 40 emplois ETP).

Un enjeu important est de permettre, à l'avenir, l'intégration de ces activités dans le budget « soins » (PATHOS) de l'établissement alors qu'elles sont aujourd'hui principalement financées par le budget « Hébergement » de l'EHPAD, c'est l'idée du « sport sur ordonnance », à la fois moyens de prévention et thérapeutique.

Préconisation

- Conseil régional : Dans le cadre de la Stratégie régionale formation emploi (SREF) et du Programme régional des stages (PRS), encourager le développement, au sein de la filière sportive, des formations et des métiers « Activité physique-sport-santé ».

-Agence régionale de santé et partenaires : Inscrire l'objectif de développement des formations et métiers « Activité physique-sport-santé » dans le Plan régional de santé.

1.2.2.2. Gymnastique intergénérationnelle à l'EHPAD Ferdinand Grall de Landerneau

Lors de sa visite à Landerneau[254], le CESR de Bretagne a auditionné Mme Odile CROGUENNOC, animatrice du Comité départemental EPMM-Sport pour tous du Finistère ; Mme Christine AGUESSE, parent d'élève membre de l'APEL de l'école Sainte-Anne de Landerneau ; Mme Audrey GARNIER, responsable coordonnatrice de l'animation à l'EHPAD Ferdinand Grall ; Mme Antoinette BIHAN, résidente de l'EHPAD (89 ans) pratiquant la gymnastique intergénérationnelle.

Cette action est remarquable tant par la qualité des animations mises en place que par son caractère intergénérationnel puisque de petits écoliers vont faire de la gymnastique ludique avec les anciens de la maison de retraite, les bénéfices mutuels étant nombreux.

A) L'EHPAD Ferdinand Grall de Landerneau : un lieu de vie avant d'être un établissement de soin

L'établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) « Ferdinand Grall » de Landerneau compte près de 290 résidents dont 210 participent, au moins par leur présence, aux nombreuses animations proposées dans le champ socioculturel et/ou dans celui de l'activité physique. Encouragée par la Direction de l'établissement, pilotée par une coordonnatrice, mise en œuvre par une équipe de 6 animateurs et une quarantaine de

[253] Au niveau départemental, « Profession sports 56 ».
[254] Visite du CESR de Bretagne à Landerneau le 4 mars 2009

bénévoles, l'offre d'animations contribue fortement à faire de l'EHPAD un lieu de vie avant d'être un lieu de soin ou pire, un « mouroir ». L'enjeu est de maintenir les anciens, le plus longtemps possible, « dans la vie et dans la ville ».
Parmi les activités, 20 % sont orientées vers l'enfance (potager, langue bretonne, hip-hop, etc.) et 10 % concernent l'activité physique adaptée (rink hockey adapté, piscine, gym douce, participation à des manifestations sportives…). L'établissement a même créé en son sein un espace de jeux pour les enfants pour favoriser les rencontres intergénérationnelles au cœur de l'institution.

B) Jeux et activités physiques : médiateurs intergénérationnels et sources de bien-être partagé

A l'initiative de la coordonnatrice de l'animation de l'établissement et du Comité départemental « EPMM-Sport pour tous » du Finistère[255], une action d'animation intergénérationnelle a été mise en place depuis 2004. L'idée consiste à organiser des rencontres conviviales et ludiques, 3 fois dans l'année, entre des enfants des classes de Grande section de maternelle et de CP de l'école Sainte-Anne de Landerneau et un groupe d'une vingtaine de résidents de la maison de retraite, le temps de «s'apprivoiser » mutuellement.

Lors de ces rencontres, le jeu et l'activité physique adaptée sont utilisés comme médiateurs intergénérationnels, facilitateurs d'échange, passerelles de rencontres entre les enfants et les anciens, facteur d'un plaisir et d'un bien-être partagé.

Les activités physiques et ludiques développées entre les enfants et les résidents ont pour objectifs un mieux-être bio-psycho-social[256] des pratiquants, quels que soient leur âge et leurs capacités.

1) Objectifs pour les enfants

Les objectifs de ces rencontres ludiques intergénérationnelles sont, pour les enfants, d'ordre éducatif :

- La socialisation et la motricité

Il s'agit d'apprendre à s'opposer et à coopérer grâce aux jeux collectifs, d'exercer sa motricité grâce à la manipulation d'objets et l'exercice des jeux d'adresse.

- L'évolution psychologique

Les rencontres visent aussi à faire évoluer l'opinion des enfants sur les personnes âgées en vivant des actions communes et en mettant l'accent sur les différences qui, au lieu d'être un handicap pour la relation, peuvent devenir une complémentarité et un enrichissement réciproque. Les enfants sont incités à la « décentration » d'eux-mêmes par l'ouverture aux anciens et, ce faisant, ils renforcent leur sentiment d'appartenance à un monde pluri-générationnel. Enfin, le regard bienveillant des personnes âgées renvoie aux enfants une image positive qui, par effet miroir, fait grandir leur estime de soi.

[255] La Fédération multisports EPMM-Sport pour tous promeut l'activité physique de loisir et de bien-être, adaptée aux capacités de chacun, tout au long de la vie : http://www.sportpourtous.org/index.php
[256] Définition de la santé donnée par l'OMS.

2) Objectifs pour les personnes âgées

Pour les personnes âgées, l'objectif est principalement d'améliorer le bien-être physique, psychique et relationnel.

- mieux-être physique

Au niveau physique, les activités ont essentiellement pour finalité le maintien de l'autonomie de la personne : exercer sa motricité pour pouvoir se déplacer ; oser bouger grâce à la stimulation du jeu et à la présence des enfants ; améliorer les capacités de coordination par les jeux d'adresse ; devenir plus souple…

- mieux-être psychique

Il s'agit de renforcer le sentiment des anciens d'être reconnus comme personne à part entière, clef essentielle pour la continuité de la vie sociale ; se dépasser ; prendre confiance en soi ; mieux vivre le handicap ; retrouver du plaisir…

- mieux-être relationnel

Au niveau relationnel, l'objectif est de cultiver chez les anciens le sentiment d'utilité personnelle et sociale, par exemple en valorisant la transmission de leur patrimoine culturel à travers le jeu ; de continuer à côtoyer des enfants –même remuants- pour en apprécier la spontanéité, la générosité et le naturel.

3) Résultats constatés

Odile CROGUENNOC, l'animatrice des jeux et exercices physiques, dresse un bilan très positif de l'activité qui montre que les objectifs sont atteints : *« Le jeu sportif, avec ses règles communes, a été le médiateur pour créer des liens sociaux intergénérationnels. Les résultats sont bénéfiques tant sur le plan physique que sur le bien-être psychologique. Le respect des règles du jeu, la vie ensemble, et la convivialité, la solidarité, le dépassement de soi…ont bien été présents tout en gardant plaisir à jouer. Nous constatons que les enfants entrent dans la maison de retraite sans appréhension et abordent les personnes âgées avec beaucoup de spontanéité. L'émotion est visible dans les regards. Aucune frontière n'existe, le handicap, la maladie, la vieillesse disparaissent, seul l'échange transparait. Un sourire, une parole, une main qui se tend, le tutoiement, les rires émergent dans toute la salle*[257]*. ».*

4) Témoignages

L'équipe d'animation de l'EHPAD a pu recueillir des témoignages directement auprès des enfants, des personnes âgées, de l'institutrice et des parents d'élèves. Nous les reproduisons dans l'encadré ci-après

[257] Contribution écrite du 6 juin 2008 (questionnaire CESR)

Paroles d'acteurs de la gymnastique intergénérationnelle à l'EHPAD Ferdinand Grall de Landerneau

Les enfants :
- « On a hâte de retourner jouer avec eux »
- « La personne âgée lançait la balle par terre, elle était vieille, c'était dur pour elle. »
- « Je l'ai aidée à entendre »

Les personnes âgées :
« Ils nous amènent la vie »
- « Cela me rappelle des souvenirs »
- « Nous avons bien ri »
- « Quand est-ce qu'ils reviennent ? »
- « Ca nous rajeunit »
- « De les voir, on peut partir, la relève est bien assurée »
- « Ca fait plaisir »
- « Ca nous change, il faudrait faire ça toutes les semaines »

Une maman d'élève[258] : « Les enfants viennent avec leur naturel. Ils ne voient pas les vieux mais d'abord les jeux. L'émotion se lit sur le visage des personnes âgées. Rires, sourires, taquineries, les enfants reçoivent beaucoup d'affection. Leur regard sur la vieillesse change : elle n'est plus triste. Ils en reparlent à la maison. Ils ont besoin de bouger et sont heureux de faire plaisir. Ils trouvent que c'est trop court ! ».

Martine, l'institutrice : Les enfants ne font pas mention des handicaps rencontrés ni de la vieillesse ni des différences, ils ne sont pas impressionnés. Ils trouvent les résidents très gentils et ont aimé jouer avec eux. Ils en parlent en rentrant chez eux et autour d'eux.

Audrey, l'animatrice : Elle constate que les séances se déroulent avec beaucoup de spontanéité dans les échanges. Aucune difficulté particulière pour trouver des volontaires. Beaucoup d'émotion, les personnes âgées sont très heureuses. Il n'y a pas d'âge pour le jeu donc pas de sentiment d'enfantillage : les anciens ont envie de découvrir les jeux des enfants

5) Préconisations du CESR

Préconisations

- Conseil régional – Politique sportive : Encourager les activités physiques et le sport favorisant les liens intergénérationnels

- Agence régionale de santé, Conseils généraux, CCAS, CRAM, CPAM, Etablissements pour personnes âgées, Rectorat d'Académie, Directeurs d'établissements scolaires, enseignants : promouvoir les activités physiques ludiques comme médiateur de liens intergénérationnels du type de celles mises en place à l'EHPAD Ferdinand Grall de Landerneau.

1.2.2.3. Quelques actions de la Gymnastique volontaire ayant pour objectif la santé et le bien-être des personnes âgées

Comme d'autres fédérations de sport pour tous, la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV) développe en Bretagne, de très nombreux programmes d'exercices physiques ou sportifs pour les personnes âgées, dans une atmosphère conviviale favorisant le bien-être et le lien social de proximité.

Dans sa contribution écrite au CESR de Bretagne pour la présente étude[259], le Comité régional de la FFEPGV Bretagne rappelle qu'il propose aux personnes âgées « des actions

[258] Mme Christine AGUESSE, parent d'élève membre de l'APEL de l'école Sainte-Anne de Landerneau, Auditionnée par le CESR le 4 mars 2009 à Landerneau
[259] Contribution écrite du 24 octobre 2008

sur le bien vieillir et la prévention des chutes, le développement de la motricité, la sollicitation de la fonction mémoire, la prévention cardio–vasculaire et cardio-respiratoire, etc. » qui « donnent à chacun la possibilité de s'engager dans une pratique qui lui corresponde, source d'apprentissage et de progression ».

Deux exemples peuvent être mentionnés : les « Ateliers équilibre » et l'action « Corps et mémoire ».

A) Des « Ateliers équilibre » pour prévenir les chutes

Le Comité régional de la Gymnastique volontaire rappelle que « la chute peut avoir de graves conséquences : modification du projet de vie, diminution voire perte de l'autonomie, fracture, hospitalisation, décès. A côté de la prise en charge médicale, la prévention est efficace pour lutter contre les chutes. L'objectif du programme est de sensibiliser la personne de plus de 65 ans au problème des chutes et de donner les moyens de les éviter en proposant des ateliers d'exercices sur l'équilibre ».

En Bretagne, depuis 1999, chaque année, 60 « Ateliers équilibre » en moyenne touchent près de 650 à 750 bénéficiaires. Une évaluation récente a montré que ces ateliers permettent de réduire le taux de survenance de chutes des deux tiers ; de reprendre une activité physique pour un tiers des participants ; d'avoir une meilleure capacité à se relever et de reprendre confiance en soi. Le bien-être social des pratiquants est également amélioré par le caractère associatif et convivial de l'activité.

Les Ateliers équilibre contribuent au bien-être bio-psycho-social des personnes âgées participantes, définition même de la santé par l'Organisation mondiale de la santé.

B) L'action « Corps et mémoire »

Cette activité est proposée aux seniors souhaitant maintenir ou améliorer leurs fonctions mnésiques : mémoire visio-spatiale ; mémoire à court et à long terme, etc. Ce travail préventif sur la mémoire est couplé à des exercices physiques lors des cours seniors : travail sur l'équilibre, maintien de l'autonomie fonctionnelle…

La Gymmémoire selon la FFEPGV : des résultats encourageants[260]

La perte mnésique est une image culturellement associée aux déficits de l'âge. Une résignation s'installe et si l'on perd la mémoire c'est l'âge…Et pourtant la fonction mémoire est un processus dynamique qui se réorganise à chaque instant, sans déficit systématique en fonction de l'âge, à condition d'en stimuler toutes les stratégies. La fonction mémoire peut être "entraînée"

Le concept GYMMEMOIRE de la FFEPGV a l'originalité de stimuler la fonction mémoire en engageant les sujets dans un projet moteur qui réactive toutes les entrées sensorielles y compris l'entrée kinesthésique (le 6ème sens, celui du mouvement) optimisant les stratégies de la mémorisation mieux que de simples opérations mentales. Le corps étant l'entrée sensorielle et émotionnelle incontournable de la mémorisation, il est mis en jeu prioritairement dans les ateliers Corps et Mémoire.

L'efficacité de l'entraînement "Gymmémoire" a fait l'objet d'une étude réalisée sur 143 seniors âgés de 50 à 86 ans, dont les résultats sont les suivants :

- les seniors ont amélioré significativement leurs fonctions cognitives à la suite d'une période d'entraînement allant de 3 à 6 mois.

- L'amélioration des fonctions cognitives a été d'autant meilleure que les sujets étaient jeunes et que la période de stimulation était longue.

[260] Extraits du site Web de la FFEPGV : http://www.ffepgv.org/institut--recherches.html, consulté le 5 décembre 2009

1.2.3. Activité physique ou sportive, rééducation et réadaptation fonctionnelles

Les activités physiques ou sportives (APS) sont un formidable levier de rééducation et de réadaptation fonctionnelles pour les personnes en situation de handicap. Nous en présenterons quatre exemples régionaux : les APS au Centre mutualiste de rééducation et réadaptation fonctionnelles de Kerpape à Ploemeur (56) et le foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape » ; les bénéficies de l'équitation pour tous au Centre médical Rey-Leroux à la Bouëxière (35) ; le témoignage d'un éducateur sportif de Handibasket, M. Hubert Vautier ; l'opération « un club, un autiste » du REC Rugby de Rennes.

1.2.3.1. Les activités physiques et sportives de rééducation et de loisirs au Centre mutualiste de rééducation et réadaptation fonctionnelles de Kerpape (Mutualité 56)

Une délégation de la commission « Qualité de vie, culture et solidarités » du CESR de Bretagne s'est rendue le 27 février 2009 au Centre mutualiste de rééducation et réadaptation fonctionnelles de Kerpape (Mutualité 56).

Sur place, elle a pu rencontrer de nombreux responsables et acteurs des activités physiques ou sportives du Centre : M. Jean-Yves GUILLOUX, Directeur du Centre; le Docteur Vincent DETAILLE, médecin Chef de service et de l'équipe des professionnels en charge du sport-rééducation et du sport-loisir à Kerpape ;le Docteur Fabrice BUSNEL, Service de médecine générale et de médecine du sport de Kerpape ; Willy MONTFORT, professeur d'EPS spécialisé en Activité Physique Adapté (APA) au Centre de Kerpape ; Mme Nadine QUINIO, Aide médico-psychologique et entraîneur bénévole de foot-fauteuil électrique ; M. Joël NEDELEC, Entraîneur bénévole de foot fauteuil électrique ; M. Vincent LE QUELLENEC, Joueur de foot fauteuil électrique et capitaine de l'équipe des Merlus de Kerpape ; M. Anthony BASTIEN, joueur de foot fauteuil électrique de l'équipe des Merlus de Kerpape ; M. Olivier LEMOINE, responsable de l'Atelier d'orthoprothèse.

Après une présentation du contexte général du Centre de Kerpape, nous en présenterons successivement les activités physiques ou sportives, de la rééducation au suivi des athlètes handisportifs de haut niveau en passant par le sport-loisirs. Puis nous présenterons, à titre d'illustration, l'équipe de foot-fauteuil électrique des «Merlus de Kerpape ».

A) Le contexte général du Centre de Kerpape

Situé en bord de mer à Ploemeur, à 8 km à l'Ouest de Lorient, le Centre de Kerpape est un établissement sanitaire privé à but non lucratif géré par la Mutualité française Finistère-Morbihan qui participe au service public hospitalier. Dans le cadre du Schéma régional d'organisation des soins en Bretagne (SROS), il développe :

- des soins de rééducation spécifiques à vocation régionale (affections neurologiques, brûlés, cardiaques, etc.) ;

- des soins de rééducation polyvalents à vocation de proximité (orthopédie, traumatologie, amputés, vasculaires, etc.).

Centre de ressources en rééducation et réadaptation fonctionnelles, il travaille en articulation avec les structures de court séjour en amont et médico-sociales en aval. Il accueille des patients adultes et enfants nécessitant des soins de rééducation/réadaptation dans le cadre d'hospitalisations à temps plein, à temps partiel de jour ou de traitements ambulatoires. Chaque jour, il accueille environ 400 personnes, dont 2/3 d'adultes et 1/3 d'enfants.

Il est une référence en termes de qualité de soins, de prise en charge globale et d'innovation dans les domaines de la rééducation, de la réadaptation, de la réinsertion sociale et/ou professionnelle[261].

Lors de son audition[262], le Directeur du Centre, M. Jean-Yves Guilloux, a fait part de son inquiétude quant aux conséquences financières de la tarification à l'activité (T2A), prévue à partir de 2012. Celle-ci pourrait ne pas suffisamment prendre en compte les spécificités et la qualité des prestations de l'établissement. La révision en cours du Schéma régional d'organisation sanitaire représente un autre défi pour le développement du Centre.

B) Les activités physiques et sportives au Centre de Kerpape

La prise en charge globale des patients, un effort constant d'innovation en rééducation et réadaptation, le souci permanent de l'insertion sociale et professionnelle à la sortie, ont une traduction dans l'offre d'activités physiques et sportives proposée par le Centre, que ce soit en « sport-rééducation » ou en « sport-loisirs ».

1) Le sport-rééducation à Kerpape

Selon le Centre, « le sport permet à chaque personne hospitalisée de prolonger la rééducation et de gagner en autonomie par des pratiques attrayantes et particulièrement efficaces. Il facilite l'exécution de mouvements complexes dans un environnement de détente[263]. »

La prise en charge des patients peut-être individuelle ou collective, de l'initiation jusqu'à l'approche de la compétition, pour retrouver autonomie et résistance. A Kerpape, « l'acquis de rééducation potentialise la personne en travaillant l'équilibre, le réentraînement à l'effort et le renforcement musculaire[264] », la souplesse, la coordination... Il permet de prévenir l'obésité, des risques cardiovasculaires, le diabète et favorise le bien-être psychosocial du patient[265].

Pour faire pratiquer le « sport-rééducation », Kerpape dispose d'installations sportives situées au sein du complexe de rééducation : un gymnase de plus de 1000 m², une piscine d'eau de mer de 800 m², un manège d'équitation… Les activités physiques et sportives pratiquées à fin de rééducation sont animées par des thérapeutes, des moniteurs de sports et de sportifs ayant pratiqué à haut niveau. Avec ou sans aides techniques, les disciplines pratiquées sont variées :

- gymnase : tennis de table, haltérophilie, badminton, basket-ball, tir à l'arc, sarbacane, parcours fauteuil roulant, tricycle…

- piscine : réentraînement à la natation, piste de marche à contre courant, jets de massage, exercices aquatiques de kinésithérapie…

- manège d'équitation : activité destinée aux enfants, elle favorise l'organisation de la motricité, de l'habileté motrice, du contrôle postural et sensitivo-moteur, de l'équilibration…

2) Le sport-loisirs

Il s'inscrit dans la continuité du programme de rééducation. Animé par des éducateurs, des thérapeutes, des maîtres nageurs sauveteurs, il est pratiqué librement et permet

[261] Source : Centre Mutualiste de Kerpape, plaquette de présentation « Kerpape, notre mission ».
[262] Audition CESR du 27 février 2009 au Centre de Kerpape.
[263] http://www.kerpape.mutualite56.fr/, consulté le 30 juin 2009
[264] idem
[265] Audition CESR du Dr Vincent Détaille, médecin Chef de service à Kerpape, 27 février 2009

d'optimiser la réadaptation au domicile tout en contribuant au mieux-être des pratiquants. Dans un environnement littoral et maritime de qualité, le Centre propose une multitude d'activités sportives de loisirs avec du matériel et un accompagnement adaptés : activités déjà citées, foot-fauteuil électrique (voir ci-après), kayak, aquagym, tennis, tir à la carabine et au pistolet, voile, char à voile…

Des événements sportifs annuels sont également à mentionner : épreuve nationale de tir aux armes, spectacle équestre, championnat de France équestre handisport.
Par ailleurs, s'agissant du nautisme, le Centre dispose d'un catamaran Delta 7 spécialement conçu et aménagé pour les personnes paraplégiques.

A noter que les pratiques sportives du Centre sont largement ouvertes sur l'extérieur : déplacements, accueil de sportifs extérieurs, liens avec les clubs sportifs locaux (handisports ou valides)… Cette ouverture s'inscrit dans le souci permanent de préparer au mieux la sortie des patients.

3) Le suivi longitudinal des sportifs de haut niveau du handisport

Le Centre de Kerpape est également une référence nationale en matière de suivi médical obligatoire des sportifs de haut niveau. Pour ce faire, il dispose d'un plateau technique unique en France : ergomètre spécialisé, module cardio-pulmonaire, isocinétisme[266], échographie cardiaque ou de l'appareil locomoteur… Par exemple, Kerpape dispose d'un matériel permettant de pratiquer des tests d'effort maximal pour les sportifs de haut niveau handicapés pratiquant la course-fauteuil.

Ce suivi médical remplit une double fonction : il est à la fois un moyen de prévention et un outil d'amélioration des performances sportives. Au-delà du suivi médical des sportifs de haut niveau, le plateau technique permet aussi de classifier les athlètes en fonction de leur handicap, de réaliser des explorations fonctionnelles. Il est aussi utilisé en traumatologie et est en lien étroit avec le service d'orthoprothèse du Centre pour tout ce qui concerne les aides techniques et l'appareillage.

4) Deux freins majeurs au développement des pratiques sportives : la diminution de la durée moyenne des séjours en établissement et un contexte financier de plus en plus tendu.

L'audition de l'équipe des responsables du sport du Centre de Kerpape a mis en exergue un frein majeur au développement des pratiques sportives de rééducation ou de loisirs en établissement : la durée moyenne des séjours en établissement diminue. Dès lors, il ne reste que peu de temps et peu de moyens pour cultiver les bienfaits bio-psycho-sociaux du sport.

La baisse continuelle de la durée des séjours conjuguée aux nouvelles contraintes financières et gestionnaires (T2A) qui seront, à terme, imposées à l'établissement, suscite de nombreuses inquiétudes quant aux perspectives de développement des activités physiques et sportives pour tous à Kerpape[267].

5) Le foot-fauteuil électrique « Les Merlus de Kerpape » : des compétiteurs de haut niveau en foot-fauteuil électrique

Le Centre de Kerpape possède une équipe de haut niveau en foot-fauteuil électrique : « Les Merlus de Kerpape ». Cet exemple est développé dans la dernière partie du rapport portant sur le « développement durable du sport », dans le premier chapitre « Accès de tous ».

[266] Les techniques isocinétiques étudient le mouvement, les fonctions musculaires et articulaires
[267] Auditions CESR du 27 février 2009 au Centre de Kerpape.

Préconisations

- Conseil régional – Partenaires locaux - Politique sportive, politique formation, politique territoriale : En lien avec les partenaires concernés au niveau local, être attentif à l'accessibilité et au confort des installations sportives pour les personnes en situation de handicap et leurs accompagnateurs, sans oublier les « accessibilités périphériques » (ex : sanitaires, vestiaires accessibles, transports, hébergements, qualité des sols…) et le confort thermique. Cette préconisation s'applique aussi aux installations nécessaires à l'enseignement de l'éducation physique et sportive dans les lycées.

- Etat en région – ARS : Dans la durée des séjours en établissement, prendre en compte les activités de développement et d'épanouissement personnel et social des patients, telles que le sport, qui sont des facilitateurs de sortie en même temps que des déterminants de santé, au sens de l'OMS.

- Etat-ARS - Assurance maladie : Le passage à la T2A ne doit pas se faire au détriment du développement des activités sportives dans les établissements sanitaires ou médico-sociaux, celles-ci étant à considérer, y compris dans une logique gestionnaire, comme un investissement rentable pour la santé des patients, une éducation thérapeutique, en interne comme en externe, pendant le séjour comme après la sortie.

1.2.3.2. L'équitation adaptée au Centre médical Rey-Leroux de la Bouëxière (35) : « Tout le monde peut monter et tout est possible à cheval ! »

L'équitation adaptée comporte de nombreux bénéfices pour la santé et le bien-être des personnes en situation de handicap, dès le plus jeune âge et quel que soit le handicap. Nous illustrerons ces bienfaits en prenant l'exemple de l'activité équitation développée au Centre Médical Rey-Leroux à La Bouëxière (35) par Mme Irène TOREL[268], monitrice-éducatrice en équitation adaptée au Présidente de l'association « Equidicap », pour qui « tout le monde peut monter et tout est possible à cheval ! ».

A) L'activité d'équitation adaptée au Centre Médical Rey-Leroux

Le Centre Médical Rey-Leroux, établissement de santé privé à but non lucratif situé à La Bouëxière, petite commune à dominante rurale de l'agglomération rennaise, accueille de nombreux patients malades et handicapés, dont de nombreux enfants. Il développe principalement des activités de soins, de rééducation, d'éducation et de scolarisation.

C'est au sein de cet établissement qu'Irène Torel, éducatrice de formation passionnée par le cheval, a développé une activité structurée d'équitation adaptée. On trouve ainsi sur le site un manège, des box, des chevaux et des poneys. L'activité est intégrée au projet d'accueil individualisé de chaque patient. Elle s'inscrit en complémentarité avec les actions éducatives et thérapeutiques du centre.

B) Les bienfaits bio-psycho-sociaux de l'équitation adaptée

Pour Irène Torel, mise à part l'inaptitude pour cause d'allergie, *« tout le monde peut monter à cheval, il suffit de trouver les moyens ».* Pour ce faire, différentes façon de monter sont proposées en ayant recours, si besoin, à du matériel adapté : monte accompagnée, holding[269], monte à cru, monte avec surfaix[270], monte avec une selle anglaise, western ou adaptée.

[268] Audition CESR de Bretagne du 2 septembre 2008, Rennes
[269] holding : la personne est allongée à plat ventre sur le dos du poney
[270] monte avec surfaix : la personne se tient à des poignées

Une fois rendue accessible, l'activité équestre est source de nombreux bienfaits : sur le corps, le comportement, la socialisation et les capacités d'apprentissage[271].

Tableau 11. Les multiples bénéfices de l'équitation adaptée pour la santé (Irène Torel)

Actions	Bénéfices de l'équitation adaptée
Sur le corps	- amélioration du tonus, - mobilité des articulations du rachis et du bassin, - équilibre et tenue de tronc érigé, - acquisition de la latéralisation, - perception du schéma corporel, - repérage dans le temps et dans l'espace, - coordination et/ou dissociation des mouvements, - précision du geste, - intégration du geste par compréhension d'une injonction reçue ou par imitation.
Sur le comportement	- estime de soi, - expressions des émotions et sentiments, - exercice de la vigilance, - capacité d'acceptation de l'échec, - acceptation des changements et des imprévus, - prise d'initiative, - responsabilité du cheval : préparation, prise de décision, sanctions/ félicitations (jugement), - - respect de la sensibilité de l'animal…, - dépassement des peurs et des angoisses.
Sur la socialisation	- communication verbale et non verbale (gestuelle), - respect et écoute des autres, - respect de soi par les autres, - respect des règles de sécurité, - s'exercer en commun, - respect des règles et consignes, - autonomie avec le cheval.
Sur les capacités d'apprentissage (plan cognitif)	- seller son cheval, - le diriger, - effectuer des figures - soigner son cheval, - mémoriser un parcours, - anticiper les réactions du cheval, - faire des choix, exercer un jugement, - observer son action directe sur le cheval, - dépassement de certains blocages scolaires.

Source : Irène Torel, Projet d'équitation adaptée, juillet 2007 – Document remis lors de l'audition.

[271] source : Irène Torel, Projet d'équitation adaptée, juillet 2007 – Document remis lors de l'audition.

C) L'association « Equidicap » : rendre accessible l'activité équestre

A côté de son travail de monitrice-éducatrice au centre médical, Irène Torel préside l'association « Equidicap[272] » dont le but est de rendre accessible l'activité équestre au plus grand nombre, tout handicap confondu.

Pour ce faire, l'association propose des formations s'adressant aux enseignants des centres équestres ordinaires ainsi qu'au personnel médico-social. Elle met à disposition de ces derniers du matériel adapté et leur apporte ses conseils.

Outre une journée « découverte de l'équitation adaptée », chaque année est organisée une rencontre festive inter-établissement, le « Challenge Equidicap » qui rassemble, dans un esprit convivial et non compétitif, personnes valides et en situation de handicap autour de spectacles et de démonstrations équestres, résultante d'un projet développé avec les intéressés tout au long de l'année.

Le financement est le principal frein au développement de l'action de l'association : « Je voudrais que l'argent ne soit pas un handicap de plus, que chaque enfant qui souhaite monter à cheval puisse le faire[273] ».

1.2.3.3. Les bénéfices pour la santé du handisport : témoignage de M. Hubert Vautier, éducateur sportif en Handibasket à Rennes

Source photo : http://www.france-handibasket.fr/

L'audition de M. Hubert Vautier, éducateur sportif (Handi-basket) au club Handisport de Rennes et à Handicap international, a bien mis en évidence les bénéfices pour la santé, ainsi que pour le développement personnel et l'intégration sociale, de la pratique des activités physiques et sportives par les personnes en situation de handicap physique[274]. Son parcours personnel en témoigne.

A) Hubert Vautier : « Le sport : un allié très important dans ma vie »

Victime d'un grave accident de la route en 1985 le laissant paralysé, Hubert Vautier a su faire du sport « un allié dans sa vie ». Après son traumatisme, le sport, progressivement, prend le relais de la rééducation et devient un important facteur d'autonomie et de développement personnel.

[272] Ex-Handicheval 35
[273] Irène Torel
[274] Source photo ci-contre : Fédération française handisport (FFH), http://www.france-handibasket.fr/, consulté le 5 décembre 2009

Les habiletés, qualités et capacités développées, souvent de façon ludique, par la pratique sportive, facilitent, pour les personnes en situation de handicap, les actes de la vie quotidienne.

Hubert Vautier va plus loin et, par ses performances, devient sportif de haut niveau en handisport jusqu'à être sélectionné en équipe de France. A l'époque, il s'entraîne intensivement en parcourant, chaque jour, près de 20 kms en fauteuil.

Ses réussites sportives lui donnent peu à peu l'envie de « transmettre ce qui était devenu, pour lui, une évidence », la passion du sport. Il passe son Brevet d'Etat d'éducateur sportif en handisport et propose ses services à un centre de rééducation. Son apport spécifique, en tant que professionnel dédié aux activités physiques et sportives (APS), complète le travail des thérapeutes. Les APS en milieu hospitalier ou en centre de rééducation se pratiquent à une période cruciale du parcours de reconstruction des patients. Or, la réduction continue des durées de séjour en établissement ne facilite pas l'accompagnement sportif des patients.

B) Les valeurs ajoutées bio-psycho-sociales du handisport

Les bienfaits du sport pour les personnes en situation de handicap qui peuvent et souhaitent en faire sont nombreux. D'une manière générale, il contribue au bien-être global de la personne, tant du point de vue biologique que psychologique ou social, c'est-à-dire à sa santé.

Sur le plan biologique et physiologique, les bénéfices retirés de la pratique des APS sont multiples : tonus musculaire, gains d'autonomie motrice, endurance et résistance physiques, habiletés techniques, prévention et lutte contre certaines addictions…

Au niveau psychologique, le sport permet de retrouver ou d'affermir l'estime de soi, de « se prouver à soi-même, comme à son entourage, qu'on est encore *capable de* ». A défaut d'être accepté, le handicap est mieux vécu. On est reconnu et on réussit avec ses différences.

Pratiqué dans un club handisport, le sport favorise l'intégration sociale par la *« pairémulation »* qui permet de mieux faire face au handicap avec « les pairs » et, progressivement, de le dépasser par une meilleure acceptation de sa différence et d'une confiance recouvrée en ses capacités[275]. Hubert Vautier constate que de nombreuses personnes en situation de handicap pratiquant un sport ont une intégration sociale, une vie familiale ou professionnelle plus épanouies.

Le sport peut ainsi constituer un facteur de « résilience », voire dans certains cas, un véritable tremplin vers de nouveaux horizons de vie insoupçonnés avant la survenance du handicap. Ce fût le cas pour Hubert Vautier qui, après l'accident, a souhaité reprendre ses études, devenir un professionnel du sport, voyager en accomplissant des missions humanitaires pour « Handicap International »… Encore faut-il, pour cela, savoir « saisir les opportunités et s'en donner les moyens ».

Pour cela, comme déjà signalé lors de la présentation du Centre de Kerpape, il est important de maintenir l'acquis en matière d'accès aux pratiques sportives des personnes en situation de handicap, notamment au sein des établissements de santé, notamment de soins de suite et de réadaptation (SSR), qui sont souvent la première marche d'un nouveau parcours de vie après la survenance du handicap[276].

[275] Hubert Vautier : « On n'accepte pas son handicap, on le vit plus ou moins bien ».
[276] Voir ci-dessus l'exemple du Centre mutualiste de Kerpape

1.2.3.4. Opération «Un club, un autiste » du Rennes Etudiant Club (REC) Rugby

Source de l'image : UNAPEI

Le REC Rugby est un club pionnier et une référence nationale dans l'accueil, en milieu sportif ordinaire, de jeunes enfants atteints de troubles autistiques. Il est en effet l'un des premiers à s'être inscrit dans l'opération nationale lancée par la Fédération Française de Rugby « Un club, un autiste », en association avec l'UNAPEI[277] et la Fédération française de sport adapté[278].

Selon la FFR : « « Un club, un autiste» a pour but de favoriser l'insertion sociale de jeunes autistes par la pratique d'un sport collectif. Cette initiative vise, notamment, à contribuer à leur épanouissement et au développement de leurs capacités ». En 2008, une soixantaine d'enfants étaient ainsi intégrés en club de rugby ordinaire en France.

Au REC Rugby, cette action a été Initiée en 2005 avec l'accueil du petit Léo, 5 ans. Elle concerne aujourd'hui 6 enfants âgés de 8 à 13 ans qui, chaque semaine, sont accueillis par une équipe de 4 animateurs sensibilisés au handicap. Les enfants sont également associés à de nombreux évènements sportifs (ex : Coupe du monde de rugby en 2007).

L'opération «Un club, un autiste » est un élément de la vie des enfants en situation de handicap qui, comme en a témoigné Arnaud Mennesson[279], éducateur sportif au REC Rugby, lors de son audition, contribue à l'amélioration de leur état physique, psychologique et social en même temps qu'à leur éducation et à leur intégration sociale. Pour les enfants « valides » du club, c'est une ouverture à la différence dont ils bénéficient eux-aussi.

1.2.3.5. Les bénéfices de l'activité physique ou sportive en santé mentale : exemple d'actions de l'association « Sport en tête », dont « Voile en tête »

Le CESR de Bretagne a auditionné, pour la présente étude, les représentants nationaux et locaux de l'association « Sport en tête »[280], dont son Président national, le Docteur Henri Bernard.

[277] UNAPEI : l'Union nationale des associations de parents, de personnes handicapées mentales et de leurs amis
[278] Ci contre : logo officiel de l'opération « un club, un autiste »
[279] Audition CESR de Bretagne du 24 février 2009, Rennes
[280] Personnes auditionnées par le CESR de Bretagne le 21 avril 2009 à Rennes : M. le Dr Henri BERNARD, Président national de « Sport en tête », médecin psychiatre du Centre hospitalier spécialisé de Montfavet (Vaucluse) ; M. Patrick KIEFER, Trésorier-Adjoint et responsable de la formation à « Sport en tête » ; M. Patrick SOUVESTRE, Infirmier détaché au sport à l'Hôpital de Laval et trésorier de l'association « Sport en tête » ; et de quelques représentants régionaux de « Sport en tête » organisateurs de l'édition 2009 de « Voile en tête » à Saint-Malo : M. Marcel MEIGNE, Infirmier au Centre Hospitalier Guillaume Régnier à Rennes (CHGR) ; Mme Laëtitia BONNANT, Infirmière au CHGR, M. Yann PERSON, Cadre supérieur de Santé au CHGR

A) « Sport en tête » : le sport comme éducateur et médiateur thérapeutique en psychiatrie

Créée dans les années 1950, Sport en tête est une association inter-hospitalière nationale, dont l'objet est de promouvoir la pratique des activités physiques et sportives dans la perspective du soin psychiatrique et de la santé mentale, y compris par des actions de formation. Pour ce faire, son réseau d'intervenants s'appuie à la fois sur des rencontres sportives régulières entre établissements et sur l'organisation d'événements nationaux.

La formation des acteurs à l'éducation et à la médiation thérapeutique sportive en psychiatrie : un enjeu central pour Sport en tête[281]

Sport en tête se définit aujourd'hui davantage comme un centre de ressources sur le sport en psychiatrie que comme un organisateur opérationnel de manifestations. Un enjeu central de la promotion du sport thérapeutique est la formation tant des professionnels de santé que des intervenants sportifs ou socioéducatifs. Organisme de formation reconnu et déclaré depuis plus d'une vingt ans, Sport en tête a déjà formé près de 400 professionnels hospitaliers. Pour développer cette fonction de formation, Sport en tête s'appuie aussi sur un partenariat avec le mouvement sportif: Fédération française de sport adapté (FFSA), Fédération EPMM-sport pour tous, Fédération française de la montagne et de l'escalade (FFME), Club Alpin français… Ces formations peuvent ainsi être qualifiantes : brevets d'initiateur, brevets fédéraux d'animateur… Actuellement, Sport en tête, cherche à développer la pratique thérapeutique du sport dans les Groupes d'entraide mutuelle (GEM) locaux afin de contribuer à leur intégration sociale.

B) Présentation de « Sport en tête » par son Président national, le Docteur Henri Bernard (texte original)

Nous reproduisons ci-après l'intégralité du texte de l'intervention du Docteur Henri Bernard lors de son audition au CESR de Bretagne, le 21 avril 2009. Elle permet de mieux connaître les actions de l'association et de saisir les enjeux du développement du sport thérapeutique en santé mentale. Elle souligne aussi clairement les fonctions éducatives et sociales du sport et valorise sa pratique dans une perspective humaniste.

Après un bref rappel historique, le Dr Bernard rappelle que le sport est à la fois éducateur et médiateur thérapeutique. Outil de décloisonnement personnel et institutionnel, pour les soignés comme pour les soignants, il contribue à un mieux-être physique, psychologique et social. D'où l'intérêt d'investir dans la formation des professionnels de santé et de ceux du sport, pour promouvoir les effets bénéfiques du sport en santé mentale et par la même, de nouveaux métiers et emplois.

[281] Résumé de la contribution écrite de M. Patrick Souvestre, Trésorier-adjoint et responsable de la formation à « Sport en tête »

Texte de l'intervention du Docteur Henri Bernard,
Président de Sport en tête, lors de son audition au CESR de Bretagne
Le 21 avril 2009, à Rennes

« Mesdames, Messieurs,

Je vous remercie de nous auditionner dans le cadre du rapport que va produire le CES de Bretagne, sur les activités physiques et sportives (APS) comme outil du développement. J'ignore notre degré de pertinence en la matière (je vous en laisse juges), mais je sais combien ce thème est au cœur de la préoccupation de Sport en Tête, l'association dont j'ai l'honneur de présider les destinées depuis 15 ans.

Sport en Tête est née vers 1950, de la grande entreprise qui se fit alors jour, de déverrouiller les asiles, trop pleins, trop pauvres, trop paralysés, et d'y promouvoir un soin plus actif. Cette volonté fut notamment placée sous la bannière de la psychothérapie institutionnelle. La clé que nous évoquons ici est le sport inter-hôpitaux. Georges Daumézon, psychiatre éminent et l'un des principaux instigateurs du mouvement, fit cause commune avec les CEMEA, organisme issu du Front Populaire, qui s'était donné pour but d'organiser le temps libre et de professionnaliser les activités de loisir.

Le tournoi de football entre hôpitaux psychiatriques voisins fut le levier de cette entreprise: réunir soignants et malades, sortir des murs, partir sur les routes, rencontrer une autre communauté, c'était une façon consciente d'éduquer les hôpitaux, c'est-à-dire de les re-perméabiliser, de les responsabiliser, par le jeu, l'action, la mise en relation. A cette fin, les hôpitaux s'entendirent pour créer Sport en Tête, dont ils devinrent membres. L'association n'a cessé, depuis le tournoi du Mans en 1956, d'organiser des épreuves sportives à travers la France.

Le sport s'est admirablement acquitté de cette sorte de fonction civilisatrice, et son rôle est resté indissociable du progrès de la désinstitutionalisation. Depuis, il a su s'affiner et se diversifier.

Le sport inter-hôpitaux a d'abord stimulé le sport dans chaque hôpital. La multiplication des activités a été telle que, en-dehors du court séjour, il est devenu rare de rencontrer une unité de soins qui ne se serve pas du tout des APS dans ses programmes. J'ai coutume de répéter que la randonnée en campagne, la partie de pétanque, ou le match de foot, sont parmi les vues les plus banales de nos structures.

Les supports ont connu une diversification extrême, du billard à l'alpinisme. On a su viser des publics de plus en plus particuliers, ainsi l'escalade pour les autistes, la croisière pour les toxicos, les jeux moteurs pour les arriérés, la piscine pour les déments. L'idée est qu'il y a toujours quelque part une activité physique ou sportive adéquate. Les sports collectifs apparaissent néanmoins comme un fondamental.

De la sorte s'est construite une pyramide d'activités : à la base les séances sportives des unités et des services, au-dessus les plateaux communs des hôpitaux, ensuite les partenariats extérieurs et les championnats régionaux, enfin les cinq séjours nationaux. De la base vers le sommet, Sport en Tête passe d'un rôle d'inspirateur à un rôle d'organisateur.

En outre, les patients concernés au début étaient tous des hospitalisés, des internés. A présent ce sont simplement les patients suivis par les secteurs psychiatriques, même en ambulatoire ou à temps partiel, soit une population potentielle d'un million de personnes (1 sur 10 environ fréquente réellement les sports).

Le cercle des institutions aussi s'est élargi. Primo sur le plan géographique, puisqu'à partir du Centre-Ouest de la France, l'association s'est étendue à toute la métropole, avant de toucher trois pays voisins, en particulier grâce à l'effet Voile en Tête. Secundo sur le plan administratif, puisque les structures médico-sociales rejoignent à présent le noyau des structures sanitaires (remarquez par exemple que deux des Voile en Tête bretons ont été montés par des ESAT).

A cause de son ambition première d'éduquer, et à cause de l'élargissement de son champ d'action, Sport en Tête s'est impliquée crescendo dans la santé mentale, entretenant dans cette donne élargie des relations avec les fédérations sportives spécialisées comme le Sport adapté ou Sport pour tous, s'adressant volontiers aux professionnels de l'éducation et de l'animation, et se mêlant au grand public, sur la cendrée, dans les villages de vacances, ou sur les pontons.

Forte aujourd'hui de soixante-dix établissements-membres, Sport en tête ne se définit plus comme organisatrice de championnats mais plutôt comme réseau de pratiquants unis par le souci psychiatrique. Ils aiment à partager leur conviction d'une efficacité polyvalente du sport, ils en défendent ardemment les valeurs ubiquitaires (hygiène, éducation, citoyenneté), mais le cœur de métier c'est la médiation thérapeutique.

SPORT EN TETE : UN DEMI-SIECLE D'EXPERIENCE DU SPORT EN PSYCHIATRIE

Les effets psychotropes du sport

Contrôleur de santé	Fonction d'hygiène	Le sport, c'est la santé
Aide-soignant	Fonction de dynamisation	Le sport met en mouvement
Syntonisateur	Fonction de socialisation	Le sport met en société
Mystificateur	Fonction de distraction du mal	Le sport occupe
Metteur en scène	Fonction situationnelle	Le sport cadre
Interpellateur	Fonction de commission	Le sport convoque patient et soignant

« La valutazione della riabilitazione sportiva in psichiatria » Gênes, 20 septembre 2007

Source : Sport en tête, Docteur Henri Bernard, Audition CESR de Bretagne, le 21 avril 2009

Sport en Tête, seule de son espèce à cette échelle, représente le sport en tant que remède. C'est cet aspect qu'elle défend, qu'elle pratique, qu'elle illustre et qu'elle enseigne. En deux mots, le sport étant très mobilisateur, il s'agit de le prendre pour tactique dans une stratégie de soin. Il s'agit de le pratiquer pleinement, mais dans la perspective d'un projet individualisé de soin (d'où prescription et évaluation) et d'un projet institutionnel de soin (d'où équipe soignante et pratique elle-même soumise à évaluation). Dans ces conditions, son application possible est très large, à la mesure de son efficience.

Je n'insiste pas davantage sur la théorie. Soulignons que notre démarche nous a fait examiner les mœurs sportives de notre société, et que nous avons dû en dénoncer certaines dérives, car : d'abord ne pas nuire, nous conseille l'adage médical. En fin de compte, notre engagement pour un sport thérapeutique nous ramène avec insistance aux valeurs éducatives ! Défendre le sport thérapeutique, c'est bien sûr affirmer notre savoir-faire particulier, mais c'est en même temps rappeler les vertus générales du sport.

Concluons

Nous avons tâché d'illustrer ce qu'est le sport en tant que soin actif :

- une activité physique, une occupation prenante, une animation ;
- un remède : soigner, voire guérir, ainsi que cultiver sa santé ;
- une éducation : apprendre, stimuler le développement, confronter ;
- une intégration : socialiser, déstigmatiser, le cas échéant insérer.

Insistant sur les dimensions éducatives et sociales, nous avons même constaté à quel point le mot d'éducation est le meilleur à résumer son rôle, bien davantage que le mot d'entraînement musculaire…

Pratiquer le sport, c'est entrer dans une culture, c'est se cultiver. Pratiquer le sport, c'est s'appuyer sur le groupe, c'est entrer en relation. Comme soin, c'est se prêter au traitement de sa folie, c'est entrer dans les voies d'une remise en perspective de son mal. C'est manière de s'ouvrir au monde, de s'exposer au public.

Nous ne sommes pas défenseurs d'un sport trop adapté à une clientèle de psychiatrie, nous ne cherchons pas une sorte de sport pour les fous. Nous avons simplement exploité ce qui dans le sport convenait à merveille comme levier de soin, et, il ne nous semble pas, ce faisant, être jamais sortis de sa pertinence première. Nous avons alors découvert la puissance de sa fonction de passeur. Le sport ne décloisonne pas que les scléroses des institutions mal vieillies, il agit de même sur nos stéréotypes. S'il aide un malade à mieux se porter, s'il le convainc que la norme n'est jamais qu'une norme et comme telle atteignable, il montre aussi que maladie mentale et excellence sportive ne sont pas nécessairement antinomiques (on peut être sourd et champion de natation, on peut être footballeur professionnel et maniaco-dépressif). A sa façon de ne pas y toucher, il relativise et intègre.

Qui n'est pas - ou ne saurait être- dépressif, enivré, angoissé, interprétant, détérioré mental ? Qui n'a rien à connaître de la folie ? Personne. Le sport ménage les cohabitations, il sait émousser la discrimination. Le vacillement de la folie devient avec lui une chose mieux partagée, moins inquiétante peut-être, fréquentable en somme.

Quelles préconisations suggérer pour votre rapport au Conseil Régional ?

Eu égard au dernier développement ci-dessus, il est bon de favoriser quelques évènements-phares comme Voile en tête, puisque s'y jouent de la manière la plus manifeste et publique le passage, l'apprivoisement et la déstigmatisation. L'événement à caractère sportif coagule en outre les initiatives locales et les capacités d'aide, il fédère les efforts, il brandit des messages grand-public.

Il nous paraît cependant qu'une politique volontariste de fond est irremplaçable : elle assurerait une inscription plus pérenne, gage d'une efficacité plus large que médiatique pour les évènements-phares. En effet il importe que le sport à sensibilité psychiatrique puisse exercer ses bienfaits dans le milieu. Il suffit pour cela de quelques points d'appui.

On peut favoriser l'éclosion de « nœuds », sur le modèle des GEM (Groupes d'entraide mutuelle), que le législateur a créés comme un heureux court-circuit entre médical, médico-social et social, à partir d'une structure légère : mettre un poste d'animateur professionnel à disposition des usagers, qui organisent une activité ou un loisir autour de cette compétence mise à disposition, sous parrainage d'une association agréée. Le sport est une déclinaison facile et dynamique de la formule.

Le principal point d'appui, c'est le professionnel lui-même. Le savoir-faire d'accompagnement et de médiation réside chez lui. La santé mentale, à mesure que les hôpitaux psychiatriques se recentrent sur les soins les plus aigus et désinvestissent le suivi long et l'intégration, est de plus en plus l'affaire de tous. C'est une bonne chose, à condition que le milieu ne laisse pas échapper le témoin et ne se réfugie dans sa cécité commode. Des professionnels de la psychiatrie, comme les psychiatres, psychologues, psychomotriciens, infirmiers en psychiatrie, qui dispensent aujourd'hui leurs talents à l'intérieur du réseau de Sport en tête, pourraient vaquer en tant que médiateurs spécialisés. Ils auraient par exemple pour tâche d'organiser les groupes et les évènements de liaison entre les institutions représentatives, qu'elles appartiennent au sanitaire, au médicosocial (dont les besoins sont grands), aux associations d'usagers. Ils seraient des facilitateurs, des points de cristallisation.

La communication sur les évènements, sur la folie, sur la psychiatrie, sur les institutions, sur les traitements, est d'intérêt général. Elle est le ciment éducatif. L'enseignement dans les écoles le relaiera au mieux.

Notre propos s'est bien sûr focalisé sur le développement humain et social. Les autres aspects du développement durable sont plus éloignés de notre inspiration professionnelle. Il est quand même utile d'ajouter que le champ des initiatives transversales est d'importance économique, en raison d'une demande qui se fait jour, et en raison de la montée de nouvelles professions socio-éducatives. Enfin, nous n'oublions pas que le sport, attaché d'origine aux valeurs du plein air, cultive l'environnement en accentuant le vécu d'être- au- monde. »

Dr Henri BERNARD, Rennes, le 21 avril 2009

C) Exemple d'un patient ayant recours aux activités physiques et sportives proposées par Sport en tête en établissement hospitalier – Témoignage de M. Patrick Souvestre, infirmier en psychiatrie

Lors de son audition M. Patrick Souvestre, infirmier en psychiatrie et membre de Sport en tête, présente le cas d'un jeune patient de 19 ans, Antoine, passant de la phase aiguë de la maladie à la prise en charge par le sport. Son expérience au sein de Sport en tête l'a convaincu que les activités physiques et sportives, tant en pratique régulière qu'en événementiel, agissent sur les capacités physiologiques, fonctionnelles, affectives et émotionnelles, cognitives et socio-relationnelles de patients devenus acteurs du soin : *« Soigner, c'est prendre soin, c'est accompagner le patient dans son évolution, l'aider à combattre la maladie et le rendre acteur ».*

Nous reproduisons ci-dessous le texte intégral de son témoignage lors de l'audition au CESR de Bretagne du 21 avril 2009.

Intervention de Patrick Souvestre, infirmier en psychiatrie, membre de « Sport en tête », Rennes, le 21 avril 2009

Je m'appelle Patrick Souvestre, je suis infirmier chargé des prises en charge thérapeutiques par le sport, pour comprendre l'importance du sport en psychiatrie j'ai choisi de vous parler d'un patient que j'ai eu en charge.
Comment le patient passe-t-il de la phase aiguë à la prise en charge par le sport et le rôle de l'association Sport en Tête ?
Antoine 19 ans étudiant à Rennes 1ère année de faculté prépare une licence environnement. Depuis quelque temps ses parents sont un peu inquiets à son sujet. Ils trouvent qu'il a beaucoup changé, son comportement est un peu étrange. Ils ne s'en inquiètent pas plus que ça Antoine est plutôt brillant dans ses études sur l'environnement on met son comportement sur le coup de la fatigue. Il a toujours été intéressé par la protection de la nature des animaux etc.
Lors d'une soirée étudiant Antoine décompense, il tient des propos incohérents à ses amis : «Je suis envoyé par Dieu pour sauver notre planète ». La soirée dégénère ses amis commencent à s'inquiéter vraiment de son comportement et décident d'appeler se parents. Quand les parents arrivent étant donné le tableau ils décident de partir directement vers les urgences

L'équipe des urgences et en particulier le psychiatre de l'unité médico psychologique préconise une hospitalisation en service de psychiatrie.
Antoine est hospitalisé dans un service de psychiatrie
Le psychiatre diagnostique une bouffée délirante aiguë quelques jours de traitement pendant l'hospitalisation et un retour à domicile est très vite envisagé. Après la première semaine d'hospitalisation le psychiatre me demande de le prendre en charge avec 2 objectifs :
- évaluer le comportement et le discours d'Antoine notamment par rapport à son délire voir s'il le critique etc.
- permettre à Antoine de réinvestir son corps et les principes de réalité pendant l'hospitalisation par les APS
Comment ?
Par quelques séances en individuel, pour faire connaissance créer du lien et de la confiance. Ensuite on passe à des séances de groupe (programme de remise en forme chaque matin pendant 1H)

Le sport contribue :
- à humaniser le soin psychiatrique ;
- à reconnaître le patient comme sujet de son propre soin ;
- à considérer le patient comme possédant des capacités, à mettre en valeur les points positifs ;
- à une meilleur compréhension pour le patient de la démarche de soin: accompagnement de la chimiothérapie visant à en atténuer les effets secondaires ;
- à valoriser la démarche soignante en mettant à jour les effets de la prise en charge.

Les APS agissent :
- sur les capacités physiologiques du patient et contribuent au développement du facteur santé ;
- sur une meilleure résistance à la fatigue, un meilleur sommeil, une meilleure résistance à l'effort.
- sur les capacités fonctionnelles et contribuent à développer ou retrouver les capacités motrices utiles au quotidien retrouver la conscience corporelle (monter les escaliers, se déplacer sur une longue distance, réaliser et doser ses efforts, utiliser son corps dans différentes circonstances).
- sur le domaine affectif et émotionnel prendre plaisir à agir, à se mouvoir, à communiquer, jouer. Et pouvoir, même momentanément, mettre de côté ses difficultés (contribution à l'affirmation de soi et à la renarcissisation).
- sur le plan cognitif par la possibilité d'acquérir de nouveaux savoirs culturels et sociaux, de nouvelles méthodes (prise d'information, réflexion, analyse, anticipation, mémoire).
- sur le plan social-relationnel reconnaître autrui comme partenaire et pouvoir agir ensemble dans un même but. Se reconnaître comme jouant un rôle dans un groupe, une équipe.
On constate qu'Antoine évolue plutôt bien le délire est toujours sous jacent mais le comportement devient adapté et en phase avec la réalité.
La sortie est donc envisagée

Antoine ne se sent pas capable de reprendre ses études tout de suite. Avec la famille il est décidé de reporter ce projet à la rentrée prochaine en octobre et de profiter des quelques mois qui restent pour continuer de se soigner.

Le psychiatre prescrit un suivi en Centre médico psychologique (CMP) c'est d'ailleurs là qu'il le recevra pour les consultations dans un premier temps tous les 15 jours. Le psychiatre prescrit une prise en charge sport en Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel (CATTP).

Les objectifs du CATTP :

- Etre une alternative à l'hospitalisation,
- Garder un lien avec le soin dans un lieu moins médicalisé,
- Développer des capacités relationnelles et éviter l'isolement,
- Canaliser les angoisses,
- Conserver ou retrouver des capacités de mobilisation et d'investissement personnel,
- Retrouver progressivement sa place dans la société.

Il a tendance à être apragmatique : repli sur soi etc. Je lui propose donc des activités sportives qui ne sont pas les mêmes : elles sont plus codifiées : Basket, foot en salle, piscine, voile, badminton, Gym relaxation. Antoine à fait du basket en loisir dans un club il choisit donc cette activité qui a lieu une fois par semaine, il choisit aussi la voile afin de redécouvrir l'activité qu'il a connue sur Optimiste quand il a connu dans son enfance.

L'objectif en ce qui concerne le basket est qu'il puisse retourner jouer dans son club dès que possible. Antoine ne se sent pas prêt à retourner dans son club, il évoque le besoin de continuer avec le groupe CATTP basket Sport parce qu'il rencontre, il échange avec d'autres jeunes qui ont traversé les mêmes épreuves que lui.

L'association Sport en Tête propose des rencontres sportives dans la région, je lui présente l'intérêt de ces rencontres notamment l'aspect compétitions l'idée de se préparer de s'entraîner et de se confronter aux autres et d'évoluer à travers ce principe de réalité qu'est la compétition. Le sport est très peu adapté : les règles des rencontres sont celles des fédérations sportives concernées.

« Soigner c'est prendre soin c'est accompagner le patient dans son évolution de l'aider à combattre la maladie de le rendre acteur ». Pour Antoine l'équipe soignante évoque la possibilité de l'incorporer au projet Voile en Tête 2009 qui aura lieu à St Malo en juin, projet innovant très mobilisateur des capacités physiologiques, fonctionnelles, affectives sociales voire sociétale du patient.

En espérant qu'il puisse reprendre ses études en septembre.

M. Patrick Souvestre

D) L'évènement national et régional « Voile en tête » ou comment la maladie mentale et la souffrance psychique larguent les amarres le temps d'une régate en mer

Après avoir présenté le contexte général de la philosophie, des valeurs et des modalités d'action de Sport en tête, à partir des interventions de ses représentants nationaux, nous exposons, ci-après, l'exemple d'un évènement sportif national emblématique de l'association, à savoir « Voile en tête », qui, de surcroît, s'est déjà déroulé en Bretagne.

Mme Laëtitia Bonnant, M.M Yann Person et Marcel Meigné, co-organisateurs de l'édition 2009 de « Voile en tête » qui s'est déroulée à Saint-Malo, sont intervenus pour en présenter les axes directeurs. Ils ont aussi apporté leurs témoignages personnels sur le vécu des éditions antérieurs auxquelles ils ont participé, en tant que soignant, en équipage avec leurs patients.

- *Présentation générale de « Voile en tête »*

Chaque année, depuis 1992, une manifestation nautique de dimension européenne, « Voile en tête, est organisée sous l'égide de Sport en tête[282]. Cinq éditions de l'événement ont déjà eu lieu en Bretagne, dont Saint-Malo en 2009 et Brest en 2010.

Avec les partenaires publics et privés associés[283], l'objectif est de rassembler entre 20 et 25 voiliers représentant chacun un hôpital spécialisé ou une autre institution à caractère médico-social. Les équipages, composés chacun de quatre personnes en soin, deux soignants et un skipper, sont amenés à échanger et à se rencontrer sur l'eau. Ils vivent, naviguent et régatent ensemble sur des voiliers de 10,5 à 12 mètres.

La régate, prétexte à une aventure humaine ouverte sur le milieu marin et la culture régionale, n'est pas la finalité de ces activités sportives mais en constitue un élément dynamisant. Le sport est ici utilisé comme outil thérapeutique : la participation à l'événement s'inscrit dans un projet thérapeutique individualisé et fait l'objet d'une prescription médicale et d'une évaluation. Voile en tête a aussi pour objectif de déstigmatiser la maladie mentale, en la mettant « hors les murs ».

A l'issue de leur audition au CESR de Bretagne, Laëtitia Bonnant et Marcel Meigné, ont apporté leur témoignage sur le vécu de « Voile en tête » à l'occasion d'une précédente édition à laquelle ils ont participé avec des patients. Sont évoqués le plaisir de naviguer et de vivre ensemble pendant le temps de la régate, la fonction sociale, éducative et thérapeutique de la pratique sportive de la voile en équipage, y compris en compétition, même si le résultat n'est jamais la fin ultime de la manifestation.

[282] A partir de la brochure de présentation de Voile en tête 2009 à Saint-Malo.
[283] Organisateurs de Voile en tête Saint-Malo 2009 : CH Guillaume Régnier ; Sport en tête ; Médiavoile 2009. Avec le soutien des villes de Saint-Malo, Plouër-sur-Rance, Granville, la SNSM, la SNBSM, L'Ecole de voile de Port-Mer à Cancale, l'Association la Bisquine Cancalaise.

Témoignages de Laëtitia Bonnant et Marcel Meigné,
infirmiers au Centre hospitalier Guillaume Régnier de Rennes
Voile en tête » en équipage : ambiance à bord

Un psychiatre, chef du service de Santé Mentale, ASL 3 de Gênes, organisateur de l'Edition 2007 rapportait dans son éditorial, que pour nos patients, régater, c'est être sur un voilier qui prépare à être dans la vie de tous les jours, avec moins de souffrance et l'espérance d'une vie meilleure, pour certains c'est peut être aussi l'espoir tant attendu que les murs de l'hôpital s'engloutissent dans l'écume des vagues.

S'inscrire dans un projet, tel était l'objectif de départ, mission accomplie, car dès la formation de l'équipage, chaque participant s'est imprégné de ce projet, dans un premier temps pour des séances de travaux d'hivernage sur "l'An Durzunel" qui deviendra notre bateau école, puis dans un second temps par des sorties régulières à Cancale pour se familiariser avec le milieu marin et la navigation qui nous ont permis d'apprendre à être ensemble, à vivre ensemble, à faire ensemble, à acquérir des valeurs de partage et d'attention aux autres, à s'imprégner de l'énergie collective, chacun étant invité à trouver sa juste place, pour être reconnu justement dans la place qui lui était assignée.
A être embarqués sur le même bateau, ils ont oublié la galère et la solitude du week-end pour mieux se retrouver, partager un repas à domicile, s'inscrire dans la cité, échanger avec un dénominateur commun VOILE EN TETE.

La navigation

Sur un 40 pieds et sur une mer aussi capricieuse et imprévisible que la Méditerranée, les manœuvres sont continuelles, répétées, pertinentes. Affaler, drisser, border, empanner, virer de bord, nœud de chaise, nœud de cabestan, des termes qui font aujourd'hui écho et qui ont fait leur quotidien pendant cette semaine de régates.

Si nous ne privilégions pas au départ l'esprit sportif et de compétition, nous avons su à certains moments montrer des qualités de voileux, prendre les bonnes options, saisir le bon vent. Nos patients ont montré beaucoup d'aptitudes, tant dans les déplacements sur le bateau, où la notion d'équilibre est toujours la priorité que dans les virements de bords.

A aucun moment, il n'a été privilégié le résultat final, c'est pourquoi, les postes à responsabilités ont été attribués à tour de rôle et d'une façon équitable, barrer, envoyer le génois, hisser la grande voile...

Notons que toutes les consignes étaient énoncées en italien, ce qui a entraîné au début une certaine confusion dans les manœuvres, un skipper au demeurant d'une grande disponibilité, d'une grande patience, d'une grande attention, disant même à l'organisation, dixit "Mais j'ai le meilleur équipage, ils sont calmes, gentils et polis, ils me disent bonjour tous les matins...". Pour l'anecdote, nous terminerons 11e sur 20 bateaux engagés, nous qui pensions qu'avec notre inexpérience, nous aurions hérité des dernières places, certains ce sont mêmes laissé prendre au jeu de la compétition avec beaucoup de plaisir mais aussi de fierté, lorsque dans nos challenges amicaux, nous devancions les bateaux mayennais et bretons, des équipages aguerris et expérimentés à ce genre de confrontation.

La vie à bord

Cohabiter dans un habitacle aussi restreint que celui d'un bateau, demande de la discipline, de la rigueur, de l'organisation, du respect et de la tolérance. Malgré quelques rappels aux règles, chacun a pu trouver sa place et respecter l'espace intime de chaque membre de l'équipage.

Les tâches ménagères et du quotidien, à effectuer, ont été dans l'ensemble toujours réalisées (courses alimentaires, préparation des repas, nettoyage et des parties communes, hygiène corporelle et vestimentaire), dans l'exécution de ces tâches, il nous a été permis de repérer le degré d'autonomie de chacun, leur capacité à s'intégrer dans un groupe, à prendre des initiatives, à exécuter des consignes et à s'interroger sur leur propre fonctionnement social.

Sur une habitation flottante, et dans un espace aussi réduit, où la promiscuité aurait pu être source d'angoisse et de tension : loin de leur cadre habituel et de leur environnement familial, individuellement ou collectivement, chacun a su, tout en dépassant ses limites et ses peurs, vivre ses émotions et ses sensations.

La rencontre quasi-obligatoire avec l'autre tout au long de la vie à bord, s'est poursuivie sous une autre forme, la nuit tombée lorsque les bateaux étaient amarrés dans les différents ports, qu'ils étaient Mayennais, allemands, italiens ou suisses, la barrière de la langue, la différence culturelle ne semblaient pas un obstacle insurmontable, et longtemps lors des soirées festives, nous les avons vus échanger, tenter de comprendre, de se faire comprendre, expliquer.

Des moments d'échanges et de convivialité se sont présentés lorsque nous avons été invités par le Yacht Club de Savona à partager les spécialités locales, lorsqu'à Chiavari, chaque équipage a préparé et présenté son plat régional, en l'occurrence, les crêpes que nous avions confectionnées ont été très appréciées, et encore bien d'autre moments festifs et d'échanges la nuit tombée sur les pontons.

Pour conclure, le temps de prendre une bouffée de l'air du large, le regard s'évadant à l'infini de l'horizon, la maladie ne s'est-elle pas inscrite entre parenthèses ? L'odeur iodée, les drisses qui sifflent, les voiles qui battent sous le vent, le soleil qui réchauffe, le bercement du roulis et le clapot des vagues sur l'étrave, la rupture avec le quotidien étaient annonciateurs d'espoirs et d'émotions, alors si la victoire se signe parfois avec des sourires...disons que c'est gagné. »

Laëtitia Bonnant et Marcel Meigné

1.2.3.6. Activité physique ou sportive, santé, insertion sociale et professionnelle : exemple d' « En avant toute » pour remobiliser des demandeurs d'emploi en grande difficulté dans le Finistère

Il est des situations humaines où la santé, l'insertion sociale et professionnelle sont intimement liées. Pour un exemple, nous renvoyons le lecteur à la fin du rapport, dans la partie « Développement durable », chapitre « Accès de tous », pour découvrir l'action « En avant toute » menée dans le Finistère par M. Bernard Moulin, avec le CDAS et la Sauvegarde de l'enfance.

1.2.3.7. Les bénéfices de l'activité physique ou sportive en milieu professionnel pour la prévention des maladies et accidents du travail : exemples en Bretagne

Le sport en entreprise est traité plus loin, dans le dernier chapitre de cette première partie. Nous ne le développerons donc pas ici, mais nous attacherons plutôt à illustrer notre propos par quelques exemples d'actions utilisant l'exercice physique au quotidien pour prévenir certains accidents ou maladies professionnelles.

Face à certains risques sanitaires associés à l'activité professionnelle, la prévention par les activités physiques ou sportives pratiquées en milieu de travail apparaît aujourd'hui comme un champ à développer. C'est ce que soutiennent, nous y reviendrons dans la dernière partie du rapport, l'INSERM[284] et le Professeur Jean-François Toussaint[285].

Dans leur rapport sur « la détermination, la mesure et le suivi des risques psychosociaux au travail » (mars 2008), Philippe Nasse et Patrick Légeron, préconisent également de développer la relaxation, les exercices physiques et les activités sportives en milieu professionnel pour contribuer à prévenir le risque psychosocial[286].

Il a bien existé dans le passé ce qui était appelé la gymnastique utilitaire au travail, mais celle-ci semble avoir été délaissée par la majorité des entreprises.

[284] INSERM, « Activité physique, contextes et effets sur la santé », 2008
[285] JF Toussaint, « Retrouver sa liberté de mouvement – PNPAPS », 2008
[286] Rapport sur « la détermination, la mesure et le suivi des risques psychosociaux au travail » (mars 2008), Philippe Nasse et Patrick Légeron, p 38

Pourtant, afin de prévenir l'apparition de certaines pathologies professionnelles en forte progression, telles que les troubles musculo-squelettiques (TMS) ou les souffrances psychiques associés aux risques psychosociaux (ex : stress au travail) ; de réduire le risque de blessures et d'accidents du travail dans certains secteurs d'activité, des entreprises redécouvrent aujourd'hui les bienfaits de l'exercice physique associé à l'activité professionnelle, y compris sur le temps de travail. D'autres le font aussi pour promouvoir à la fois la santé de leur salarié et la sauvegarde de l'environnement, par exemple, par un plan de déplacement en entreprise favorisant la mobilité active des salariés.

Déjà, dans son rapport « Perspectives de l'emploi et du travail en Bretagne pour une volonté anticipatrice » (2005, rapporteurs M.M Jean Hamon et Joseph Pennors), le CESR de Bretagne constatait que « si les instructions directives et fermées en matière de gestuelle doivent être proscrites (les individus adaptant leurs pratiques en fonction de leur expérience, de leurs caractéristiques propres), des pauses actives avec gymnastique d'étirement sont souvent recommandables. Elles ont un effet positif sur le stress et permettent aux opérateurs de se sentir actifs et moteurs dans la prévention des TMS. Toutefois, la mise en place de telles initiatives doit être effectuée avec professionnalisme ».

Nous attirons à nouveau l'attention sur le fait que ces exercices physiques préventifs devraient être basés sur le volontariat dans le respect de la liberté individuelle et des aptitudes de chaque salarié, de la part de la hiérarchie comme des collègues de travail. Il ne faudrait pas en effet cumuler les risques sanitaires du harcèlement moral avec ceux d'un harcèlement physique d'un nouveau genre…au nom de la santé au travail. En la matière, la pédagogie, la sensibilisation, l'information et l'incitation bienveillante sont à privilégier.

Nous prendrons, à titre d'illustration, deux exemples dont la presse régionale s'est récemment faite l'écho ainsi qu'un autre présenté lors d'un "forum-prospective" du CESR de Bretagne.

A) Un échauffement matinal pour les ouvriers du bâtiment de l'entreprise : exemples de la SOGEA à Brest[287] et GTB construction sur des chantiers de l'Ouest

Afin de prévenir certains troubles musculo-squelettiques et autres blessures, l'entreprise de Bâtiment SOGEA de Brest a mis en place des séances d'échauffement et d'assouplissement pour ces ouvriers. Ainsi, le matin, avant de prendre leur place sur le chantier, les salariés s'échauffent les poignets, font des flexions, des rotations du tronc, s'étirent, etc. Il avait été constaté qu'une grande partie des accidents du travail survenaient le matin et en début de semaine : entorses, claquages, élongations, ruptures de ligaments, etc.

Pour mettre en place ce programme d'exercice, la société SOGEA a fait appel à l'association Kiné Ouest prévention dont le siège régional est à Plérin. A la suite d'une étude de chaque poste de travail, un programme personnalisé a été consigné dans un livret d'exercices remis à chaque compagnon.

Selon Fabien Eliès, ingénieur de travaux chez SOGEA, les résultats de l'action de prévention sont très satisfaisants : entre janvier 2008 et juin 2009, l'entreprise « n'a recensé aucun accident du travail relatif à des problèmes de dos ou d'articulation ».

Le même type d'échauffement matinal était développé en 2008 sur une dizaine de chantier de l'Ouest par l'entreprise GTB construction, filiale du groupe Bouygues basée à Nantes[288]. Par exemple, en Loire-Atlantique, à Montoir-de-Bretagne, sur le chantier d'une centrale GDF, un programme d'exercices physiques, respectant les aptitudes de chacun, est dispensé

[287] Source : Le Télégramme, article de Sarah Morio, publié le 23 juin 2009, édition Brest
[288] Source : Ouest-France, 27 octobre 2008, article d'Elisabeth Bureau

par deux professeurs de gym intervenant via la société GPS santé. La séance commence à 7h du matin et dure 10 mn maxi. En plus des bénéfices en termes de prévention des maladies professionnelles telles que les tendinites ou les lombalgies par exemple, ce temps d'échauffement est aussi vécu par certains ouvriers comme un moment de convivialité avant d'attaquer les chantiers.

B) Exemple de gymnastique matinale dans l'agroalimentaire à la Société vitréenne d'abattage (SVA)

La Société vitréenne d'abattage (SVA) de Vitré (35) a également mis en place une gymnastique matinale dans un but de prévention[289]. Pour Jean Rozé, Président de la SVA, interrogé par le journal Ouest-France, « l'innovation est industrielle et sociale ». Et ce dernier de poursuivre : « A Vitré, nous poursuivons nos efforts pour améliorer les conditions de travail. Chaque matin, nous avons mis en place des exercices d'échauffement pour les salariés avec un ergothérapeute. Ici, les conditions de travail sont aussi importantes que le salaire. »

L'enjeu de la prévention des TMS dans l'agroalimentaire est en effet de taille, et l'incitation à l'exercice physique régulier des salariés, sur le temps de travail, peut être un des éléments de lutte contre ce qui est devenu au fil du temps la première cause de maladie professionnelle, ce fléau étant encore plus accentué en Bretagne.

C) Exemple du plan santé de l'entreprise *Mer Alliance* implantée à Quimper et Landivisiau : l'activité physique incluse dans le développement durable pour la prévention des TMS et des accidents du travail[290]

L'entreprise agroalimentaire bretonne « Mer Alliance » se présente comme une « entreprise citoyenne » appliquant les principes du développement durable. Entreprise pilote dans la prévention des TMS en partenariat avec la CRAM et la Direction du travail, elle a développé un plan de santé comprenant, en plus d'un plan antitabac et une action nutrition, une activité physique d'échauffement et de Shiatsu (massages japonais). Alliée à un plan de sécurité et à une action de formation, cette stratégie intégrée à la certification OHSAS 18001, a entraîné une baisse de l'absentéisme, une diminution des accidents du travail et un nombre de maladies professionnelles divisé par 5. L'entreprise estime que ces progrès lui permettent de réaliser une économie d'environ 110 000 €/ an.

2. Les risques liés à la pratique excessive ou inadaptée de l'activité physique et du sport

Nous avons déjà abordé, dans le chapitre consacré à l'éducation par le sport, la problématique éthique de la devise olympique « Citius, altius, fortius » («Plus vite, plus haut, plus fort »). Cette recherche du dépassement de soi et/ou d'autrui, que Pierre de Coubertin appelait aussi une « liberté d'excès », si elle n'est pas maîtrisée et régulée, personnellement et/ou collectivement, non seulement peut remettre en cause la fonction éducative de l'activité physique ou sportive, mais encore son rôle dans la prévention et la promotion de la santé des individus et des populations.

Les développements qui suivent concernent principalement les risques pour la santé liés aux activités physiques *sportives* lorsqu'elles sont pratiquées de manière excessive ou inadaptée, mais ils peuvent aussi, dans certains cas, être extrapolés dans d'autres

[289] Source : Ouest-France, édition Vitré, 30 septembre 2009, propos recueilli par Bertrand Bonenfant.
[290] Source : Intervention de Jean-François Feillet au forum du CESR de Bretagne « Verdir l'économie et développer les éco-activités en Bretagne », 9 décembre 2009 à Rennes.

environnements d'activité physique, au sens large du terme, comme par exemple en milieux professionnel ou domestique. Car dans ces environnements, comme dans le sport, pour reprendre la formule du CES national, sans éthique, « les excès transforment les valeurs en contre-valeurs ». En d'autres termes, le sport, comme l'activité physique, sans conscience, ne sont que ruine de l'homme, corps et âme.

Toutefois, l'éthique seule, qui peut se traduire dans les règles du jeu sportif, n'est pas le seul déterminant de santé. En sport, en jouant ou en s'exerçant pour le plaisir du sport lui-même, sans idée de dépassement de soi et/ou d'autrui, il y a toujours le risque inhérent au mouvement lui-même, à l'environnement physique de la pratique, à son comportement ou à celui d'autrui… et au hasard. Comme toute liberté, la liberté de mouvement ne va pas sans risque. Refuser le risque de l'activité physique et du sport, c'est renoncer à sa liberté de mouvement et au plaisir qu'elle procure. Il s'agit donc davantage de rechercher une acceptation de l'aléa et une maîtrise du risque que de vouloir – illusoirement – les supprimer.

2.1. Approche de quelques traumatismes et maladies associées à la pratique sportive

Ce point traitera de certains traumatismes et maladies pouvant être associés à la pratique sportive, tant pour la santé physique et que pour la santé mentale.

2.1.1. Traumatismes accidentels : Le sport, deuxième cause d'accidents de la vie courante en France

La Caisse nationale d'Assurance Maladie des travailleurs salariés (CNAMTS) et l'Institut de veille sanitaire (INVS) s'accordent à dire que le sport, en pratique libre ou organisée, est la deuxième cause d'accidents de la vie courante en France. Dans les deux cas, ces études se limitent, comme leurs intitulés l'indiquent, aux accidents, blessures et traumatismes *physiques* survenus à l'occasion d'une pratique sportive ; d'une part, elles n'abordent pas *les lésions chroniques* et la morbidité, voire la mortalité, qui peuvent en résulter ; d'autre part, les accidents, traumatismes et maladies *psychiques* pouvant avoir un lien avec l'activité sportive ne sont pas traités.

Ces limites étant posées, les champs et méthodologies d'enquête différant entre ces deux organismes, il nous faut présenter séparément leurs résultats qui sont, par ailleurs, complémentaires.
A titre d'exemple, nous présenterons également les données d'une étude portant sur les accidents traumatologiques dans le rugby amateur.

2.1.1.1. L'enquête de la CNAMTS sur les accidents de la vie courante en 2002[291]

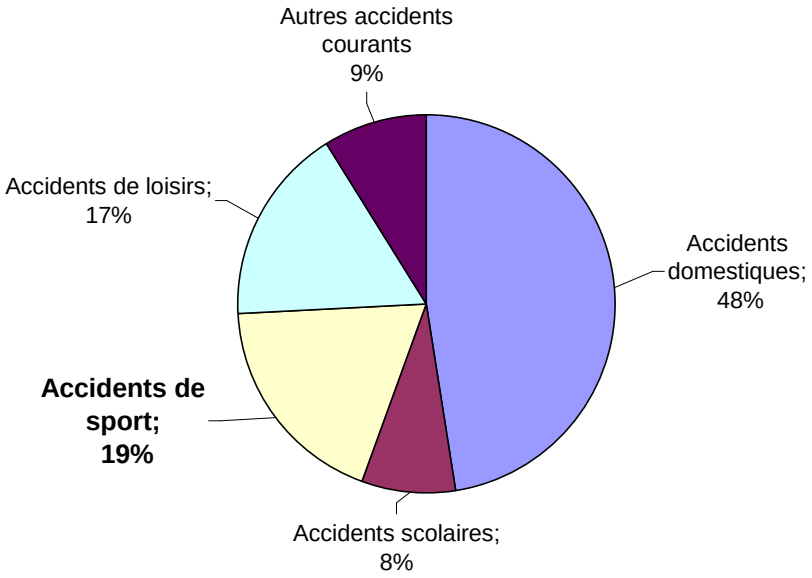
Pour l'Assurance maladie[292], les accidents de la vie courante (AcVC) sont ceux survenus durant les trois mois précédant l'enquête et *ayant nécessité le recours à un professionnel de santé* (médecin, pharmacien, infirmière, masseur-kinésithérapeute, dentiste, hospitalisation, etc.). Sont comptabilisés, les accidents survenant au domicile ou dans ses abords immédiats, *sur les aires de sport ou de loisirs*, à l'école, et tous ceux survenant à un autre moment de la vie privée à l'exception des accidents de la circulation, des accidents du travail, des suicides et des agressions. Sont considérés comme accidents de sport, ceux

[291] CNAM, Direction des statistiques et des études, article de Florence Garry, Point Stat n°41, Les accidents de la vie courante en 2002, Avril 2005.
[292] L'enquête a concerné des ménages affiliés à la CNAMTS, à la MSA et au RSI (ex CANAM)

survenus à l'occasion d'une pratique régulière (au moins une fois par semaine) ou occasionnelle, sans autre précision sur le type de pratique.

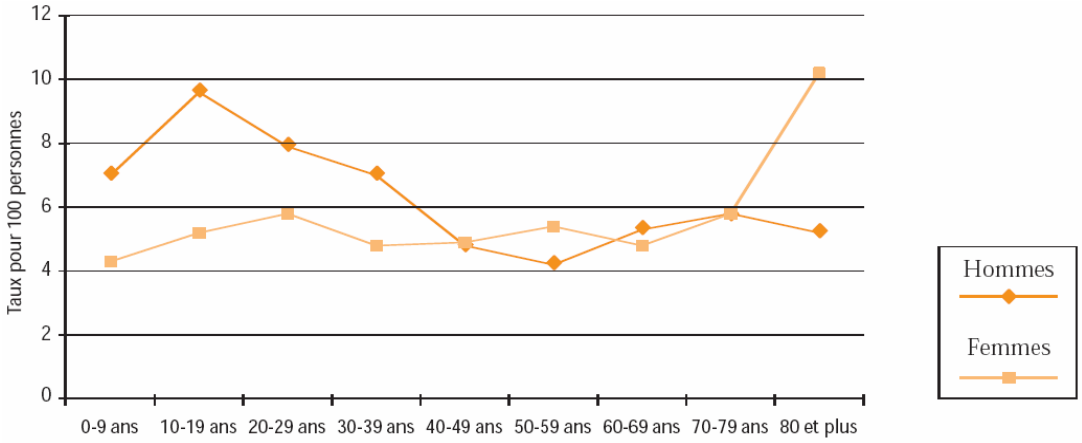
D'une manière générale, chaque trimestre, le taux d'incidence de survenue des accidents de la vie courante est de l'ordre de 6 accidents pour 100 personnes. Dans la moitié des cas (48%), il s'agit d'un accident domestique et, une fois sur cinq (19%), d'un accident de sport. Les jeunes, et plus particulièrement les jeunes hommes, sont davantage touchés, en raison notamment d'une pratique sportive plus intense et risquée..

Figure 52. Répartition des accidents de la vie courante selon le type d'accident en France en 2002



Source : CNAM, Direction des statistiques et des études, article de Florence Garry, Point Stat n°41, Les accidents de la vie courante en 2002, Avril 2005, p1, (graphique CESR)

Figure 53. Taux d'incidences trimestriels des accidents de la vie courante, toutes causes confondues, selon l'âge et le sexe



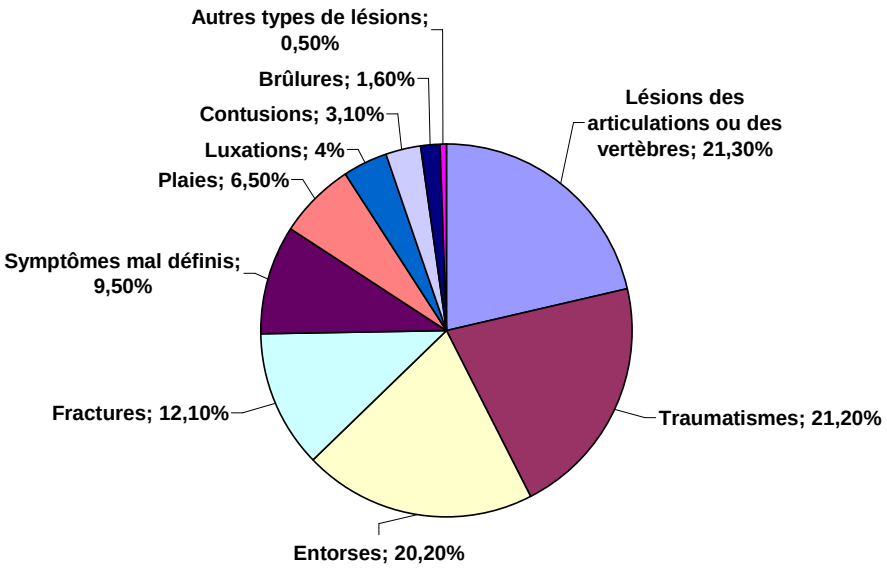
Source : CNAM, Direction des statistiques et des études, article de Florence Garry, Point Stat n°41, Les accidents de la vie courante en 2002, Avril 2005, graphique p 2.

C'est entre 10 et 19 ans que le taux d'incidence des accidents de sport est le plus élevé : 2,1 accidents pour 100 jeunes. Il est même presque deux fois plus élevé à l'adolescence

qu'entre 0-9 ans (1.2%) et 20-59 ans (1.2%). A partir de 60 ans, il diminue de moitié (0.6%). A noter qu'à l'adolescence, chez les 10-19 ans, ce taux d'incidence d'accidents sportifs est pratiquement deux fois plus élevé chez les garçons que chez les filles, cet écart ayant tendance à se réduire des les tranches d'âge supérieure.

S'agissant du type de lésion résultant des accidents de sport, on observe qu'une lésion sur cinq environ concerne des articulations ou des vertèbres (21.3%), des traumatismes (21.2%) ou des entorses (20.2%). Les fractures représentent une lésion sur dix (12.1%).

Figure 54. Répartition des lésions résultant des accidents du sport en France en 2002



Source : CNAM, Direction des statistiques et des études, article de Florence Garry, Point Stat n°41, Les accidents de la vie courante en 2002, Avril 2005, tableau 2, p 4, (graphique CESR Bretagne)

Selon cette enquête, chez les plus de 15 ans, le risque d'avoir un accident de sport est 8 fois plus élevé chez les pratiquants *réguliers* de sport (au moins une fois par semaine) que chez les pratiquants occasionnels et non pratiquants confondus, et ce, indépendamment de l'âge. Si cette corrélation paraît relever de l'évidence, c'est la mesure de son ampleur qui est une donnée nouvelle.

Enfin, lors de la survenance d'un accident de sport, 9 fois sur 10 (87%), les patients ont recours aux soins de médecins, dont les 2/3 relèvent du secteur libéral (63%)[293]. Le tiers des accidents ont entraîné une consultation dans un service d'urgences (31%) et la moitié (51%) ont induit un achat en pharmacie. Autre donnée, dans les 2/3 des accidents de sport recensés (64%), les victimes ont été limitées dans leurs activités dans les 2 jours qui ont suivi le traumatisme.

[293] cette donnée doit être conservée en mémoire car l'étude de l'INVS que nous présentons ci-après, ne concerne que les accidents de sport ayant entraîné un recours aux urgences hospitalières, donc seulement 1/3 d'entre eux, les plus graves probablement.

2.1.1.2. L'enquête de l'INVS sur les accidents de sport suivis d'un recours aux urgences hospitalières en 2004-2005[294]

A) Précisions méthodologiques

L'enquête de l'INVS concerne les accidents de sport suivis d'un recours aux urgences dans neufs centres hospitaliers français. L'Institut appelle à la prudence sur la généralisation nationale des résultats, ces 9 hôpitaux n'étant pas nécessairement représentatifs de l'activité de l'ensemble des services d'urgences hospitaliers français. Par ailleurs, nous l'avons déjà signalé, selon l'Assurance Maladie, seul 1/3 des accidents de sport survenant dans la vie courante provoquent une consultation dans un service d'urgences.

Les accidents de la vie courante sont ici définis comme « les traumatismes non intentionnels, hors accident de la circulation[295] et accidents du travail, qui surviennent à la maison ou dans ses abords immédiats, à l'extérieur (magasin, voie publique, etc.) dans un cadre scolaire, lors d'une pratique sportive, pendant les vacances ou les loisirs ».

D'une manière générale, avant de présenter les résultats de son enquête, l'INVS fait observer la difficulté de rassembler des données auprès des fédérations sportives - ou en dehors - permettant de dresser un panorama global de l'épidémiologie des accidents de sport en population générale en France[296]. Ce que l'INSERM confirme d'ailleurs : « A ce jour les travaux, concernent principalement les populations actives et souvent ciblées, comme les sportifs de haut niveau, les professionnels, les étudiants ou les militaires. A l'inverse, la prévalence des lésions musculo-squelettiques chez les sédentaires engagés dans une activité physique modérée et régulière a été peu étudiée[297] ». L'Institut de recherche médical souligne aussi les difficultés méthodologiques liées à la définition même du traumatisme sportif.

L'enquête de l'INVS, avec ses limites, analyse les accidents sportifs en fonction du type de discipline sportive pratiquée, ce qui représente déjà une avancée significative par rapport à l'étude de l'Assurance maladie présentée ci-avant. Elle catégorise les accidents de sport selon leur survenance « en pratique de loisirs » ou « en pratique sportive », en ne précisant toutefois pas si cette pratique sportive a lieu dans un cadre organisé ou non.

Ces précautions méthodologiques étant posées, il n'en demeure pas moins que les résultats de cette enquête, par la finesse des analyses, permettent de mieux appréhender les traumatismes accidentels survenus lors de la pratique sportive en France.

B) Résultats de l'enquête

1) Les victimes d'accidents de sport

Selon l'INVS, les accidents de sport ont représenté, en 2004-2005, 17,8% des accidents de vie courante recensés par le réseau EPAC[298]. Dans les 2/3 des cas, ils sont survenus lors d'une activité de sport, le reste lors d'une pratique de loisirs. A partir de ces données, l'INVS estime à 910 000 le nombre d'accidents de sport chaque année en France, dont 640 000 concernaient des hommes et 270 000, des femmes. Autrement dit, les accidents de sport touchent plus de deux fois plus souvent les hommes que les femmes (sex-ratio[299] = 2.3),

[294] INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007
[295] La pratique du vélo, du roller, etc. sont pourtant incluses dans le recensement des accidents de sport. Mais il ne s'agit pas de l'ensemble des usages du vélo sur la voie publique.
[296] Enquête INVS citée p 2
[297] INSERM, « Activité physique, contextes et effets sur la santé », rapport intégral, p 485
[298] EPAC : enquête permanente sur les accidents de vie courante de l'INVS
[299] sex-ratio = nombre d'accidents masculins/ nombre d'accidents masculins

l'écart se creusant jusqu'à l'âge de 35 ans. Entre 25 et 34 ans, l'accidentologie sportive masculine est même quatre fois plus importante que celle des femmes (sex-ratio= 4.1).

S'agissant de l'âge des victimes d'accidents de sport, en estimation nationale, sur l'ensemble de ces accidents, plus des 2/3 concernaient les moins de 25 ans (73.6%). C'est à l'adolescence, particulièrement entre 10 et 14 ans, et notamment chez les filles, que les traumatismes sportifs sont les plus nombreux. A partir de 15 ans, le nombre d'accidents diminue régulièrement.

2) Accidentologie par famille sportive

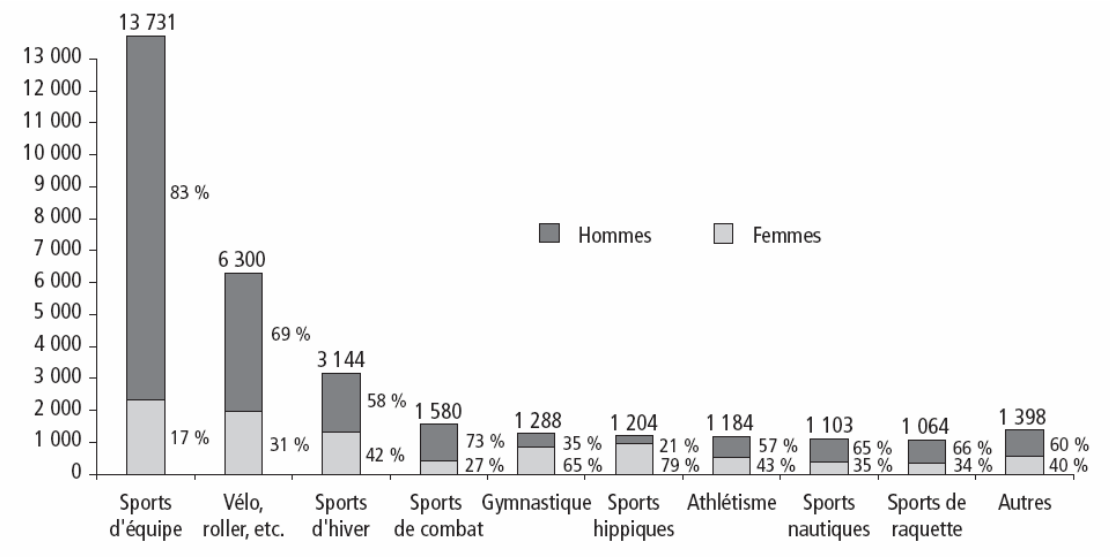
Si l'on considère à présent le paysage de l'accidentologie sportive par famille sportive, on observe que les sports d'équipe sont les plus accidentogènes puisqu'ils représentent à eux-seuls près de la moitié des accidents de sport (43%). La très grande majorité de ces accidents de sport d'équipe concernent les garçons ou les hommes (83%, soit 5 fois plus d'accidents masculins que féminins). Parmi ces accidents masculins de sport d'équipe, le football domine largement (70% des accidents), viennent ensuite le basket-ball (10%), le rugby (9%), suivi de près par le handball (7%), puis le volley-ball (3%). La répartition des accidents de sport d'équipe diffère chez les femmes puisque 31% surviennent lors de la pratique du basket-ball, 27 % du handball, 21% du football, 16% du volley-ball et 5% du rugby.

En seconde position, après les accidents de sport d'équipe, on trouve les accidents impliquant un « véhicule à roues sans moteur » qui ont constitué 20 % des accidents de sport, dont 74 % concernaient le vélo ; 18% le roller et 7% le skateboard. A noter qu'alors que ces taux sont à peu près équivalents chez les femmes et chez les hommes pour le vélo, en revanche, les accidents de roller sont plus fréquents chez les femmes, contrairement à ceux de skate.

Suivent les accidents de sport d'hiver (10% de l'ensemble des accidents[300]). Si ceux-ci sont plus fréquents chez les hommes que chez les femmes, ce n'est pas le cas des accidents de gymnastique et de sport hippique : 50% de plus d'accidents féminins chez les premiers et 70% chez les seconds.

[300] lié à la participation du CH d'Annecy

Figure 55. Répartition des accidents de sport suivi d'un recours à un service d'urgences par famille sportive et par sexe en 2004-2005

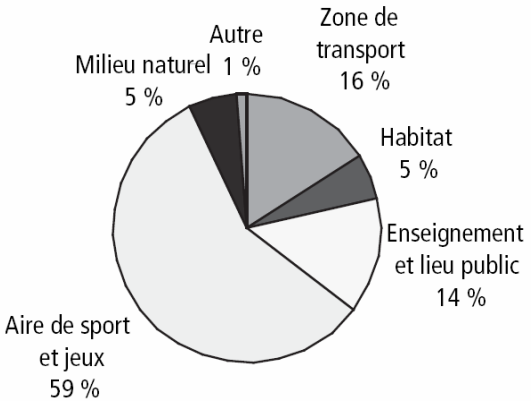


Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, graphique p 5

3) Lieux de survenance des accidents

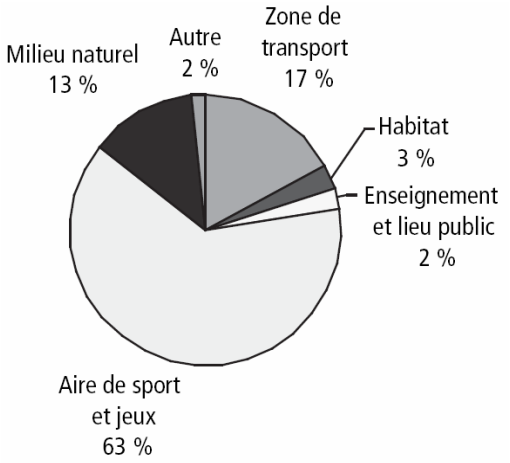
Où ces accidents de sport se sont-ils produits ? La répartition des accidents selon le lieu d'occurrence est assez similaire chez les moins de 15 ans et chez les 15 ans et plus. Près des 2/3 des accidents surviennent sur des aires de sport et jeux. Quelques différences sont à souligner : la proportion des accidents survenus dans un lieu d'enseignement ou un lieu public est plus fréquente chez les moins de 15 ans qu'au-delà de cet âge (14 % des accidents contre 2% pour les 15 ans et plus), à l'inverse des accidents survenus en milieu naturel (5 % des accidents chez les enfants et adolescents de moins de 15 ans contre 13 % pour les sujets plus âgés).

Figure 56. Répartition des accidents de sport selon le lieu de survenance chez les moins 15 ans



Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, graphique p 6

Figure 57. Répartition des accidents de sport selon le lieu de survenance chez les 15 ans et plus



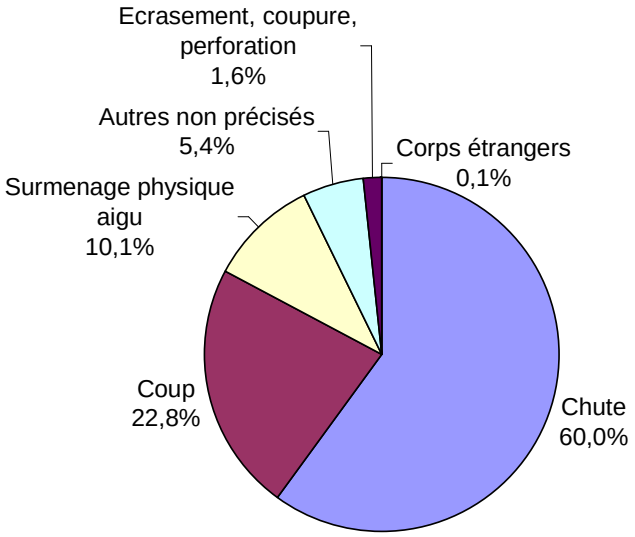
Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, graphique p 6

Ainsi, alors qu'on aurait pu imaginer, a priori, que les enfants étaient davantage victime de l'insécurité routière sportive que les adultes, celle-ci concerne tous les âges, il est remarquable que la proportion d'accidents survenant dans une zone de transport, qui concernent principalement les accidents des véhicules à roue sans moteur, soit pratiquement la même chez les enfants et adolescents de moins de 15 ans que chez les adolescents et adultes de plus de 15 ans : 16 % des accidents chez les premiers contre 17 % chez les seconds.

4) Mécanismes lésionnels

Quels sont les mécanismes, c'est-à-dire les types de traumatisme, provoquant les accidents de sport ? L'étude de l'INVS montre que 8 accidents sur 10 (82.8% des accidents de sport) résultent d'une chute (60%) ou d'un coup (22.8%). La troisième cause est le surmenage physique aigü (10.1%). Ces mécanismes lésionnels varient selon le type de sport pratiqué. Ainsi, les chutes concernent davantage les accidents de vélo, les sports d'hiver et les sports hippiques, alors que les lésions par coup sont en relativement plus importante dans les sports collectifs et les sports de combat. Sur ce dernier exemple, on constate que les accidents par coup sont en proportion quasi identique dans les sports collectifs (36.3% des accidents) et les sports de combat (34.7% des accidents).

Figure 58. Répartition des accidents de sport selon le mécanisme

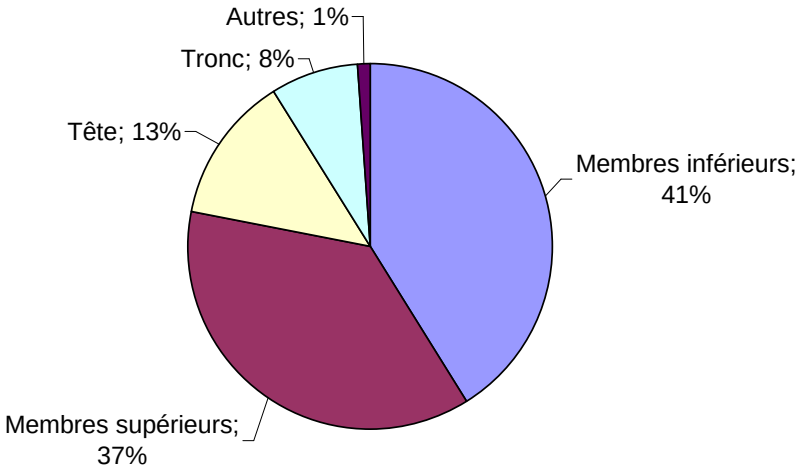


Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, tableau 3 p 6 (graphique CESR Bretagne)

5) Les types de lésions liées aux accidents de sport

L'étude de l'INVS améliore la connaissance des accidents de sport selon la lésion, la partie lésée et en fonction des types de pratiques sportives. Les lésions corporelles portent principalement sur les membres inférieurs (41%) et les membres supérieurs (37%). La tête est lésée dans 13% des cas, le tronc, dans 8% des accidents.

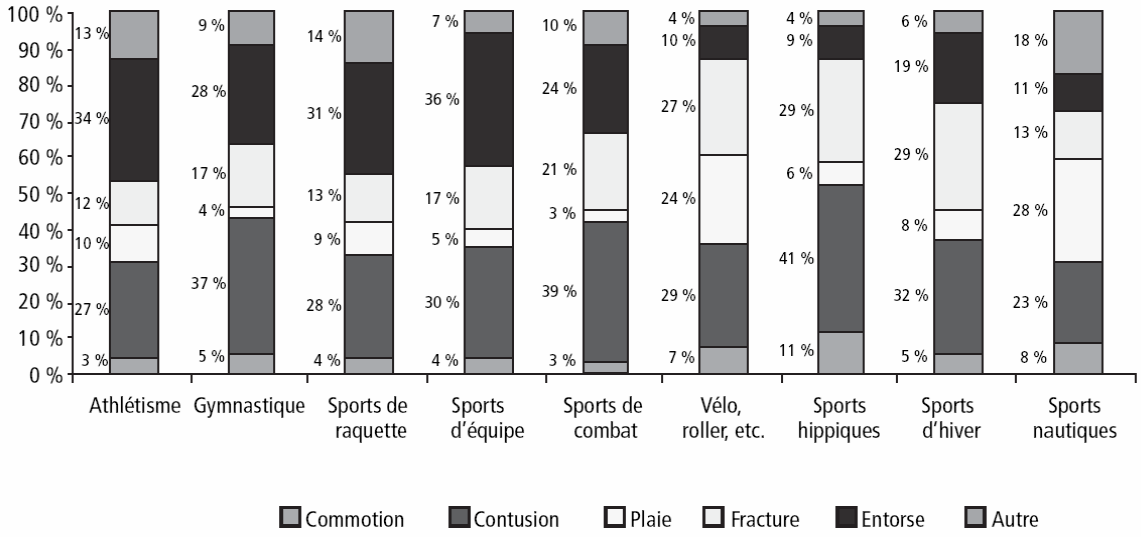
Figure 59. Répartition des accidents de sports selon la partie lésée



Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, graphique p 7

De la même façon que les mécanismes lésionnels varient selon le type de sport pratiqué, le type de lésion aussi. Dans les sports d'équipe où, nous l'avons vu, les accidents de sport sont les plus nombreux, les lésions les plus fréquentes sont les entorses (36% des accidents), puis les contusions (30%) et les plaies (17%). Les entorses sont également bien représentées en athlétisme (34% des accidents), dans les sports de raquette (31%), en gymnastique (28%) et en sport de combat (24%). Les contusions sont presque aussi fréquentes dans les accidents de gymnastique (37%) que dans ceux des sports de combat (39%) ou des sports hippiques (41%). Quant aux fractures, elles concernent davantage les sports hippiques (29%), les sports d'hivers (29%) et le vélo, roller, etc. (24%). Les commotions sont plus fréquentes dans les sports nautiques (18%), les sports de raquette (14%) et l'athlétisme (13%). Quant aux plaies, elles représentent près d'un quart des lésions des sports nautiques (28%) et des accidents de vélo (24%).

Figure 60. Répartition des accidents de sport selon le type de sport et la lésion



Source : INVS, Maladies chroniques et traumatismes, Descriptions et incidence des accidents de sport, Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005, Réseau EPAC, décembre 2007, graphique p7

6) Suites des accidents

Que deviennent les blessés sportifs après leur passage aux urgences de l'hôpital ? Après examen, la moitié d'entre eux est renvoyée chez elle sans suivi ultérieur (49%) ; 44% font l'objet d'un suivi ultérieur à l'hôpital ou chez un médecin de ville ; 7 % seulement des accidentés ont été hospitalisés. Pour cette faible proportion de personnes hospitalisées, la durée moyenne d'hospitalisation a été de 3.5 jours, celle-ci variant avec le type de sport à l'origine de l'accident : d'environ 4 jours pour les sports d'hiver, le vélo, le roller et les sports hippiques à approximativement 2 jours pour les sports nautiques et les sports de combat. A noter que la durée moyenne d'hospitalisation liée aux accidents de sports de combat est la plus courte de tous les types de sport (1.7 jours).

2.1.1.3. Exemple des accidents traumatologiques dans le rugby amateur lors du championnat 2005-2006

En lien avec la Commission médicale de la Fédération française de rugby (FFR), une étude épidémiologique[301] a été menée sur les accidents traumatologiques survenus dans le Championnat de France 2005-2006 de rugby à XV de 1ère division *amateurs*[302].

D'une manière générale, les auteurs rappellent que, même si les accidents graves restent rares (ex : lésions du rachis cervical), notamment grâce au développement des mesures de prévention (adaptation des règles du jeu, protections individuelles telles que le port du casque par exemple, arbitrage…), *« la pratique du rugby est associée à une majoration du risque traumatique »,* ce risque s'étant accru avec la professionnalisation de la discipline après la 3ème Coupe du monde, en 1995.

Se référant à une précédente étude sur les clubs de rugby professionnels, ils observent que les taux de blessure entre ceux-ci et le haut niveau amateur sont pratiquement les mêmes : 44.3 blessures pour 1000 heures de jeu.joueur (hdj.j)[303] et 42.1 pour les amateurs ont entraîné une indisponibilité d'au moins 8 jours. Une différence apparaît néanmoins : la proportion de blessures graves, c'est-à-dire ayant entraîné une indisponibilité supérieure à 3 mois, est près de deux fois plus élevée chez les professionnels que chez les amateurs de haut niveau : 2.9 blessures pour 1000 hdj.j contre 1.6 pour les amateurs. Chez ces derniers, le taux de blessures ayant induit entre 1 et 3 mois d'arrêt est de 11.8 blessures pour 1000 hdj.j.

Chez les amateurs, 15,8 % des blessures sont survenues à l'occasion d'une situation de brutalité ou de jeu irrégulier. Comme dans d'autres sports collectifs, ce taux de blessures, a priori évitables, confirment l'importance des règles du jeu comme moyen de prévention[304] et surtout … de leur respect.

Les rugbymen (et leurs encadrants) confirment qu'ils sont plutôt « durs au mal », puisque dans 22 % des cas de blessures ayant entraîné une indisponibilité de plus de 8 jours, le joueur blessé a continué le match en dépit de sa blessure, ce qui, selon les auteurs de l'étude, pose la question non seulement de la responsabilité du joueur mais également de celle de l'équipe médicale influençant la décision arbitrale d'arrêt ou de reprise du joueur blessé.

S'agissant de la nature des lésions, les entorses latérales du genou, du ligament latéral externe de la cheville et les lésions musculaires des membres inférieurs étaient les plus fréquentes. Les phases de jeu de regroupement (29% des blessures), de placage[305] (26%) et d'accélération (18%), sont celles qui provoquent le plus de blessures. Viennent ensuite, dans une proportion bien moindre, les mêlées (entre 4 et 7%) et les chocs (4%). Un tiers des blessures graves, c'est-à-dire ici celles ayant entraîné une indisponibilité de plus d'un mois du joueur, ont eu lieu lors d'un placage (32% des blessures graves) ; un quart sont liées à une phase d'accélération (24%) ; 16% au regroupement et 12% à une mêlée spontanée.

---

[301] Fabien Pillard, Gilles Garet, Christelle Cristini, Christian Mansat, Daniel Rivière, « Etude prospective des accidents traumatologiques dans le Championnat de France rugby amateurs (Division fédérale IA), Bulletin épidémiologique hebdomadaire (BEH) n° 12, 18 mars 2008, pp80-84

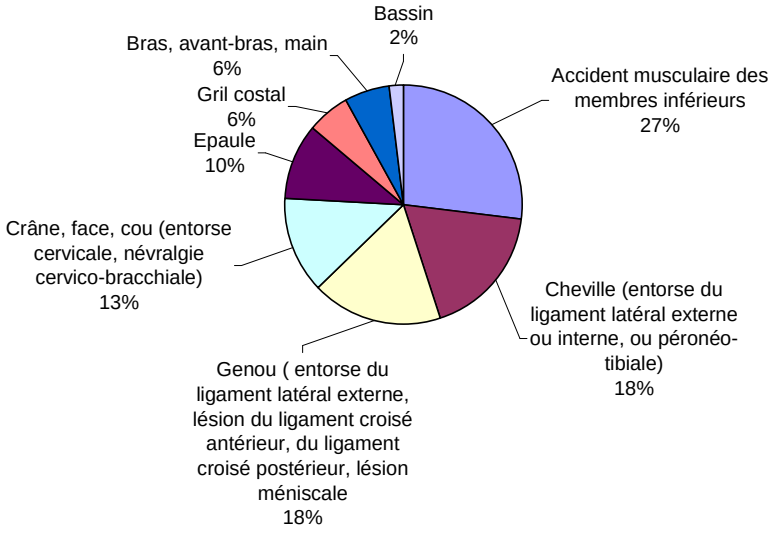
[302] Division fédérale IA

[303] Précision des auteurs de l'étude : L'incidence des blessures est calculée en nombre de blessures pour 1000 heures de jeu.joueur en match (hdj.j). Cet indicateur tient compte des temps de jeu inégaux par match des joueurs d'un même poste : 1hdj.j pratiquée par 1 joueur = 1 hdj.j ; 2 hdj.j = 2 heures de jeu pratiquées par 1 joueur ou par 2 joueurs pratiquant 1 heure chacun.

[304] Sur ce thème, voir l'étude de l'INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, Rapport intégral, p 496

[305] Voir étude Inserm citée, p 497, figure 20.4

Figure 61. Répartition des lésions ayant entraîné *une indisponibilité d'au moins 8 jours* chez les rugbymen *amateurs* blessés dans le Championnat de Nationale 1 en 2005/2006



Source : Fabien Pillard, Gilles Garet, Christelle Cristini, Christian Mansat, Daniel Rivière,« Etude prospective des accidents traumatologiques dans le Championnat de France rugby amateurs(Division fédérale IA), Bulletin épidémiologique hebdomadaire (BEH) n° 12, 18 mars 2008, Tableau p 82, graphique CESR Bretagne (% arrondis)

Tous les joueurs amateurs ne sont pas également exposés au risque de traumatisme : les postes de pilier, troisième ligne, et trois-quarts sont les plus touchés par les blessures.

En conclusion, face à ces résultats, bien qu'aucun accident avec des conséquences vitales ou organiques graves n'ait été constaté lors de la saison 2005/2006 du Championnat amateur de rugby français (Nationale 1), les chercheurs préconisent la mise en place de mesures préventives ajustées sur les facteurs associés à la survenue ou à la récidive de blessures : adaptation et respect des règles du jeu, port de protections individuelles, préparation physique musculaire, vigilance accrue pendant les phases de jeu à risque et sur les joueurs les plus exposés, arrêt du match pour les joueurs blessés de manière plus systématique par précaution médicale… De manière complémentaire, l'INSERM insiste également sur la prévention des lésions de surmenage (ex : fracture de fatigue) ainsi que sur le respect des temps de cicatrisation lorsque la blessure est installée[306].

2.1.1.4. Exemples du risque cardiovasculaire et de la mort subite du sportif

L'activité physique ou la pratique sportive régulière sont en général, comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, favorables à la santé. Toutefois, combinées à certains facteurs de risques individuels ou environnementaux, elles peuvent révéler ou confirmer, parfois subitement et tragiquement, un risque cardiovasculaire.

[306] INSERM, rapport cité p 498

Selon l'INSERM, des effets délétères peuvent survenir essentiellement dans deux circonstances : « soit il existe une maladie cardiovasculaire connue et une complication au niveau d'une plaque athéromateuse[307], c'est l'éventualité la plus probable, soit un événement majeur survient de façon inaugurale, le plus souvent au cours de l'activité sportive, et les possibilités diagnostiques sont alors diverses ».

Selon le Club des cardiologues du sport, il y aurait chaque année, en France métropolitaine, environ 2 150 accidents cardiaques survenant lors d'une pratique sportive, dont 1 275 infarctus du myocarde non mortels et 875 décès[308] (« morts subites »).

Concernant plus spécifiquement ce risque de mort subite, l'INSERM constate que, « chez l'adulte, le décès survenant au cours ou à l'issue du sport est très majoritairement lié à une atteinte coronarienne athéromateuse et provoqué le plus souvent par un effort intense, tout particulièrement chez les sportifs âgés de plus de 35 ans. Cependant, ce sont les sujets les plus sédentaires, effectuant un effort violent inhabituel qui sont les plus exposés[309] ».

Selon le Professeur François Carré, Professeur de médecine au CHRU de Rennes, « dans 90% des cas [de mort subite du sportif], on trouve une cause cardiovasculaire[310] ». Ce dernier précisait également que « dans 93 % des cas, la mort subite du sportif est due à une arythmie cardiaque (dans 7 %, c'est une cause mécanique) » que l'on peut « détecter en amont dans la majeure partie des cas », par des examens cardiovasculaires appropriés[311] et systématiques. Selon François Carré, « le sport ne crée pas la pathologie, il la révèle ».

Il la révèle –et la réveille- parfois douloureusement. Ainsi, selon une étude Italienne, la pratique du sport de haut niveau est associée à une augmentation du risque de mort subite : le risque est 2.5 fois plus élevé chez les athlètes que chez les non-athlètes[312].

La prévention par le dépistage systématique (notamment par la réalisation d'électrocardiogrammes de repos, d'échocardiogrammes et de tests d'effort), se révèle très efficace, ce qu'a révélé une étude italienne menée sur 10 ans : l'interdiction de la pratique sportive chez les 2% de jeunes sportifs chez lesquels avait été dépistée une cardiomyopathie a réduit de 89% le nombre de décès par mort subite d'origine cardiovasculaire chez les sportifs en Italie, pionnier européen de la prévention en ce domaine[313].

L'INSERM observe que « certains sports de loisirs peuvent induire un réel effet de compétition entre les participants en conduisant à un excès de sollicitation cardiovasculaire. C'est par exemple le cas des sports collectifs tels que le foot, le rugby, le basket, le handball, le volley, mais ce peut-être aussi le cas du squash, du tennis et du badminton[314] ». Mais les risques inhérents au sport de compétition sont également à prendre en considération : « la pratique du sport en compétition chez une sujet porteur d'une maladie

[307] Athérome : Dépôt de plaques riches en cholestérol sur la paroi interne des artères, finissant par provoquer l'athérosclérose, c'est-à-dire, une maladie dégénérative des artères, très répandue, due à l'athérome et comportant une épaississement et un durcissement de leur paroi gênant la circulation sanguine (d'après les définitions données par le dictionnaire Petit Larousse Illustré 2000, p 94)

[308] Club des cardiologues du sport, Présentation Powerpoint du Dr Laurent Chevalier, « La prévention des accidents cardiaques lors de la pratique sportive », version du 2 mars 2009. consulté le 9 novembre 2009 sur http://www.clubcardiosport.com/index.html

[309] INSERM, rapport cité, p 377

[310] Intervention du Professeur François Carré lors du colloque organisé par l'INSEP, Les Entretiens de l'INSEP, « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Les Cahiers de l'INSEP, n° 41, 2008, p 115

[311] Le suivi médical des sportifs de haut niveau impose la réalisation de ces examens depuis 2004 (examen médical deux fois par an, électrocardiogramme de repos (une fois par an), échocardiogramme, épreuve d'effort maximal…

[312] Intervention de Maurizio Casasco, Président de la Fédération italienne de médecine du sport, lors du colloque organisé par l'INSEP, Les Entretiens de l'INSEP, « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Les Cahiers de l'INSEP, n° 41, 2008, p 113.

[313] INSERM, rapport cité p 379

[314] INSERM, rapport cité p 379

cardiovasculaire pose un problème particulier, compte tenu des risques de décès ou de progression de l'affection. En effet, la compétition est souvent à l'origine d'efforts importants et elle justifie un entraînement régulier. Il existe par ailleurs une pression psychologique liée aux enjeux sociaux et financiers que l'on ne retrouve pas au cours des activités de loisir[315]. »

Les campagnes d'information, de sensibilisation auprès des pratiquants comme de leurs encadrants, y compris médicaux, se révèlent donc d'une importance cruciale. En ce domaine, le Club des cardiologues du sport préconise le respect de « 10 règles d'or » de la prévention (voir encadré ci-après). Faire changer les comportements individuels, autant que collectifs, est en effet un enjeu de taille, notamment parce que se développent les pratiques sportives libres, non encadrées où chacun, en quelque sorte, est livré à lui-même ; mais aussi parce que les sportifs de haut niveau sont soumis à des pressions externes –et parfois extrêmes- qui peuvent les pousser, au nom de la performance, à négliger leur santé, voire à lui nuire gravement.

Outre le respect de ce décalogue, le Club des cardiologues du sport, préconise, sur le modèle italien, d'améliorer les bilans cardiovasculaires préventifs, de multiplier les défibrillateurs semi-automatiques (DSA) et de former davantage de secouristes[316].

Cœur et activité physique :
Les « 10 règles d'or » édictées par le Club des cardiologues du sport[317]

1/ Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort *
2/ Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort *
3/ Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort *
4/ Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives
5/ Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition
6/ J'évite les activités intenses par des températures extérieures < – 5° ou > +30° et lors des pics de pollution
7/ Je ne fume jamais 1 heure avant ni 2 heures après une pratique sportive
8/ Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général
9/ Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures)
10/ Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes

* Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.

2.1.2. Exemples de lésions chroniques associées à la pratique sportive

2.1.2.1. Les blessures de surmenage du sportif

Selon l'INSERM[318], les blessures de surmenage associées à la pratique sportive, le plus souvent intensive, sont à rapprocher de la notion de troubles musculo-squelettique (TMS) utilisée pour les maladies professionnelles. Dans les deux cas, il s'agit de technopathies,

[315] INSERM, rapport cité, p 381
[316] Club des cardiologues du sport, Présentation Powerpoint du Dr Laurent Chevalier, « La prévention des accidents cardiaques lors de la pratique sportive », version du 2 mars 2009. consulté le 9 novembre 2009 sur http://www.clubcardiosport.com/index.html
[317] Source : Club des cardiologues du sport - http://www.clubcardiosport.com/presentation/regle-dor.htm , consulté le 9 novembre 2009.
[318] INSERM, rapport cité p 490

c'est-à-dire une pathologie découlant de la réalisation répétée d'un geste technique spécifique, traumatique ou microtraumatique[319].

L'INSERM observe que « ces blessures de surmenage sont particulièrement fréquentes et peuvent toucher toutes les disciplines sportives, quel que soit le niveau, mais concernent avant tout les sports individuels ». Il cite quelques exemples de lésions chroniques de surmenage, notamment :

- dans le cyclisme, le taux de blessures de surmenage est de 13 pour 100 000 kilomètres parcourus. Celles-ci concernent principalement les lésions du genou ;

- dans la course à pied, l'incidence de ce type de blessures va de 24% à 50% de taux de blessés. Les tendinopathies[320] et les syndromes fémoro-patellaires[321] sont les principales pathologies. Les « fractures de fatigue », bien que peu fréquentes, sont également à mentionner (3% des accidents déclarés) ;

- dans la natation, qui jouit pourtant d'une image peu traumatisante, on estime que 67 % des compétiteurs souffrent de l'épaule et que le taux de blessures de surmenage, au niveau de cette partie du corps, est de 21% pour les femmes et 6.5% pour les hommes.

- en athlétisme, les fractures de fatigue associées à une pratique intensive, représentent 8 à 20 % des blessures, contre 1% en moyenne, tous sports confondus.

2.1.2.2. L'arthrose associée à une pratique sportive intensive

L'INSERM rappelle que l'activité physique ou la pratique sportive ne sont pas en soi une source d'arthrose[322], bien au contraire, elles peuvent même, réalisées dans de bonnes conditions, contribuer à la prévenir, voir à la traiter en partie[323]. Selon l'Institut, *« il n'y a pas de risque d'arthrose générée par la pratique modérée du sport, en dehors de tout traumatisme aiguë »,* tel qu'une lésion méniscale ou une rupture du ligament croisé antérieur du genou. Toutefois, *« l'activité physique intensive représente un risque potentiel d'apparition ou d'aggravation de l'arthrose »,* notamment en cas surcharge pondérale, même modérée. Par exemple, une étude récente a montré que « *l'intensité de la pratique, associée à des anomalies morphologiques est un facteur indiscutable d'évolution vers l'arthrose précoce, comme cela vient d'être démontré chez les handballeurs français de haut niveau*[324]*. »*

Un autre risque pathologique est souligné par l'INSERM : l'osthéocondrose chez l'enfant en croissance, c'est-à-dire l'apparition d'anomalies osseuses et cartilagineuses, notamment lors des phases d'entraînement. Ce risque pathologique se retrouve pour toutes les disciplines sportives, l'exemple de la pratique intensive de la gymnastique étant souvent cité[325].

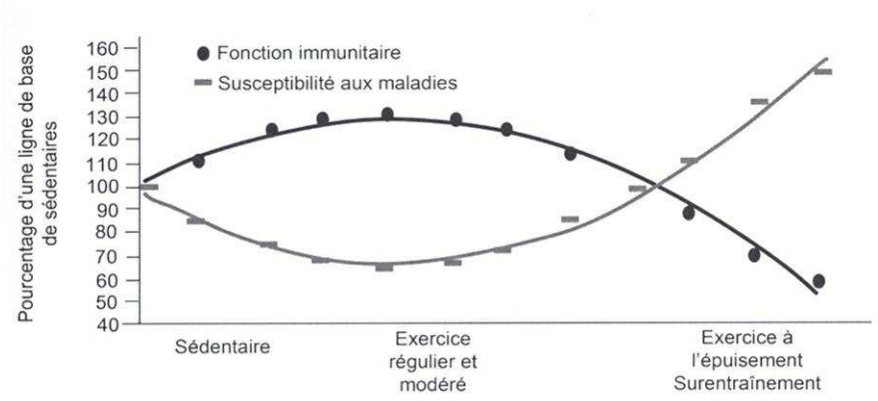
[319] Dr Didier Polin –Dr Virgile Amiot - Institut Régional de Médecine du Sport - http://www.institut-medecine-sport.fr/ - consulté le 10 novembre 2009
[320] Pathologies des tendons, ex : tendinite
[321] « Le syndrome rotulien ou fémoro-patellaire est une inflammation non seulement du cartilage de la rotule lors de son passage sur le fémur, mais aussi des éléments stabilisateurs de cette même rotule : tendon quadricipital, ailerons rotuliens et tendon rotulien » (http://entrainement-sportif.fr/, consulté le 10 novembre 2009)
[322] Arthrose : « maladie rhumatismale dégénérative, correspondant à la destruction du cartilage d'une ou de plusieurs articulations » (Petit Larousse, 2000)
[323] Audition du Professeur Rochcongar
[324] INSERM, rapport cité p 502
[325] L'INSERM cite aussi le base-ball, peu développé en France, le badminton et le volley-ball. Rapport cité p 489

2.1.2.3. Le syndrome de surentraînement ou la fatigue chez les sportif de haut niveau

Le responsable du pôle médical de l'INSEP, Eric Jousselin[326], définit le syndrome de surentraînement chez les sportifs de haut niveau comme *« une fatigue qui se manifeste par une stagnation, une diminution de la performance physique, et ce, sans modification de la charge d'entraînement ».* Il précise que son *« installation est insidieuse : elle commence par une fatigue aiguë, mais elle ne disparaît pas et perdure quelques heures ou quelques jours. Cette fatigue devient chronique, mais on ne la met pas facilement en évidence, ce qui peut aboutir à des blessures et à un arrêt de l'entraînement. ».* A charge et qualité d'entraînement constant, la performance sportive diminue, que cette fatigue se manifeste plutôt par de l'agitation (fatigue dite « sympathique ») ou au contraire, par de l'atonie ou de la dépression (fatigue dite « parasympathique »).

Le syndrome de surentraînement est à prendre d'autant plus au sérieux qu'il peut concerner la composante immunitaire de la fatigue, ce qu'explique Eric Jousselin : *«Lorsqu'on pratique une activité physique régulière, on est moins sensible aux maladies, aux virus, aux microbes qui traînent. C'est l'état de forme et tout l'intérêt du sport-santé. Mais on s'aperçoit que lorsqu'on augmente la quantité de l'entraînement et que les sportifs vont jusqu'à l'épuisement régulièrement, il y a une augmentation liée à une diminution de l'immunité ».* La figure ci-après illustre ce phénomène.

Figure 62. Exercice physique et immunité



Source : Intervention d'Eric Jousselin aux Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, graphique p 223 (d'après Chennaoui et Gomez-Morino D « Fatigue et activités physiques », Médecins du sport, n°84, juillet-août 2007)

2.1.2.4. Les lésions chroniques associées à certains chocs cérébraux répétés chez les rugbymen

Nous avons déjà fait état des lésions à la tête dont sont victimes certains rugbymen en présentant les résultats d'une étude sur les traumatismes dans le rugby amateur à XV de haut niveau. Le neurologue Jean-François Chermann a récemment lancé un cri d'alerte dans une tribune du journal Le Monde[327] sur la gravité des commotions cérébrales dans le rugby et sur la nécessité de renforcer les mesures de prévention. Cet article a été publié après

[326] Intervention d'Eric Jousselin aux Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, p 217 à 233

[327] Jean-François Chermann, « Comment protéger les rugbymen du KO-Les chocs cérébraux sont dévastateurs », Le Monde, 23 février 2009

l'annonce, par le capitaine de l'équipe de France du XV de France, Raphaël Ibanez, de sa décision de mettre fin à sa carrière le 16 février 2009, à l'âge de 36 ans. Après avoir été victime, au cours de l'année de trois K-O, il a reconnu *« ne pas vouloir faire la mêlée de trop ».*

Pour Jean-François Chermann, la gravité de la situation s'est accentuée avec le développement du professionnalisme dans le rugby, mais elle concerne aussi le rugby amateur. Il constate que les calendriers devenant sans cesse plus chargés et les enjeux financiers croissants, *« le repos du joueur blessé, pourtant salvateur et réparateur, devient l'ennemi de la performance. Tout est mis en œuvre pour le réduire ou l'empêcher ».* Pour démontrer ce constat, il s'appuie sur l'exemple de la prise en charge des commotions cérébrales car « chaque traumatisme provoque une altération transitoire, plus ou moins grave, des fonctions neurologiques », et ce, même en l'absence de perte de connaissance, qui ne concerne qu'environ 10 % des commotions : *« le joueur reste sur l'aire de jeu comme un automate. Du match, il ne gardera aucun souvenir ».*

Même si les examens classiques ne montrent rien d'apparent, « en réalité il y a une vraie souffrance neuronale. Les anomalies détectées dans la ponction lombaire persistent parfois plusieurs semaines, tandis qu'on note une fragilisation du cerveau et un ralentissement de la pensée ». Et l'impact de ces chocs à la tête est d'autant plus dévastateur que la masse musculaire des joueurs augmente régulièrement…alors que « celle de la boîte crânienne n'est pas extensible ».

Et ce dernier de conclure, alarmiste : « le rugby est une jeune sport professionnel, et c'est sa chance. Pour qu'il conserve sa spécificité et son éthique, tout doit être mis en œuvre. Si l'on constate, dans vingt ans, une « épidémie » de troubles cognitifs de joueurs ayant subi des commotions répétées, on ne pourra pas dire que l'on ne savait pas ».

En France, on recense environ 300 000 rugbymen amateurs et professionnels. En rugby, comme dans les autres sports, le risque zéro n'existe pas, mais il est toujours possible de chercher à mieux le maîtriser individuellement et collectivement dans une logique de prévention multifactorielle impliquant la responsabilité de chacun. C'est d'ailleurs en ce sens que la Fédération française de rugby agit avec son réseau territorial de ligues, comités et clubs.

2.1.2.5. Un risque émergent : les lésions réelles associées au « sport virtuel » actif

Les jeux sportifs ou exercices physiques réalisés à l'aide d'une console de jeux vidéo type « Nintendo WII ou WIIFIT » pourraient être à l'origine de diverses lésions corporelles, assez comparables, pour certaines, à celles rencontrées lors d'une pratique sportive ou d'un exercice physique classique.

Les concepteurs de ce nouveau genre de consoles sont d'ailleurs conscients du problème car, tant dans leur manuel d'utilisation que lors des jeux eux-mêmes, les mises en garde et recommandations médicales sont nombreuses.

Le Dr Philippe Bacquaert, médecin-chef de l'Institut régional de biologie et de médecine du sport du Nord-Pas-de-Calais[328], a inventé le néologisme médical de « WIITITE » pour qualifier ces douleurs inflammatoires, véritables technopathies engendrées par une mauvaise utilisation ou une utilisation excessive de ces jeux vidéo-sportifs pendant lesquels les joueurs sont physiquement actifs.

[328] IRBMS, Dr Philippe Bacquaert, « Pathologie vidéo-sportive : la Wiite ou la Wiitis », article du 31 mars 2008 http://www.irbms.com/rubriques/Medecine-sport/pathologie-sportive-jeux-video-wii-wiitite-wiitis.php, consulté le 10 novembre 2009

Chez les personnes habituellement sédentaires, comme chez les sportifs confirmés dans une discipline, une pratique inadaptée du sport virtuel peut être source de blessures bien réelles. Selon le Dr Bacquaert « les contraintes musculo-tendineuses peuvent être situées, comme pour la pratique des sports, à tout niveau de sollicitation de fragilisation. On pourra donc retenir que lors de la pratique du tennis, on retrouvera le « tennis elbow »[329], et pourquoi pas le « tennis leg »[330], encore qu'il n'y a pas de démarrage ni de montée à la volée spécifique. Pour la pratique du golf, on retrouvera le « golf elbow[331] ». Pour la pratique du football, on retrouvera des tendinites du tendon rotulien, pour la pratique du bowling on retrouvera des tendinites au niveau de la main et du poignet, pour la pratique du base ball, on retrouvera des tendinites de l'épaule, etc.

Ces risques technopatiques sont notamment liés au caractère répétitif du geste. Et ils sont d'autant plus élevés que les mesures habituelles de prévention réalisées dans le sport réel semblent ici complètement négligées : pas d'échauffement, pas d'étirements avant et après l'effort, hydratation insuffisante, temps de récupération inexistant ou trop court…

Pour certaines pratiques de sport virtuel à dépense physique intense, l'hypothèse d'un risque cardiovasculaire n'est pas non plus à négliger. Enfin, les pathologies associées à une mauvaise ergonomie, y compris visuelle, peuvent également être envisagées…

Enfin, les risques psychopathologiques des jeux vidéo actifs ou sportifs peuvent à la fois être ceux du sport cumulés à ceux des jeux vidéo, comme par exemple l'addiction au sport cumulé à l'addiction au jeu, le tout donnant une nouvelle forme de conduite addictive, la cyberaddiction sportive…

La dimension ludique et conviviale de ces exercices physiques ou jeux sportifs à la frontière du réel et du virtuel, si elle peut faire négliger certains risques physiques ou mentaux bien réels, favorise aussi, lorsqu'ils sont pratiqués de manière non excessive, la détente, le bien-être et l'activité physique. Leur diffusion de plus en plus élargie dans la population, en particulier leur utilisation dans le cadre familial ou amical, peut aussi contribuer à augmenter le niveau d'activité physique favorable à la santé dans la population. Certains d'entre eux, sont même déjà utilisés dans certaines maisons de retraite à des fins d'activité physique ; ils servent même parfois d'outils de rééducation fonctionnelle, par exemple en kinésithérapie ou en ergothérapie.

2.1.3. Le risque pour la santé mentale associé à certaines formes de pratiques sportives

Dans le chapitre précédent, nous avons mis en avant les nombreux bienfaits de l'activité physique et du sport pour la santé psychique. Mais cela ne doit pas faire oublier qu'aux pratiques sportives sont parfois associés des risques pour la santé mentale. La difficulté est qu'ils sont moins visibles et spectaculaires que, par exemple, la rupture d'un ligament croisé antérieur du genou d'une superstar du football lors d'un match décisif.

On peut émettre aussi l'hypothèse que dans un milieu sportif où la résistance mentale à l'effort et la recherche du dépassement de soi sont des valeurs en soi, la parole publique sur ces maux de l'âme est sans doute plus pudique, réservée, difficile, voire parfois tabou. Pourtant, la santé mentale fait bien partie de la santé globale du sujet sportif, comme de tout être humain.
Les facteurs personnels ou environnementaux de fragilisation psychique semblent particulièrement prégnants pour les sportifs de haut niveau, qu'ils soient amateurs ou surtout, professionnels. Ceux-ci doivent en effet régulièrement puiser dans leurs ressources

[329] tendinophathie du coude fréquente chez les tennismen
[330] claquage musculaire du molet fréquent chez le tennismen
[331] tendinopathie du coude fréquente chez les golfeurs

psychiques internes pour faire face et résister à de fortes pressions sportives, sociales, économiques ou médiatiques. Celles-ci, associées à un terrain psychologique personnel préexistant ou acquis fragile, peuvent être à l'origine de décompensations, de souffrances, de troubles ou de maladies psychiques plus ou moins sévères, plus ou moins durables, aux conséquences personnelles, familiales ou sociales parfois tragiques.

Il arrive que, comme les oiseaux, les champions, en fin de carrière, se cachent pour souffrir ou pour mourir, dans l'indifférence désinvolte de ceux qui brûlent ce – et ceux - qu'ils adoraient la veille.

Alors, pour préserver la santé psychique des sportifs –et celle de leur entourage - jusqu'où faut-il aller « plus vite, plus haut, plus fort » ? Jusqu'où faut-il « aller trop loin » ? Jusqu'à quel prix ?

2.1.3.1. Les risques psychologiques chez le sportif de haut niveau

Dans son rapport « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008), l'INSERM, fait le point sur les risques psychologiques du sport de haut niveau. Il constate que *« les connaissances sur le psychopathologie des sportifs restent très fragmentées »* et que *« ces troubles sont peu décrits dans littérature scientifique[332] »*.

A) Un bilan des consultations psychologiques au sein du département médical de l'INSEP

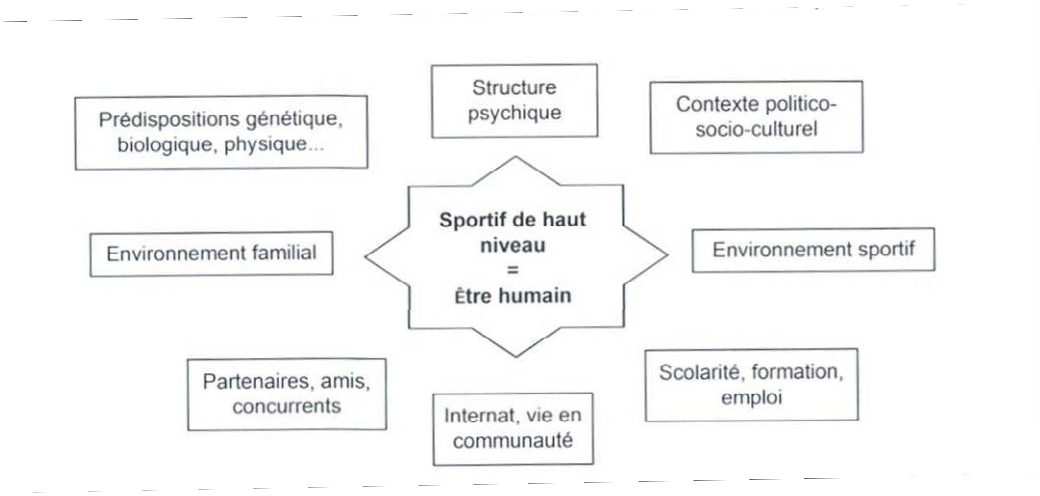
Le contexte spécifique du haut niveau sportif explique aussi cette faible visibilité de la souffrance psychique chez les athlètes. Comme l'explique, Meriem Salmi, psychologue clinicienne au département médical de l'INSEP, *« il faut être attentif aux particularités du monde sportif et à l'un de ses paradoxes : on est dans le monde des champions et exprimer sa souffrance, cela veut dire être faible, être fragile, être mis de côté. Cela veut aussi dire que l'on à affaire à des gens qui ont une capacité à supporter la souffrance physique et psychique qui est tout à fait impressionnante. Ces pathologies peuvent être masquées et un événement peut déclencher des décompensations, dans des moments de vulnérabilité[333] ».*

Il faut aussi prendre en compte un autre facteur de vulnérabilité psychique : la jeunesse des sportifs de haut niveau. C'est ce qu'observe Meriem Salmi : *« Il faut rappeler que nous sommes face, souvent, à des adolescents et que l'adolescence et le début de la vie d'adulte sont des temps propices à l'émergence des pathologies psychiatriques ».*

Selon cette dernière, il faut se représenter le sportif de haut niveau comme étant « au cœur d'interactions complexes » qui sont autant de facteurs divers et multiples, passés ou présents, de fragilisation psychique. Le schéma de Meriem Salmi, reproduit ci-après, détaille ce système complexe et multifactoriel au centre duquel le sportif de haut niveau doit être avant tout considéré et pris en charge comme « un être humain ».

[332] INSERM, Rapport intégral, p 526 à528
[333] Intervention de Meriem Salmi aux Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, graphique pp 273 à 282.

Figure 63. Le sportif de haut niveau au cœur d'interactions complexes



Source : Meriem Salmi, psychologue clinicienne au département médical de l'INSEP - Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, graphique p 277

Après avoir fait le constat d'une forte augmentation des consultations psychologiques à l'INSEP, leur nombre ayant quadruplé entre 2002 et 2006[334], l'équipe de psychologues de la grande école française de l'excellence sportive dresse un bilan des troubles *passés ou présents*, observés en consultation chez certains athlètes.

Sur la base de 370 consultations *obligatoires* analysées, on remarque la part prépondérante des troubles anxieux[335], ceux-ci représentant près de la moitié des troubles psychologiques diagnostiqués chez les sportifs de haut niveau de l'INSEP concernés : anxiété généralisée (18% de l'ensemble des troubles psychiques recensés), phobie sociale (8%), agoraphobie (6%), troubles obsessionnels (5%), état de stress post (3%), trouble panique (4%).

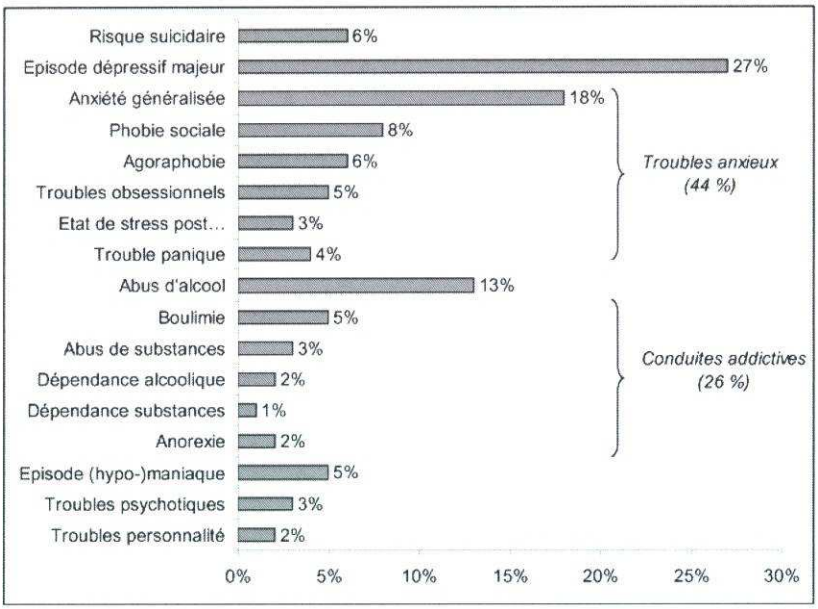
Près d'un quart des troubles psychiques relève d'un épisode dépressif majeur (27% de l'ensemble des troubles). Très souvent associés aux troubles anxio-dépressifs, le risque suicidaire concerne 6 % de l'ensemble des troubles diagnostiqués.

Dans la même proportion, on trouve les conduites addictives (26% de l'ensemble des troubles) dont l'abus d'alcool (13%), la boulimie (5%), l'abus de substances (3%), la dépendance alcoolique (2%), la dépendance aux substances[336] (1%) et l'anorexie (2%).

Enfin, dans 10 % des cas, l'INSEP recense, d'une part, des « épisodes maniaques ou hypomaniaques, des troubles psychotiques avec principalement des troubles borderline », étant précisé « qu'on a rarement vu de grands schizophrènes encore en activité sportive de haut niveau » ; d'autre part, certains troubles de la personnalité (comportements antisociaux et psychopathiques, passage à l'acte, violence, etc.).

[334] De 400 consultations en 2002 à 1587 en 2006
[335] troubles passés ou présents, les athlètes étant interrogés sur leur vie entière
[336] le cannabis est principalement évoqué

Figure 64. Les troubles psychopathologiques diagnostiqués en consultation obligatoire chez les sportifs de haut niveau scolarisés à l'INSEP



Source : Meriem Salmi, psychologue clinicienne au département médical de l'INSEP - Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, graphique p 27

S'agissant des consultations *volontaires* des athlètes et des entraîneurs, sur l'année 2007, on retrouvait à peu près la même répartition des troubles psychopathologiques[337] avec toujours la prédominance des troubles anxieux (48% de l'ensemble des troubles) et dépressifs (30% de l'ensemble). L'anxiété et la dépression réunies représentaient donc à elles-seules près de 80 % des cas de consultations *volontaires.*

S'agissant de l'origine des demandes de consultation psychologique au département médical de l'INSEP, en 2006-2007, seulement 12 % provenaient d'une démarche personnelle des athlètes, ce qui semble confirmer la difficulté d'expression de la souffrance psychique chez les sportifs de haut niveau. A titre principal, les demandes de consultation émanaient du « staff sportif » (entraîneurs, coordonnateurs) et de l'équipe médicale et paramédicale de l'INSEP. C'est dire l'importance du rôle de ces derniers dans la prévention et la détection des signes pathologiques, l'orientation et l'accompagnement des athlètes.

Une fois ces troubles psychopathologiques diagnostiqués, l'INSEP s'appuie essentiellement sur l'apprentissage, par les athlètes fragilisés, de thérapies et techniques cognitivo-comportementales.

B) Quelques facteurs identifiés de fragilisation psychologique des sportifs de haut niveau

Au-delà des antécédents personnels de l'athlète, certains facteurs et temps de fragilisation psychique propres à la vie du sportif de haut niveau ont été identifiés comme pouvant favoriser l'apparition de troubles psychopathologiques.

[337] total : 140 patients consultés volontairement en 2007

1) Quelques facteurs de risque psychopathologique recensés par l'INSERM

Se basant sur les rares travaux scientifiques fragmentés existants sur le sujet, l'INSERM[338] fait état de leurs principaux résultats :

- Les jeunes sportifs seraient plus sujets aux troubles alimentaires (ex : *anorexia athletica*[339]) comparés aux non sportifs ; les filles plus que les garçons ; davantage dans les disciplines sportives où l'esthétique et la minceur sont valorisés ou ceux dans lesquels le poids est un facteur de performance[340].

- Certains traits de personnalité caractérisés par une restriction des affects ou par une recherche de sensations extrêmes seraient associés au risque de pathologies spécifiques ou à certaines conduites addictives ;

- La survenue d'une blessure contraignant à un arrêt fortement déstabilisant de la pratique du sportif de haut niveau induit un risque psychosocial important, pouvant aller jusqu'au risque suicidaire. L'impact psychologique de la blessure croît avec le niveau d'engagement dans la pratique sportive. Le risque suicidaire augmente avec la gravité de la blessure, la durée et la difficulté de la rééducation, le sentiment de ne pouvoir retrouver son niveau antérieur à l'accident, le fait d'être remplacé dans son équipe… D'autres facteurs personnels et psychosociaux interagissent pour diminuer ou aggraver le risque psychopathologique ;

- La fin de carrière du sportif de haut niveau peut avoir des conséquences psychologiques dramatiques, surtout si elle survient brutalement : baisse de l'estime de soi, dépression…

- L'intensité et la durée de la pratique sportive de haut niveau, lorsqu'elle n'a plus de limite, peut entraîner une inadaptation, un « burn-out »[341], des troubles psychiques et psychosomatiques intenses et des conduites addictives.

Après avoir présenté ces risques psychopathologiques chez les sportifs et sportives de haut niveau, l'INSERM conclut : « En résumé, il faut donc rappeler que le sport ne favorise pas forcément la santé et qu'il peut-être au contraire un facteur de risque ; tout dépend de la manière dont on le pratique et de la qualité de ceux qui ont la charge d'accompagner l'athlète ».

2) Autres observations…

Meriem Salmi signale également un autre facteur de risque[342]. Il arrive que des sportifs de haut niveau ne vivent plus que pour et dans le monde sportif, ce qui provoque comme un effet d'enfermement. Robert Poirier, lors de son audition au CESR de Bretagne, a également souligné la nécessité, pour les entraîneurs, de faire sortir leurs athlètes du milieu sportif, par exemple en les incitant à s'ouvrir culturellement et à s'oxygéner psychologiquement lors de leurs déplacements à l'extérieur.

Est également mentionnée la pression psychologique importante liée aux contraintes du *double projet* du sportif de haut niveau : projet de scolarité et de formation et projet sportif. La conciliation de ces deux défis menés de front, et la tension psychologique qui en découle,

[338] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, Rapport intégral, p 526 à528
[339] anorexie mentale spécifique à la pratique sportive intensive, en particulier chez les jeunes filles et les femmes. Elle est l'une des manifestations pathologiques du syndrome dit de « la triade de la femme sportive »: troubles alimentaires, aménorrhée et/ou ostéoporose
[340] sur le sujet voir notamment les travaux du chercheur norvégien, Sundgot-Borgen
[341] épuisement psychique total, que l'on retrouve aussi dans d'autres milieux professionnels, en particulier chez les cadres.
[342] Intervention de Meriem Salmi aux Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », 5-6 mai 2008, Paris, Les Cahiers de l'INSEP n° 41, 2008, graphique pp 273 à 282.

peuvent être à l'origine de *« troubles anxieux extrêmement importants »*. Elle prend l'exemple de la préparation simultanée du baccalauréat et de compétitions sportives.

Enfin, des temps de récupération insuffisants, des emplois du temps sportifs trop chargés, des difficultés à communiquer et à dialoguer peuvent être particulièrement toxiques psychologiquement.

Toutefois, il faut se garder de conclusions trop hâtives sur tel ou tel facteur de risque associé à la pratique du sport de haut niveau, car selon la psychologue de l'INSEP : *« ce n'est pas le sport qui va créer la pathologie ; c'est plutôt la rencontre entre une personnalité, un sport et un contexte ».*

2.2. Comportements à risque associés à certains types de pratique sportive

L'Institut national de prévention et d'éducation à la santé définit un comportement (ou une conduite) à risque comme « des manières d'agir qui comportent une probabilité non négligeable de mettre en danger sa vie, sa santé ou celle d'autrui[343] ».

Tout en gardant à l'esprit le fait que là où il y a vie, il y a risque, et encore plus là où il y a vie en liberté et liberté de mouvement, on peut néanmoins s'interroger sur quelques comportements à risque associés à certains modes d'exercice physique ou de pratique sportive ; comportements qui non seulement induisent un risque potentiel pour *la santé* physique et/ou mentale, mais de surcroît portent atteinte à *une éthique* humaniste, citoyenne, éducative et égalitaire du sport, c'est-à-dire à ce que l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play nomme « l'esprit sportif ».

Parmi ces comportements à risque associés à l'exercice physique et au sport, nous aborderons ici le dopage et les conduites dopantes ; la consommation de produits psychoactifs et les conduites addictives ; ainsi que les violences physiques ou psychologiques portant atteinte à l'intégrité et/ou à la dignité des personnes.

Il n'est pas rare que ces comportements à risque, dont l'analyse des déterminants est aussi complexe que la prévention, se cumulent et interagissent les uns avec les autres.

2.2.1. Le dopage sportif, un cas particulier de conduites dopantes dans la société

Le dopage sportif n'est qu'un cas particulier parmi des conduites dopantes qui concernent toute la société. Il pourrait même en être le bouc-émissaire, tant la tolérance, voire l'indifférence aux pratiques dopantes paraît installée et banalisée dans d'autres secteurs d'activité.

2.2.1.1. Les conduites dopantes : individu et société en quête de performance

« Individu et société en quête de performance…Les pratiques dopantes en milieu professionnel, étudiant et sportif », tel était l'intitulé d'un important colloque organisé à Rennes les 15 et 16 novembre 2007, par le Centre d'information régional sur les drogues et les dépendances (CIRDD) de Bretagne et la Direction régionale, départementale, de la jeunesse et des sports Bretagne-Ille-et-Vilaine.

[343] INPES, « Comportements à risque et santé : agir en milieu scolaire », janvier 2008, p16

L'enjeu de cette rencontre était de mieux comprendre les pratiques dopantes de l'individu, comme de la société, en considérant que la recherche de la performance par des *produits* ou des *méthodes* dopantes était loin, bien loin, de ne concerner que la seule compétition sportive et ses acteurs, qu'ils soient professionnels ou amateurs.

Le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports et de la vie associative a publié en octobre 2008, un document de référence sur la prévention des conduites dopantes[344] en reprenant la définition proposée par le Dr Patrick Laure, Médecin conseiller à la DRDJS Lorraine et spécialiste de la question : *« une conduite dopante est une consommation de substance pour affronter un obstacle réel ou ressenti par l'usager ou par son entourage, aux fins de performance[345] ».*

Les conduites dopantes relèvent de *« comportements de consommation de substances »* qui peuvent être classées en trois catégories en fonction des dommages sanitaires ou sociaux qu'ils provoquent, étant précisé que le caractère licite ou illicite du produit consommé n'est pas pris en compte : *l'usage, l'usage nocif ou abus* et *la dépendance (voir tableau ci-après).*

Tableau 12. Les trois catégories de comportements de consommation de substances

Comportements de consommation de substances	**Description**
L'usage	Consommation de substances psychoactives dénuée de dommages mais pouvant faciliter le passage à des modes consommations problématiques. L'usage n'appelle pas de prise en charge thérapeutique
L'usage nocif ou abus	Consommation répétée induisant des dommages dans les domaines somatiques, psychoaffectifs ou sociaux pour la personne elle-même, son entourage ou pour autrui. Il n'y a pas dépendance mais une prise en charge thérapeutique est nécessaire.
La dépendance	Perte de la liberté de s'abstenir de consommer, associée à des dommages sanitaires et/ou sociaux nécessitant une prise en charge thérapeutique pharmacologique et comportementale.

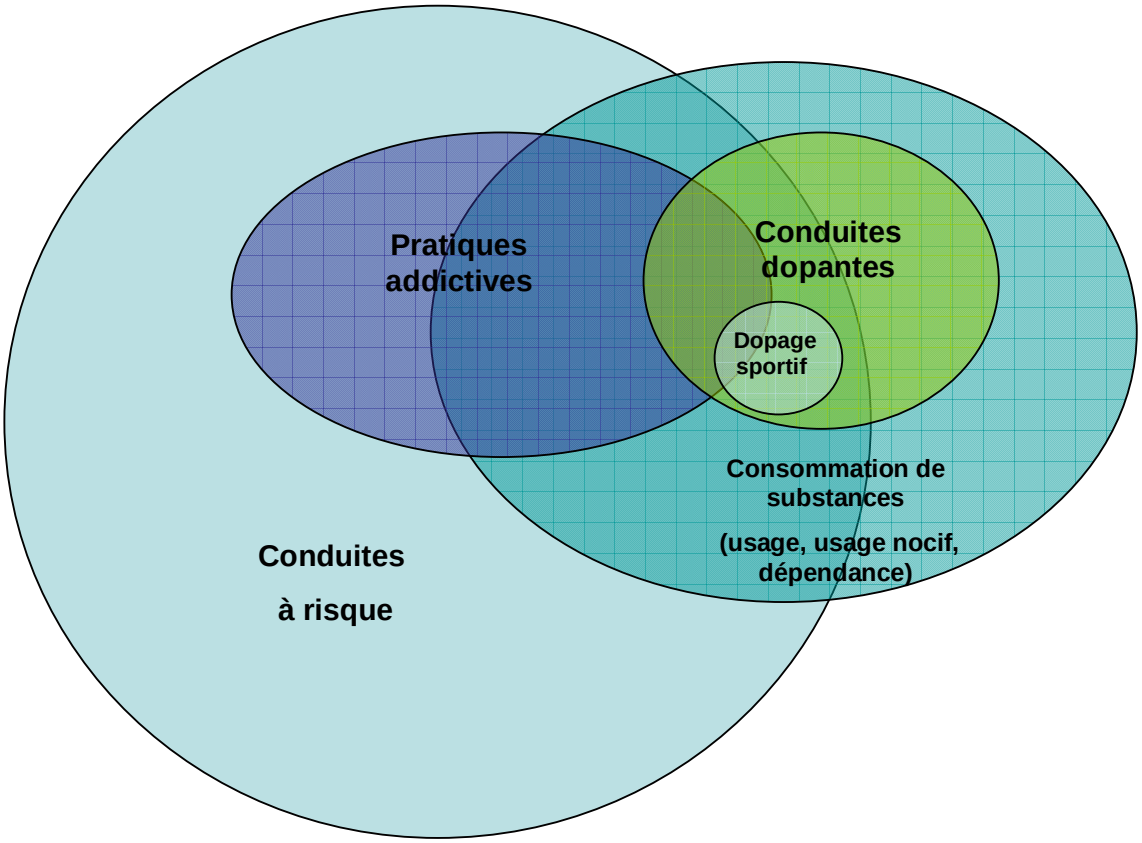
Source : MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p 8- (tableau et résumé CESR de Bretagne)

La conduite dopante ne doit pas être confondue avec la conduite addictive. Selon le Ministère de la santé, « l'addiction est une envie irrépressible d'utiliser ou de consommer (dimension impulsive) avec obligation de répétition (dimension compulsive) ». Nous reviendrons plus en détail sur cette définition lorsque nous aborderons, plus loin, les conduites addictives pouvant être associées à certaines pratiques sportives ou à l'exercice physique.

Il ressort de cette classification que toute consommation de substance n'est pas nécessairement une conduite dopante, une pratique addictive[346] ou une conduite à risque. Néanmoins, comme l'explique le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, les conduites dopantes peuvent *« avoir des liens avec les conduites addictives, en général liées à la nature des produits utilisés (exemple : amphétamine, cocaïne) et, pour une part d'entre elles, avec les conduites à risque »*, comme l'illustre le schéma suivant.

[344] MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p 6
[345] Patrick Laure, « Dopage et société », 2000
[346] sur la définition de l'addiction et des pratiques addictives, voir ci-après

Figure 65. Conduites à risque, pratiques addictives, conduites dopantes et consommations de substances



Source : MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, schéma réalisé par le CESR de Bretagne sur la base du graphique p 9 et des informations p7 et 8.

Selon cette définition, pour ne prendre que quelques exemples très limités, pourraient être considérées comme des *conduites dopantes*, plus ou moins dommageables pour la santé, les exemples figurant dans le tableau ci-après.

Exemples de conduites qui pourraient être « dopantes »…

- la prise de produits pharmaceutiques stimulants par un étudiant passant un examen ou un concours
- la consommation d'un produit psycho-actif, tel que le cannabis ou la cocaïne, par un artiste recherchant la performance sur scène
- le fait, pour un chauffeur routier travaillant la nuit d'absorber des quantités excessives de caféines ou de stimulants pour tenir le coup et éviter l'endormissement au volant
- un candidat absorbant une boisson perçue comme « énergisante » afin d'être plus dynamique et performant lors d'un test d'embauche
- la prise de substances stimulantes ou anxiolytiques par un militaire confronté à une situation de stress extrême en opération de combat nocturne
- un homme politique consommant des produits stimulants à des fins de performance électorale
- une injection de produits dopants par un coureur cycliste professionnel du Tour de France ou par un footballeur professionnel avant un match décisif, pour être victorieux (dopage sportif)

- le fait de donner régulièrement à son enfant, sans raison médicale, des vitamines pour améliorer ses performances scolaires ou sportives, ce que le Docteur Patrick Laure appelle « le dopage par procuration[347] »
- le fait de consommer une substance psycho-active (ex : alcool, tabac, cannabis) avant d'aller au travail pour faire face à un stress physique et/ou psychique, etc.

Dans ces quelques exemples, on voit que la notion de conduites dopantes peut s'appliquer bien au-delà du seul milieu sportif, mais alors qu'elle est fortement condamnée socialement, juridiquement et médiatiquement dans ce dernier, elle semble faire l'objet, dans d'autres milieux, d'une forme de tolérance, d'une banalisation et parfois même d'un encouragement plus ou moins explicite, qui ne laisse pas d'interroger. Selon le Dr Patrick Laure[348], la proportion de personnes consommant des produits figurant sur la liste des produits interdits aux sportifs pourrait être d'environ 15 % de la population générale, alors que, chez les sportifs, ce taux serait estimé à 9.5%. Il semble bien qu'il y ait deux poids - deux mesures dans la tolérance et le contrôle social des conduites dopantes.

Pour le Dr Michel Trégaro[349], la performance peut consister en *« la réalisation d'une fonction en situation ordinaire de la vie courante. Il ne s'agit pas seulement d'un exploit sportif »*. Du colloque de Rennes qui, nous l'avons dit, a abordé la diversité des conduites dopantes dans différents milieux sociaux et professionnels, il ressort que la finalité de performance doit effectivement être entendue au sens large. Une conduite dopante n'a pas systématiquement pour seule finalité d'être au meilleur de ses capacités dans une situation de concurrence, de compétition ou de contrainte. Elle n'incarne pas nécessairement *une volonté* de tricher avec soi-même ou face aux autres, elle peut aussi, plus prosaïquement, être le moyen trouvé par un individu pour « tenir le coup », « ne pas craquer » face à un évènement ou une situation plus difficile à vivre ou à supporter sans le recours à une substance dopante, du moins à court terme, avant que ne survienne l'effet rebond.

En ce sens, la conduite dopante peut aussi être le reflet d'une difficulté d'adaptation aux contraintes d'un environnement, de l'anxiété, de la peur de l'échec et de l'exclusion sociale ou professionnelle[350]. Cet aspect est aussi susceptible de s'appliquer à certains cas de dopage sportif, parfois trop rapidement considérés, par le tribunal implacable des médias et de l'opinion, comme relevant de la seule volonté de tricherie du compétiteur et/ou de ses encadrants.
Ainsi, si, comme l'a rappelé le Dr Trégaro, lors de son audition au CESR de Bretagne, *« la conduite dopante est la rencontre d'un individu avec un produit, dans un environnement »,* sans nier la responsabilité individuelle et première de l'usager du produit, il faut aussi s'interroger, simultanément, sur *l'environnement* ou *le système* social, économique, financier, sportif, médiatique, professionnel, etc. qui favorise cette rencontre quasi faustienne entre l'individu et le produit.

2.2.1.2. Le dopage sportif : une conduite dopante illégale, risquée et contraire à l'esprit sportif

A) Définition juridique du dopage sportif

Selon le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, « le dopage est une pratique interdite, définie par la réglementation : c'est l'utilisation, par des sportifs compétiteurs, de substances ou de méthodes interdites, figurant sur une liste établie chaque année par l'Agence mondiale antidopage. Le dopage représente une forme particulière de conduite

[347] Intervention lors du colloque de Rennes cité
[348] Intervention lors du colloque de Rennes cité
[349] Audition CESR de Bretagne du 4 novembre 2008
[350] Intervention du Dr Patrick Laure au colloque de Rennes précité

dopante[351] ». Le dopage sportif est défini par le Code mondial antidopage (encadré ci-après).

Code mondial antidopage – 2009 – Extraits [352]-
« Fondements du code mondial antidopage

Les programmes antidopage visent à préserver la valeur intrinsèque du sport. Cette valeur intrinsèque est souvent qualifiée d'« esprit sportif »; elle est l'essence même de l'olympisme; elle exhorte à jouer franc jeu. L'esprit sportif valorise la pensée, le corps et l'esprit, et se distingue par les valeurs suivantes :

- L'éthique, le franc jeu et l'honnêteté
- La santé
- L'excellence dans la performance
- L'épanouissement de la personnalité et l'éducation
- Le divertissement et la joie
- Le travail d'équipe
- Le dévouement et l'engagement
- Le respect des règles et des lois
- Le respect de soi-même et des autres participants
- Le courage
- L'esprit de groupe et la solidarité

Le dopage est contraire à l'essence même de l'esprit sportif. Pour combattre le dopage en promouvant l'esprit sportif, le Code exige que chaque organisation antidopage établisse et mette en œuvre des programmes éducatifs à l'intention des sportifs, y compris les jeunes, et du personnel d'encadrement du sportif. »

En droit français, le législateur, se fondant sur le Code mondial antidopage, en a donné une définition inscrite dans le Code du sport (Cf. encadré ci-après).

Définition et interdiction du dopage selon le Code du sport français[353]

Article L232-9
Il est interdit à tout sportif participant à une compétition ou manifestation sportive organisée ou autorisée conformément au titre III du livre Ier du présent code, ou se préparant à y participer :
1° De détenir, sans raison médicale dûment justifiée, une ou des substances ou procédés interdits par la liste mentionnée au dernier alinéa du présent article, pour lesquels l'appendice 1 à la convention internationale contre le dopage dans le sport, adoptée à Paris le 19 octobre 2005, ne prévoit la possibilité de sanctions réduites qu'en cas de circonstances exceptionnelles ;
2° D'utiliser une ou des substances et procédés interdits par la liste mentionnée au dernier alinéa du présent article.
L'interdiction prévue au 2° ne s'applique pas aux substances et procédés pour lesquels le sportif dispose d'une autorisation pour usage à des fins thérapeutiques conformément aux modalités prévues par l'article L. 232-2.
La liste des substances et procédés mentionnés au présent article est celle qui est élaborée en application de la convention internationale contre le dopage dans le sport précitée ou de tout autre accord ultérieur qui aurait le même objet et qui s'y substituerait. Elle est publiée au Journal officiel.
Article L232-10
Il est interdit à toute personne de :
1° Prescrire, céder, offrir, administrer ou appliquer aux sportifs participant aux compétitions et manifestations mentionnées à l'article L. 232-9, ou se préparant à y participer, une ou plusieurs substances ou procédés mentionnés à cet article, ou de faciliter leur utilisation ou d'inciter à leur usage ;
2° Produire, fabriquer, importer, exporter, transporter, détenir ou acquérir, aux fins d'usage par un sportif sans raison médicale dûment justifiée, une ou des substances ou procédés figurant sur la liste mentionnée au dernier alinéa de l'article L. 232-9 ;

[351] MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p6
[352] http://www.wada-ama.org/fr/ , site Web de l'Agence mondiale antidopage (AMA), consulté le 20 novembre 2009
[353] Source : Legifrance.fr, consulté le 16 novembre 2009.

3° Se soustraire ou s'opposer par quelque moyen que ce soit aux mesures de contrôle prévues par le présent titre.
Le 1° ne s'applique pas aux substances et procédés destinés à l'usage d'un sportif se trouvant dans le cas prévu à l'article L. 232-2.

B) Liste des substances et méthodes interdites

La liste des substances et procédés interdits évolue chaque année. Elle est arrêtée par l'Agence mondiale antidopage (AMA).

D'une manière générale, selon le Code mondial antidopage, figurent dans cette liste, les substances et procédés qui remplissent *au moins deux des trois conditions suivantes* (voir encadré ci-après) :

- elles ont le potentiel d'améliorer la performance sportive ;
- elles présentent un risque réel ou potentiel pour la santé de l'athlète ;
- elles sont contraires à l'esprit sportif.

La responsabilité première et individuelle du sportif est très clairement affirmée (voir encadré ci-après). *L'intention* de dopage n'est pas une condition nécessaire, on peut ainsi être déclaré dopé, même « à l'insu de son plein gré ».

Code mondial antidopage – 2009 – Extraits [354]-

« Article 2.2.1. Il incombe à chaque sportif de faire en sorte qu'aucune substance interdite ne pénètre dans son organisme. Par conséquent, il n'est pas nécessaire de démontrer l'intention, la faute, la négligence ou l'usage conscient de la part du sportif pour établir la violation des règles antidopage pour cause d'usage d'une substance interdite ou d'une méthode interdite.
Article 4.3 Critères d'inclusion des substances et méthodes dans la Liste des interdictions
L'AMA prendra en considération les critères suivants dans sa décision d'inclure ou non une substance ou une méthode dans la Liste des interdictions :
Article 4.3.1 Une substance ou méthode sera susceptible d'être incluse dans la Liste des interdictions si l'AMA détermine que la substance ou méthode remplit deux des trois critères suivants :
Article 4.3.1.1 La preuve médicale ou scientifique, l'effet pharmacologique ou l'expérience démontrant que la substance ou la méthode, seule ou combinée à d'autres substances ou méthodes, a le potentiel d'améliorer ou améliore effectivement la performance sportive;
Article 4.3.1.2 La preuve médicale ou scientifique, l'effet pharmacologique ou l'expérience démontrant que l'usage de la substance ou de la méthode présente un risque avéré ou potentiel pour la santé du sportif;
Article 4.3.2 Une substance ou une méthode sera également incluse dans la Liste des interdictions si l'AMA détermine que, selon une preuve médicale ou scientifique, l'effet pharmacologique ou l'expérience, la substance ou la méthode est susceptible de masquer l'usage d'autres substances interdites ou méthodes interdites. »

[354] http://www.wada-ama.org/fr/ , site Web de l'Agence mondiale antidopage (AMA), consulté le 20 novembre 2009

Le tableau ci-après donne les grandes catégories d'interdiction pour l'année 2010. Pour le détail et surtout, l'actualisation de la liste, on se rapportera directement au site de l'AMA : http://www.wada-ama.org/.

Tableau 13. Code mondial antidopage – Liste des interdictions 2010 – Standard international

Interdictions	Substances	Méthodes
Substances et méthodes interdites en permanence en et hors compétition	S1 : Agents anabolisants S2 : Hormones peptidiques, facteurs de croissance et substances apparentées S3 : Béta-2 agonistes S4 : Antagonistes et modulateurs hormonaux S5 : Diurétiques et autres agents masquants	M1 : Amélioration du transfert d'oxygène M 2 : Manipulation chimiques et physique M 3 : Dopage génétique
Substances et méthodes interdites en compétition	S6 : Stimulants S7 : Narcotiques S8 : Cannabinoïdes S9 : Glucocorticoïdes	
Substances interdites dans certains sports	P1 : Alcool P 2 : Béta-bloquants	

Source : Agence mondiale antidopage, http://www.wada-ama.org/, consulté le 16 novembre 2009 – Pour la liste détaillée et actualisée, voir le site mentionné.

En 2010, la méthode interdite du *dopage génétique* concerne : 1) le transfert de cellules ou d'éléments génétiques (ex : ADN, ARN) ; 2) l'utilisation d'agents pharmacologiques ou biologiques modulant l'expression génique.

C) Substances : effets dopants et risques pour la santé

Selon le Dr Trégaro, quatre substances sont susceptibles d'améliorer les performances sportives, du moins à court terme : *les glucocorticoïdes, les bétabloquants, l'érythropoïétine ou EPO*[355] *et les hormones de croissance.* Mais leurs effets secondaires peuvent induire de graves risques pour la santé des athlètes (voir tableau ci-après).

Le Ministère de la santé précise que, « pour l'essentiel, ces produits sont des médicaments détournés de leur usage. Certains sont illicites, comme le cannabis ou la cocaïne. Tous sont susceptibles d'entraîner des effets indésirables pour la santé. Ces effets dépendent de la nature du produit (certains sont plus dangereux que d'autres), de la dose utilisée, des mélanges de produits, du mode d'administration (oral, injectable, sous cutané), du non respect des contre-indications, etc. Ils s'étendent des allergies au décès, en passant par les maladies cardiovasculaires, les maladies rénales, les troubles sexuels, les maladies hépatiques et certains cancers[356]. »

[355] au niveau mondial, on estime que 60% de l'EPO est détournée de son usage médical (audition du Dr Trégaro)
[356] MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p7

Tableau 14. Produits dopants : exemples, effets recherchés, effets secondaires (d'après le Docteur Michel Trégaro)

Classes de produit	Exemples	Effets recherchés	Effets secondaires
Les stimulants	amphétamines, caféine, éphédrine et dérivés, cocaïne, bêta 2 agonistes	-accroissement de la concentration et de l'attention -réduction de la sensation de fatigue -augmentation de l'agressivité	-troubles du système cardio-vasculaire -troubles du système neurologique -troubles psychiatriques (agressivité, nervosité), épuisement
Les narcotiques	-dérivés de l'opium, morphine, héroïne, méthadone -certains analgésiques de synthèse – péthidine (Dolosal), dextromoramide (Palfium)	-analgésiques majeurs	-risques de dépression respiratoire -accoutumance -dépendance -diminution de la concentration et de la capacité de coordination
La testostérone et les stéroïdes anabolisants	Stéroïdes anabolisants androgènes : nandrolone ou 19 norstestostérone	-augmentation de la masse musculaire -stimulation de l'agressivité -augmentation de la VO2 max	-stérilité et virilisation définitive -cancer du foie -ruptures tendineuses -infarctus du myocarde -troubles de la libido -troubles psychiques : agressivité, accès de colère, rage incontrôlée
Les diurétiques et les produits masquants	-diurétiques : furosémide-spironolactone -produits masquants : probénécide	-perte de poids -produits masquants	-déshydratation sévère -insuffisance rénale, troubles du rythme cardiaque
Les anesthésiques locaux	-interdits en injection systémique -ex : procaïne-lidocaïne	-antidouleur -produits masquants	-troubles de la conscience, nervosité, agitation, tremblements, nausées -dépression respiratoire, troubles du rythme cardiaque -convulsions et défaillance cardiaque

Classes de produit	Exemples	Effets recherchés	Effets secondaires
Les gluco-corticostéroïdes	-interdits par voie orale, par injection systémique, par voie rectale -autorisés avec notification par inhalation, injection locale ou intra articulaire -autorisés sans notification en application locale (anale, auriculaire, dermatologique, nasale, ophtalmique	-anti-fatigue -lutte contre la douleur -stimulant sur le psychisme -anti-inflammatoire	-fragilité des tendons et des muscles -infections sévères -troubles cardio-vasculaires, troubles du rythme cardiaque -diabète, modification du psychisme - ulcères
Les béta-bloquants	acébutolol, aténolol, labétalol, métropolol, nadolol, oxprénolol, propranolol, sotalol	-diminution des tremblements (sports de précision) -effet anti-stress	-crises d'asthme -coma hypoglycémique -insuffisance cardiaque
Les hormones peptidiques et analogues	Erythropoïétine (EPO) ex : Eprex, Recormon, Neocormon	-augmentation du transport de l'oxygène -augmentation de la VO2 max	-*à court terme* : accidents cérébraux, embolies pulmonaires, infarctus du myocarde, mort subite -*à long terme* : hypertension artérielle, cancer de la moelle osseuse, maladies auto-immunes
	Hormone de croissance (GH)	-augmentation de la masse musculaire -potentialisation de l'effet des anabolisants	-déformation des os, cancers -insuffisance cardiaque sévère, maladie de Creutzfeld-Jacob -diabète, troubles thyroïdiens

Source : Dr Michel Trégaro, Médecin-conseiller, DRDJS Bretagne-Ille-et-Vilaine, Audition CESR Bretagne du 9 novembre 2008

D) Limites de ces interdictions

Il ressort de la définition précédente du dopage sportif que tout ce qui n'est pas interdit, substance ou méthode, est permis.

Ces interdictions sont en effet limitées :

- Elles ne concernent que les sportifs participant ou se préparant à des compétitions ou manifestations organisées par les fédérations sportives agréées par l'Etat ou celles autorisées par la fédération sportive délégataire compétente pour la discipline ; les compétitions sportives se déroulant en dehors de tout cadre fédéral officiel, et leurs acteurs, ne sont donc pas concernés par ces interdictions. En d'autres termes, les pratiques sportives libres, non licenciées, qui sont majoritaires dans la population, échappent à la lutte contre le dopage.

- Il est possible à un sportif de déroger à la liste des interdictions si son état de santé le justifie, c'est-à-dire s'il dispose d'une Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT). Ainsi, comme l'a souligné le Dr Trégaro[357], chargé du contrôle antidopage en Bretagne, *« on peut être sportif de haut niveau et malade »*. Par exemple, il existe de nombreux cas de grands champions asthmatiques… La frontière entre soin et dopage n'est pas toujours évidente à établir. Il arrive même que des sportifs soient contrôlés positifs alors qu'ils ne cherchaient qu'à se soigner, sans volonté de tricherie. Afin de limiter ces risques, les sportifs de haut niveau peuvent consulter de manière anonyme et gratuite l'Antenne Médicale de Prévention du Dopage (ex : AMPD du CHRU Pontchaillou à Rennes).

- Hors les interdictions de substances et méthodes listées chaque année par l'AMA, les autres conduites dopantes sportives sont autorisées ;

- En dehors du monde sportif, le dopage reste, pour l'instant, tacitement autorisé, même s'il est le plus souvent qualifié de soin, sous réserve toutefois des interdictions réglementaires de détention et d'usage de certaines substances ou méthodes sans autorisation médicale.

E) Les contrôles antidopages

1) Modalités des contrôles antidopages

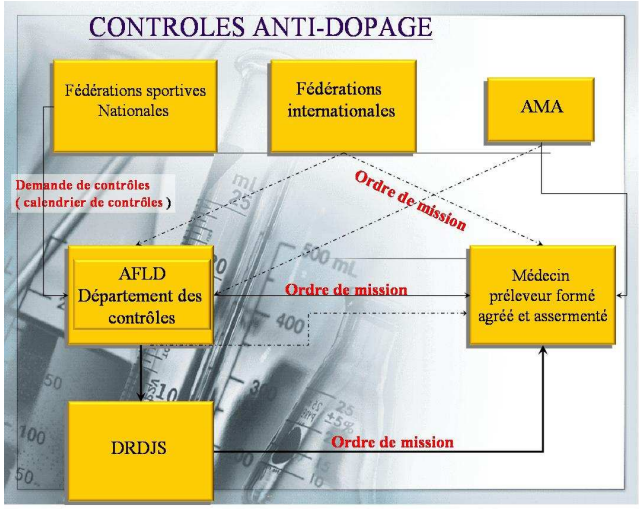
Selon le Dr Trégaro, *« l'organisme humain enregistre tout et n'oublie rien ».* Lorsque les contrôles se révèlent positifs, des sanctions sportives et/ou pénales peuvent être prononcées contre les consommateurs et/ou contre les pourvoyeurs ou trafiquants.

S'agissant du contrôle antidopage, Il faut distinguer les contrôles *en compétition* et *hors compétition*, les contrôles *pendant le jeu* et *en dehors du jeu*[358] : ils ne concernent ni les mêmes produits, ni les mêmes doses. Il s'agit là d'une véritable *faille* juridique dans la lutte contre le dopage, sans perdre de vue que la faille principale est *l'absence pure et simple de contrôle* (ex : finale de la coupe du monde de football).

Aujourd'hui les contrôles sont demandés par les fédérations sportives, par l'Agence Mondiale Antidopage (AMA) ou par l'Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD).

[357] Audition CESR du 4 novembre 2008
[358] ex : joueurs remplaçants, sur le banc de touche…

Figure 66. Acteurs du contrôle antidopage



Source : Dr Michel Trégaro, Médecin-conseiller, DRDJS Bretagne-Ille-et-Vilaine, Audition CESR Bretagne du 9 novembre 2008

La procédure de contrôle est très stricte afin d'éviter les vices de forme pouvant donner lieu à contentieux (ex : flacons inviolables). Comme cela a déjà été signalé, la lutte contre le dopage prend en compte les situations individuelles des athlètes (ex : Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques ou AUT).

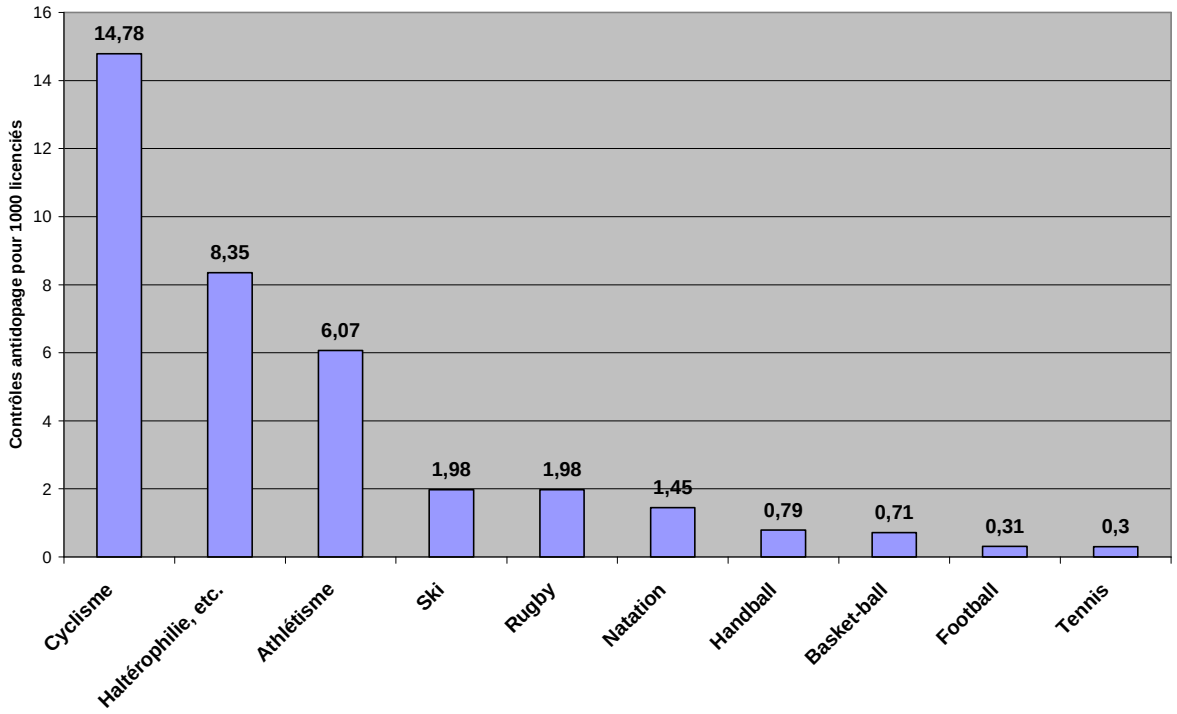
Afin de lutter plus efficacement contre le dopage, il existe dans chaque région une Commission régionale de prévention et de lutte contre les produits dopants. Réunissant de nombreux acteurs concernés, dont les Douanes et la Gendarmerie, elle a pour mission principale de lutter contre la filière du dopage et ses nombreux trafics.

2) Résultats des contrôles

Lors de son audition, le Docteur Michel Trégaro, a souligné que le dopage sportif ne concerne pas seulement le sport de haut niveau professionnel : il est une réalité aussi dans le sport amateur, même dans les bas niveaux. Et la loi du milieu étant parfois « l'omerta », il est difficile de dresser un état des lieux complet du dopage sportif.

Cette difficulté est accentuée par le faible nombre de contrôles antidopage et par la situation très inégalitaire des disciplines sportives face à ces derniers, même si leur champ à tendance à s'élargir. Ainsi, pour 1000 licenciés, le nombre de contrôles antidopage pour le cyclisme (14.8‰) était, en 2005, environ 50 fois plus élevé que celui du football (0.31‰) ou du tennis (0.3‰). Selon que vous serez cycliste ou footballeur…

Figure 67. Nombre de contrôles antidopage réalisés pour 1000 licenciés dans les dix fédérations les plus contrôlées en 2005



Source : Dr Michel Trégaro, Audition CESR Bretagne du 9 novembre 2008. Précision : « Ces données ont été obtenues en rapportant le nombre de contrôles de 2005 au nombre de licenciés en 2004 selon la brochure « Les chiffres du sport » éditée en novembre 2005 par le Ministère de la jeunesse et des sports et de la vie associative ».

Selon le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, environ 3.4% des analyses associées aux contrôles antidopage s'avèrent positives[359]. Celui-ci précise toutefois que ce taux inclut les autorisations d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) et, ipso facto, le nombre d'*infractions constatées* est inférieur.

Le Ministère observe également que « Le dopage sportif concerne potentiellement l'ensemble des sportifs, quel que soit leur âge, compétiteurs ou non[360] . Ainsi, de 5 à 15% des adultes et de 3 à 5% des enfants et adolescents déclarent avoir déjà utilisé des produits interdits[361]. »

Les principales substances détectées lors des contrôles sont le cannabis (43% des cas), les glucocorticoïdes (18%), les stéroïdes anabolisants (12%) et les diurétiques (10%)[362].

[359] Selon le rapport d'activité 2007 de l'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD)
[360] MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p7
[361] Selon les travaux du Docteur Patrick Laure
[362] MSJSVS, document cité, p 7

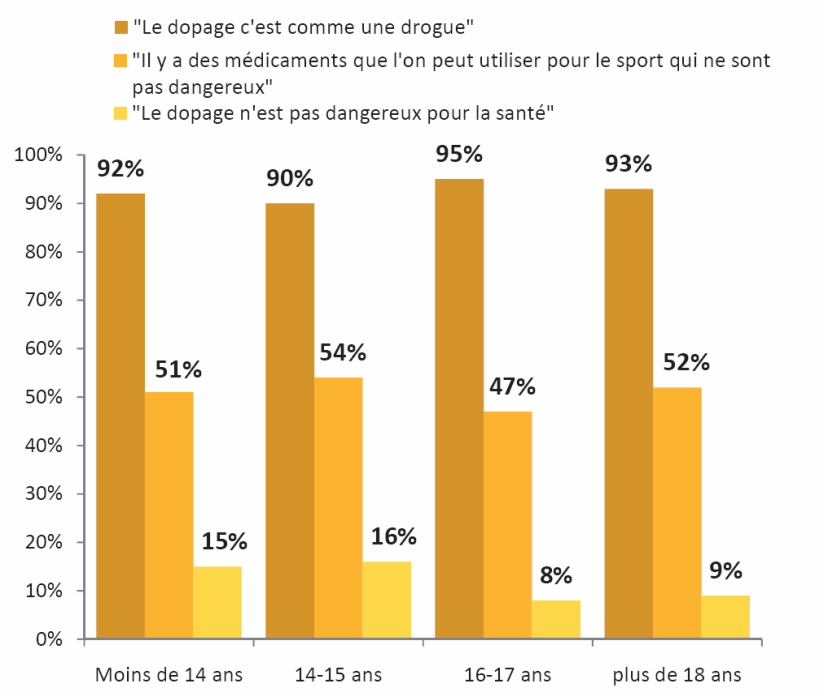
F) Santé des jeunes en Bretagne et dopage

Pour son étude sur la santé des jeunes collégiens et lycéens en Bretagne en 2007, l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) a interrogé les élèves sur leur consommation et leur vision du dopage sportif.

Il ressort de cette enquête déclarative que le dopage sportif est un phénomène marginal, puisque seulement 1% des jeunes disent avoir consommé des produits dopants, les garçons (1.7% de l'ensemble des garçons) nettement plus que les filles (0.5% de l'ensemble des filles).

La quasi-totalité des jeunes, 9 sur 10 environ, considèrent que « le dopage, c'est comme une drogue », que « se doper, c'est tricher » et que « le dopage doit être sanctionné ». Ces opinions sont plus modérées chez la petite minorité de consommateurs de produits dopants.

Figure 68. Représentations du dopage chez les jeunes collégiens et lycéens en Bretagne en 2007



Source : ORSB, « La santé des jeunes scolarisés en Bretagne en 2007 », Conditions de vie – Activités extrascolaires – graphique p 11

Pourtant, ce consensus des jeunes sur la réprobation du dopage est à nuancer puisque plus de la moitié d'ente eux pense qu' *« il y a des médicaments que l'on peut utiliser pour le sport qui ne sont pas dangereux »* et qu'environ 15 % des moins de 16 ans considèrent que *« le dopage n'est pas dangereux pour la santé »,* proportion qui diminue de moitié après 16 ans.

On voit à travers ces résultats que le dopage est largement assimilé à une conduite addictive (assimilation à une drogue), ce qui n'est pas toujours le cas, et que lorsque la conduite dopante consiste en une prise de médicament, les jeunes semblent moins enclins à y voir un risque pour la santé. Or, nous avons vu que la plupart des substances dopantes étaient justement des médicaments détournés de leur usage thérapeutique à des fins de performance sportive…

2.2.1.3. Prévention des conduites dopantes en général et du dopage sportif en particulier

Selon le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, « la description et la compréhension des conduites dopantes sportives, et a fortiori du dopage, sont difficiles, car ces comportements sont à la fois cachés et multi-déterminés[363] ». Comme souvent en santé publique, la meilleure prévention est multifactorielle. Pour prévenir une conduite dopante, il faut agir simultanément sur l'individu, le produit et l'environnement.

A) Facteurs de vulnérabilité et de protection des conduites dopantes en général

Face aux conduites dopantes en général, il semblerait, d'après le Ministère, que certains facteurs individuels, familiaux ou environnementaux soient des facteurs de vulnérabilité. A l'inverse, des facteurs de protection existeraient dans ces trois champs. Le tableau ci-après, reprend ces facteurs.

Tableau 15. Facteurs de vulnérabilité et de protection face aux conduites dopantes selon Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports

Facteurs	Individuels	Familiaux	Environnementaux
Facteurs de vulnérabilité	agressivité, impulsivité, anxiété, usage précoce de substances, influençabilité, faible adhésion aux valeurs de la société	pauvreté des relations affectives avec les parents, faible contrôle parental, conflit familial, usage de substances par les parents, attitude permissive des parents et de la fratrie (aînés)	pression des pairs, peur d'être rejeté par les pairs, usage de substance par les pairs, disponibilité des substances, absence de loi ou de norme régulant l'usage des substances.
Facteurs de protection	estime de soi, affirmation de soi, capacité à demander de l'aide, résistance à une offre non sollicitée, sentiment d'appartenance, résilience	forte relation affective avec les parents, règles familiales claires et explicites, soutien parental	pairs non usagers de substance, participation à des activités extrascolaires, pratique religieuse, avoir un mentor

Source : MSJSVS, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, octobre 2008, p10 et 11

Compte tenu de ces facteurs, le Ministère préconise de développer les « compétences psychosociales » des individus pour accentuer leur résistance aux conduites dopantes, ce que l'OMS définit comme « les aptitudes d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement » (voir encadré ci-après).

[363] MSJSVA, ouvrage cité, p 7

Un des moyens pour prévenir les conduites dopantes : développer Les compétences psychosociales des personnes- Définition selon l'OMS[364]

« Les compétences psychosociales sont les aptitudes d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. Il existe 10 compétences psycho-sociales de base :

- savoir résoudre les problèmes/savoir prendre des décisions
- avoir une pensée créatrice/avoir une pensée critique
- savoir communiquer efficacement/être habile dans les relations interpersonnelles (ex : savoir s'affirmer, savoir résister à une offre sollicitée)
- avoir conscience de soi/avoir de l'empathie pour les autres (ex : estime de soi)
- savoir gérer son stress/savoir gérer ses émotions (ex : savoir gérer son anxiété)

Quand les problèmes de santé sont liés à un comportement et ce comportement lié à une incapacité à répondre efficacement au stress et aux pressions de la vie, l'amélioration des compétences psychosociales pourrait être un élément influent dans la promotion de la santé et du bien-être, les comportements étant de plus en plus impliqués dans les problèmes de santé ».

B) Principaux leviers d'action du programme national de lutte contre les conduites dopantes chez les sportifs et autres recommandations

Le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports a défini un programme national de prévention des conduites dopantes pour la période 2008-2011. Ce programme ne concerne que les comportements dopants associés à *la pratique physique et sportive.* Il s'appuie sur l'ensemble des acteurs concernés dans une logique d'*éducation à la santé.*

Ce programme de prévention décline trois grandes priorités d'action[365] :

- Améliorer la qualité de la formation des personnes en contact direct avec les sportifs (éducateurs, professionnels de santé…) ;
- Améliorer la cohérence et la coordination entre les acteurs (éducation, sport, santé, social…) ;
- Approfondir les connaissances sur les prises de compléments alimentaires par les sportifs.

Trois publics sont désignés comme cibles prioritaires :

- Les jeune sportifs âgés de 11 à 25 ans, quelles que soient leurs modalités de pratique (loisir, compétition – y compris de haut niveau) ;
- l'encadrement « technique » des sportifs : éducateurs sportifs, entraîneurs fédéraux ;
- les professionnels de santé : médecins, pharmaciens, dentistes, infirmiers, kinésithérapeutes, etc.

L'objectif de prévention des conduites dopantes sportives chez les jeunes apparaît do*nc comme central,* le Ministère se plaçant aussi d'un point de vue éducatif *: «En outre, quelles valeurs, à terme, transmet-on aux plus jeunes générations si on leur laisse penser que le moindre obstacle dans son parcours de vie quotidienne doit être affronté à l'aide de substances ? »[366].*

[364] MSJSVA, document cité, encadré p 11. Texte de référence de l'OMS : « Life skills for children and adolescent in schools » . Program on mental health, Genève, 1997 http://whqlibdoc.who.int/HQ/1994/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf , consulté le 16 novembre 2009.

[365]

[366] MSJSVA, document cité, p 16

Lors de son audition au CESR de Bretagne[367], le Docteur Michel Trégaro, est allé en ce sens en préconisant plus précisément, pour prévenir le dopage sportif, de :

- informer les professionnels de santé, et notamment les médecins généralistes, sur l'impact dopant des produits prescrits et les risques encourus par les patients sportifs en cas de contrôle antidopage ;
- multiplier les contrôles anti-dopage dans les centres de formation des sportifs de haut niveau, l'effet préventif et dissuasif étant démultiplié dans ce cadre ;
- susciter une prise de conscience plus générale sur les conduites dopantes dans la société, au-delà du sport, en lien avec la recherche permanente de la performance.

Fort de son expérience, il fait observer l'impuissance de ces moyens de prévention face à certains comportements extrêmes : *« Aujourd'hui, si on a en face de nous des gens prêts à mourir pour la performance, on ne peut rien faire ».*

Le mouvement olympique et sportif, et son antenne régionale, le CROS Bretagne, conscients du défi des conduites dopantes dans le sport, mènent de nombreuses actions, en lien avec l'ensemble des acteurs concernés, pour prévenir et lutter contre celles-ci, notamment en direction des jeunes[368]. Il s'appuie fortement pour cela sur un outil créé et diffusé par le CNOSF auprès des acteurs de terrain du sport fédéral : la mallette « Le sport pour la santé »[369].

2.2.2. De la consommation de produits psychoactifs aux conduites addictives

2.2.2.1. Quelques définitions

A) Substances psychoactives

L'institut national de prévention et d'éducation sanitaire (INPES) donne cette définition des substances psychoactives : « Alcool, tabac, cannabis, héroïne, cocaïne, etc. sont des substances psychoactives qui agissent sur le cerveau :
- elles modifient l'activité mentale, les sensations, le comportement. Leur usage expose à des risques et à des dangers pour la santé, et peut entraîner des conséquences pour la vie quotidienne ; leur usage peut en outre engendrer une dépendance ;
- elles provoquent des effets somatiques (sur le corps) variables selon les propriétés de chacune, leurs effets et leur nocivité »[370].

Les substances psychoactives ou leurs usages peuvent être illicites (ex : cocaïne, ecstasy, etc.) ou licites (ex : alcool, tabac, médicaments psychotropes prescrits par un médecin…).

Les psychostimulants (ex : amphétamines, cocaïnes) et les opiacés (ex : héroïne, morphine) qui sont les drogues qui agissent le plus fortement sur l'humeur, ont en commun, avec les autres produits psychoactifs, d'augmenter dans le cerveau la libération d'une molécule fabriquée par les neurones : *la dopamine*. La libération de cette molécule dans l'organisme active le « circuit de la récompense », source de plaisir, même si par ailleurs le corps souffre ou si l'esprit est déprimé[371].

Les comportements de consommation vont de l'usage simple (non nocif) à la dépendance, en passant par l'usage nocif (voir tableau 10 ci-avant). Au stade de la dépendance, le manque devient une telle source de souffrances physiques et/ou psychique que le sujet est

[367] Dr Michel Trégaro, Audition CESR Bretagne, 27 janvier 2009
[368] Ouest-France, 5 mars 2008, Interview de Jean Moy, CROS Bretagne, « Le dopage reste toujours d'actualité »
[369] http://sportsante.franceolympique.com/art.php?id=5335, consulté le 16 novembre 2009
[370] INPES, « Drogues et dépendances », Livre d'information, Editions INPES, mars 2007
[371] INPES, op.cit, p 16 et 17

conduit à répéter sa consommation entrant, plus ou moins progressivement, de manière irrépressible, dans la spirale autodestructrice de l'addiction.

L'INPES met en garde contre la porosité des comportements de consommation : « le passage de l'usage simple, à l'usage nocif ou à la dépendance, n'est souvent pas perçu par le consommateur qui pense maîtriser sa consommation. Cette impression d' « autocontrôle » d'une consommation n'est bien souvent qu'une illusion : on peut devenir dépendant d'un produit sans s'en rendre compte ».

B) Addictions avec ou sans drogue et conduites addictives

Si, comme nous l'avons vu, la conduite dopante a pour finalité principale la *performance*, l'addiction est davantage tournée vers la recherche de *sensations*[372]. On trouve des addictions à des *substances ou produits*, les plus visibles, connues et objectivables, mais aussi des *« addictions sans drogue ou comportementale*[373]*»* qui, même si elles sont constatées cliniquement, sont davantage sujettes à débat au sein de la communauté scientifique internationale. L'addiction est une notion plus large que celle de dépendance à une substance psychoactive[374] (voir tableau 10 ci-avant). Elle est un esclavage et une souffrance du manque, une perte aliénante et dommageable de la liberté de s'abstenir d'une substance ou d'un comportement.

Une conduite addictive est la répétition d'une consommation de substance psychoactive et/ou d'un comportement créant -ou susceptible de créer- une addiction, donc une dépendance dommageable pour la santé physique, mentale ou sociale d'un sujet et/ou de son entourage (ex : consommation d'alcool, de tabac, de cannabis…).

Selon le Dr Amine Benyamina, « c'est la répétition qui crée l'addiction »[375].

1) Définition du Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports

Selon le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, l'addiction est « une envie irrépressible d'utiliser ou de consommer (dimension impulsive) avec obligation de répétition (dimension compulsive). C'est en quelque sorte une forme d'habitude pathologique qui envahit peu à peu la vie mentale et sociale d'un sujet. Elle se caractérise par :

- l'impossibilité répétée de contrôler un comportement de consommation de substance ;
- la poursuite de ce comportement en dépit de la connaissance de ses conséquences négatives.

L'objet de l'addiction peut-être une substance, un comportement ou une personne. (…) La liste des addictions possibles est longue. Par exemple : l'alcool, l'activité sexuelle, les substances psychoactives, le travail, le tabac, la télévision, les médicaments, l'Internet, la nourriture, le téléphone cellulaire, les achats compulsifs, les tentatives de suicide, le jeu, l'exercice physique… Il existe fréquemment des associations d'addictions (co-addiction) comme c'est le cas fréquent avec alcool-tabac, drogue-médicament… »[376].

[372] Dr Amine Benyamina, Intervention au colloque « Individu et société en quête de performance…Les pratiques dopantes en milieu professionnel, étudiant et sportif », Rennes, 15 et 16 novembre 2007
[373] Marc Valleur, Dan Véléa, « Les addictions sans drogue (s) », Revue Toxibase, n°6, juin 2002
[374] La notion médicale de dépendance est définie précisément dans la classification internationale des maladies (CIM 10 de l'OMS et DSM IV de l'Association américaine de psychiatrie). Telle n'est pas le cas pour la notion d'addiction, davantage sujette à débat
[375] Dr Amine Benyamina, Intervention citée
[376] Ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative, « Comment prévenir les conduites dopantes ? Guide à l'attention des acteurs » - Octobre 2008, p 8

Cette définition est large et il faut sans doute la nuancer car, parmi les exemples cités d'addictions, certaines ne sont pas – ou pas encore- reconnues comme des addictions par la communauté scientifique médicale internationale.

2) La définition des addictions selon le psychiatre Aviel Goodman

S'intéressant à de nouvelles formes de dépendances problématiques, notamment le jeu pathologique, le psychiatre américain Aviel Goodman a proposé une définition des addictions qui, même si elle n'est *pas officiellement reconnue par la communauté scientifique internationale*, est devenue une référence pour diagnostiquer une addiction, qu'elle soit associée à un produit ou à un comportement.

Définition des addictions selon Aviel Goodman (1990)[377]

A-Impossibilité de résister aux impulsions à réaliser ce type de comportement.
B-Sensation croissante de tension précédant immédiatement le début du comportement
C-Plaisir ou soulagement pendant sa durée
D-Sensation de perte de contrôle pendant le comportement
E-Présence d'au moins cinq des neuf critères suivants :
1/Préoccupation fréquente au sujet du comportement ou de sa préparation.
2/Intensité et durée des épisodes plus importantes que souhaitées à l'origine
3/Tentatives répétées pour réduire, contrôler ou abandonner le comportement
4/Temps important consacré à préparer les épisodes, à les entreprendre, ou à s'en remettre
5/Survenue fréquente des épisodes lorsque le sujet doit accomplir des obligations professionnelles, scolaires ou universitaires, familiales ou sociales.
6/Activités sociales, professionnelles ou récréatives majeures sacrifiées du fait du comportement
7/Perpétuation du comportement bien que le sujet sache qu'il cause ou aggrave un problème persistant ou récurrent d'ordre social, financier, psychologique ou physique
8/Tolérance marquée : besoin d'augmenter l'intensité ou la fréquence pour obtenir l'effet désiré, ou diminution de l'effet procuré par un comportement de même intensité.
9/Agitation ou irritabilité en cas d'impossibilité de s'adonner au comportement
F/ Certains éléments du syndrome ont duré plus d'un mois ou se sont répétés pendant une période plus longue.

Parmi les addictions sans drogue, le jeu pathologique et l'achat compulsif sont validés par la communauté médicale internationale. Mais d'autres formes d'addictions ne font pas (encore) l'objet de consensus : l'addiction au sport et à l'exercice physique, l'addiction sexuelle, le travail pathologique, la cyberdépendance[378]…

Nous reviendrons plus loin sur la question d'une éventuelle *addiction au sport et à l'exercice physique*.

2.2.2.2. Exercice physique, sport et consommation de substances psychoactives

Ces définitions ayant été posées, nous pouvons nous intéresser à la question de savoir si l'exercice physique ou la pratique sportive peuvent prévenir, soigner ou, a contrario, favoriser la consommation de substances psychoactives. Nous avons vu que le sport et l'activité physique pouvaient contribuer à la prévention et au traitement de certains troubles psychiques, y compris de certains types d'addiction[379]. Mais, comme dans d'autres domaines, nous retrouvons là encore l'ambivalence ou le double-visage de l'activité physique ou sportive. Car certaines recherches montrent à contrario l'existence de corrélations possibles entre pratique sportive et consommation de substances psychoactives.

[377] Marc Valleur, Dan Véléa, « Les addictions sans drogue (s) », Revue Toxibase, n°6, juin 2002, encadré p 4
[378] Marc Valleur, Dan Véléa, op.cit
[379] voir ci-avant, les bienfaits de l'activité physique

A) Les travaux du psychiatre français William Lowenstein sur les antécédents sportifs de jeunes toxicomanes en soin (2000)[380]

Cette étude médicale[381] a été menée auprès d'un millier de jeunes toxicomanes pris en charge dans différents centres spécialisés de la région parisienne. Elle a révélé que 86 % d'entre eux avaient pratiqué au moins une activité physique et sportive et que 10.5% avaient participé à une compétition nationale ou internationale. Mais selon son auteur, le Dr William Lowenstein, *« le plus préoccupant »* est que *« 20 % du total (soit 220 jeunes) indiquaient avoir pratiqué un sport de manière intensive, c'est-à-dire plus de trois heures par jour, au moins trois fois par semaine, pendant trois années consécutives »*. Parmi les patients sondés, 15.2 % consommaient des produits psychoactifs nocifs avant de s'adonner à des activités sportives, 28.4 % ont commencé d'en user pendant ces activités et 56.4 % après les avoir cessées. Le Dr Lowenstein confirmant que *« la vulnérabilité est plus forte dans l'année qui suit l'arrêt des pratiques ».*

Bien que cet échantillon ne soit pas du tout représentatif des millions de licenciés sportifs français, il apparaît que l'activité sportive intensive ne protège pas nécessairement des conduites addictives associées ou futures. Le Dr Lowenstein attirait l'attention du public sur les risques de certains excès associés à la pratique sportive intensive précoce : *« On soumet des filles et des garçons de plus en plus jeunes à une pression de plus en plus forte. La surenchère des résultats, liée à l'obsession de la performance, crée des vulnérabilités qui méritent notre attention ».*

B) Travaux de la psychologue Marie Choquet, Directrice de recherche à l'INSERM, sur « Jeunes, sport et conduites à risque »

L'équipe « Santé de l'adolescent » de l'INSERM a, sous la direction de Marie Choquet, menée une étude intitulée « Jeunes, sport et conduites à risque » dont les résultats ont été publiés en 1998[382]. Cette recherche a permis de mettre en évidence des corrélations entre intensité de la pratique sportive et consommation de substances psychoactives (tabac, alcool et drogues).

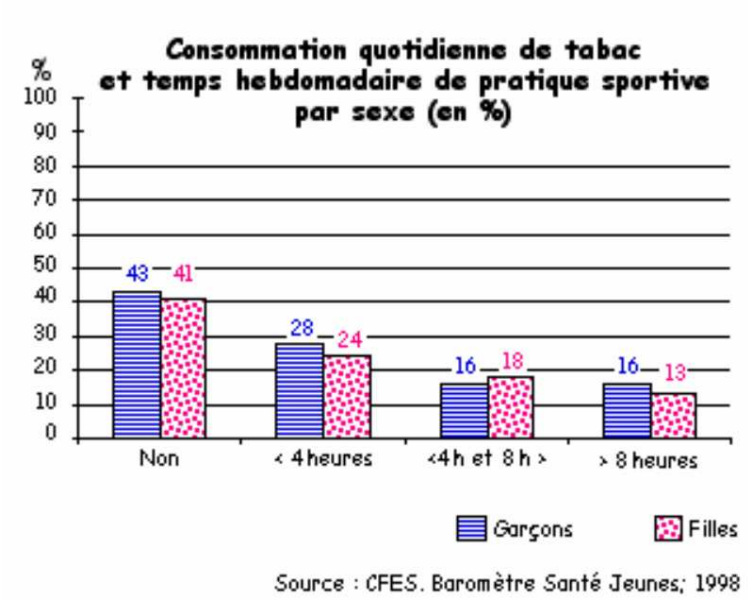
Premier résultat sur le tabac : « pratique sportive et tabagisme sont inversement proportionnels : plus le temps de pratique sportive augmente, moins les jeunes sont fumeurs ».

[380] Résumé et citations tirés d'un article d'Yves Bordenave, « Pratiqué à haute dose, le sport peut entraîner de sévères dépendances », Le Monde, 7 décembre 2000, p 25

[381] Etude « Activités physiques et sportives dans les antécédents des personnes prises en charge pour addictions », sous la direction du Dr William Lowenstein, Annales de médecine interne 2000;151,suppl. A,A60-A64

[382] INSERM, « Jeunes, sports et conduites à risque », sous la direction de Marie Choquet, analyse commanditée par le Ministère de la Jeunesse et des sports, 1998 – Synthèse disponible sur http://ifr69.vjf.inserm.fr/~ado472/ENQUETES/SPORT/sport.html , consulté le 18 novembre 2009

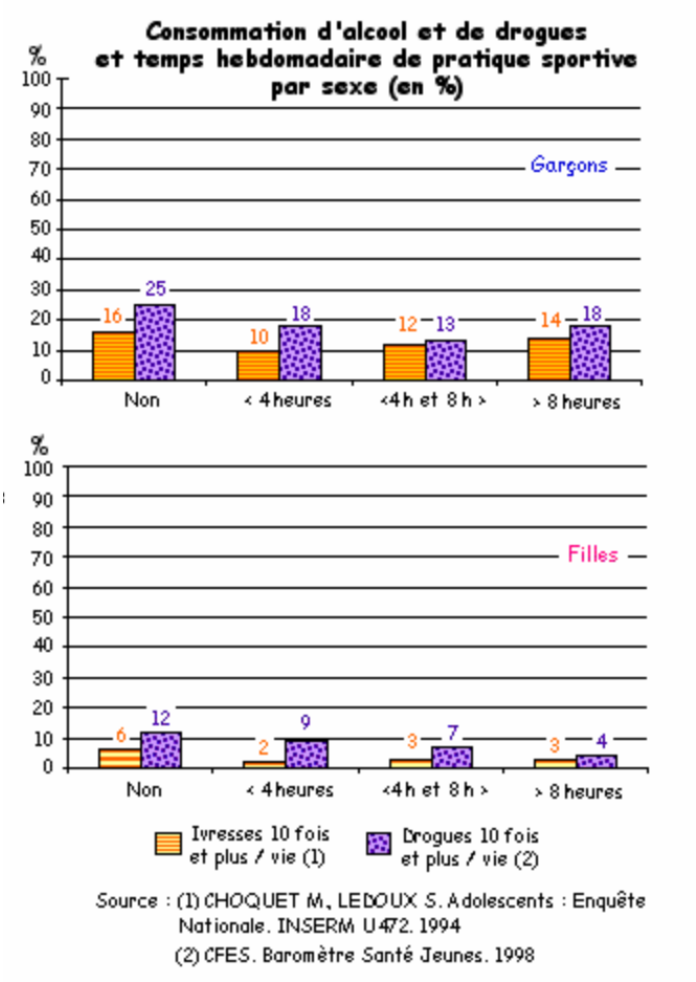
Figure 69. Tabac et durée hebdomadaire de la pratique sportive



Source : INSERM, « Jeunes, sports et conduites à risque », sous la direction de Mme Marie Choquet, 1998

Deuxième résultat sur l'alcool et les drogues : « Si sportifs et non sportifs sont aussi nombreux à s'alcooliser et à consommer des drogues, ceux qui ont une pratique sportive intense ont une alcoolisation plus régulière, sont plus nombreux que les sportifs modérés à avoir connu des ivresses répétées ou à avoir pris plusieurs fois des drogues illicites. On retrouve pour les garçons, la liaison en « U » entre intensité de la pratique sportive, consommation d'alcool et consommation de drogues.

Figure 70. Alcool, drogue et durée hebdomadaire de pratique sportive



Source : INSERM, « Jeunes, sports et conduites à risque », sous la direction de Mme Marie Choquet, 1998

C) Etude sur les activités physiques et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France (2008)

L'Observatoire régional de la santé d'Ile-de-France et l'Institut régional de développement du sport de la même région, on réalisé une étude intitulée « Les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France : évolution entre 1997 et 2005 et facteurs associés »[383]. Compte tenu des spécificités de la région Ile-de-France, ces résultats ne peuvent être généralisés au plan national. Ils apportent néanmoins une connaissance et un éclairage supplémentaires du sujet.

Tout en constatant que, globalement, *«la pratique d'une activité sportive se traduit par une meilleure santé de l'individu »*, les auteurs soulignent néanmoins, comme l'avait fait Marie Choquet dix années plus tôt, certaines corrélations entre pratique sportive et consommation de substances psychoactives. Les associations diffèrent souvent selon que les jeunes ont moins ou plus de 18 ans et selon qu'ils pratiquent ou non en club.

[383] ORS et IRDS Ile-de France, Benoît Chardon, Claire Peuvergne, Isabelle Grémy, « « Les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France : évolution entre 1997 et 2005 et facteurs associés », article publié dans le Bulletin épidémiologique hebdomadaire de l'Institut de veille sanitaire n °12, 18 mars 2008, pp 84-87

Tout d'abord, si l'on considère le critère de l'âge, selon cette étude *« les jeunes de moins de 18 ans ayant une pratique sportive de loisir n'ont pas de consommation de produits psychoactifs et de conduites à risque significativement différentes de ceux ne pratiquant pas d'activité sportive. En revanche, pour les 18 ans et plus, il existe un lien positif et significatif entre la consommation à risque d'alcool et une pratique sportive de loisir »*[384].

Ensuite, si l'on prend en compte le critère de la pratique en club ou hors club, les auteurs observent que *« les jeunes de moins de 18 ans qui pratiquent un sport en club ont des consommations de tabac, d'alcool et de cannabis plus faibles que ceux qui ne font pas de sport. Chez les 18 ans et plus, la consommation de tabac est toujours plus faible pour les jeunes qui pratiquent en club ; en revanche cette différence n'est plus significative pour la consommation de cannabis, et la consommation d'alcool à risque est même plus élevée lorsque les jeunes pratiquent un sport en club »*[385].

Remettant en perspective ces résultats sur la consommation de produits psychoactifs associée aux pratiques sportives, les auteurs concluent cependant que, d'une manière générale, *« le sport est un facteur protecteur de la santé. En effet, les jeunes qui pratiquent un sport dans le cadre des loisirs ou en club ont une meilleure qualité de vie : ils ont tendance à être moins anxieux, moins dépressifs, en meilleure santé physique, mentale et sociale et ont une meilleure estime d'eux-mêmes »*[386].

2.2.2.3. Existe-t-il une addiction à l'exercice physique et/ou au sport ?

Lorsque l'exercice physique ou le sport sont pratiqués avec excès, jusqu'à ce que cela nuise à la santé physique, psychique ou sociale du sujet –ou de son entourage- et que, de surcroît on observe une perte de la liberté de s'abstenir de l'activité, faut-il y voir le fait de vivre à fond une passion ou bien une « addiction sans drogue » ?

Avant de développer cette problématique, il faut d'emblée dire que cette question n'est pas seulement médicale, car ce qui est en jeu ici, c'est aussi la *liberté individuelle.* Mais jusqu'où cette liberté de vivre sa vie selon ses choix et de se dépasser, jusqu'où cette liberté « liberté d'excès », pour reprendre une expression de Pierre de Coubertin[387], peuvent-elles aller ? Peut-on encore parler d'une liberté de faire quand la liberté de ne plus faire disparaît ou ne demeure qu'à l'état d'illusion ?

A) L'addiction à l'exercice physique ou au sport n'est pas reconnue comme une maladie par la communauté scientifique internationale…

Même si certains cliniciens observent et soignent ce qu'ils considèrent comme des cas de patients victimes d'une addiction à l'exercice physique ou au sport, il faut d'entrée de jeu dire qu'en 2009, cette addiction, comme d'ailleurs de nombreuses autres addictions sans drogue ou comportementales, n'est pas reconnue officiellement par la communauté scientifique comme entrant dans la classification internationale des maladies (CIM) arrêtée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

B) …pourtant, au vu de certains cas cliniques, la question d'une dépendance est posée

Si l'addiction à l'exercice physique ou au sport n'est pas aujourd'hui reconnue par la communauté scientifique, ceux qui s'intéressent aux addictions sans drogue ou comportementales, soutiennent que certaines formes extrêmes de pratique répondent aux

[384] Op.cit, p 86
[385] Op.cit, p 86
[386] Op.cit, p 87
[387] Audition de Jean Durry

principaux critères de l'addiction. Ils se fondent principalement pour cela sur des observations cliniques et sur les critères définis par le psychiatre américain Aviel Goodman (voir encadré ci-avant).

En France, au Centre médical Marmottan à Paris, l'équipe médicale du Docteur Dan Véléa prend en charge et soigne des patients atteints de ce type d'addiction. Le Centre de référence sur le jeu excessif (CRJE) du CHU de Nantes identifie lui aussi « les dépendances sportives » comme une addiction comportementale. Le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, cite également l'addiction à l'exercice physique comme exemple de conduites addictives[388].

C) Addiction à l'exercice physique ou au sport, de quoi parle-t-on ?

Pour le Docteur Dan Véléa[389], « l'addiction à l'exercice physique présente les critères des autres conduites addictives », même si, contrairement à d'autres types d'addiction, elle est socialement considérée comme une « addiction positive » par comparaison aux addictions aux produits.

Il observe que plusieurs études ont mis en évidence certains effets comportementaux de la pratique sportive excessive, qu'il ne faut surtout pas confondre avec le sport de haut niveau. Parmi ces addictés sportifs, on retrouve une recherche de sensations de plaisir et de plénitude quasi mystique voire extatique : « sensations d'euphorie dite « runner's high » ; de bien-être ; de transcendance spatio-temporelle » ; mais aussi, à l'arrêt de la pratique excessive, l'apparition d'un véritable syndrome de sevrage se manifestant par « de l'anxiété, de l'irritabilité, de la culpabilité, un sentiment de dévalorisation ou un refuge dans la nourriture », bref une véritable « souffrance physique et psychique » liée au manque d'exercice physique ou de sport.

Voici comment il décrit le phénomène d'addiction au sport : « Pour certains sportifs, la répétition d'entraînements, l'accoutumance du corps au mouvement, la ritualisation et la répétition obsessionnelle ou compulsive des gestes peuvent prendre une dimension compulsive voire d'addiction au geste. Ces sportifs ressentent la nécessité de remplir un vide de la pensée ou un vide affectif, et dans ce cas, l'objet investi est le sport ou le mouvement. Ce besoin compulsif qu'on pourrait décrire comme un lien addictif se manifeste souvent par une nécessité de pratiquer sans relâche son sport, de contrôler sans cesse son image dans la glace ou dans le regard des autres. ».

L'addiction à l'exercice physique des bodybuilders qui cherchent à augmenter sans limite leur masse musculaire *(bigorexie)* pour atteindre le corps idéal et des sensations parfois qualifiées d' « orgasmiques »[390] est régulièrement prise en exemple, mais la course de fond et le marathon apparaissent aussi comme des terrains sportifs potentiellement addictogènes[391]. A noter que l'addiction au body-building est souvent associée à des conduites dopantes et à d'autres conduites addictives (co-addictions), ces bodybuilders cumulant ainsi les facteurs de risque pour leur santé[392].

Des critères expérimentaux ont été proposés afin d'évaluer le niveau d'addiction à l'exercice physique ou au sport (voir encadré ci-après).

[388] Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, « Comment prévenir les conduites dopantes ? », Guide à l'attention des acteurs, 2008, p 8
[389] Docteur Dan Valéa, « L'addiction à l'exercice physique », Psychotropes, Vol 8 n° 3-4, 2008, pp39-46
[390] Reportage de France 4 « Planète muscles », avec le journaliste Olivier Delacroix, diffusée le 21 avril 2009 à 20h35.
[391] INSERM, « Activité physique- Contextes et effets sur la santé », 2008, Dossier de presse, p 9
[392] Intervention de l'anthropologue Guillaume Sudéri au colloque « Individu et société en quête de performance… », CIRDD, DRDJS Bretagne, 15-16 mai 2007, Rennes.

Critères de la dépendance à l'exercice
(Dr David Veale, psychiatre anglais, 1991)[393]

1/ Réduction du répertoire des exercices physiques conduisant à une activité physique stéréotypée, pratiquée au moins une fois par jour.
2/ L'activité physique est plus investie que toute autre
3/ Augmentation de la tolérance de l'intensité de l'exercice, d'année en année.
4/ Symptômes de sevrage avec tristesse à l'arrêt (volontaire ou contraint) de l'exercice physique
5/ Atténuation ou disparition des symptômes de sevrage à la reprise de l'exercice
6/ Perception subjective d'un besoin compulsif d'exercice
7/ Réinstallation rapide de l'activité compulsive après une période d'interruption
8/ Poursuite de l'exercice physique intense en dépit de maladies physiques graves causées, aggravées ou prolongées par le sport. Négligence des avis contraires donnés par les médecins ou les entraîneurs.
9/ Difficultés ou conflits avec la famille, les amis ou l'employeur liés à l'activité sportive.
10/ Le sujet s'oblige à perdre du poids en suivant un régime, pour améliorer ses performances

L'INSERM fait référence à des travaux estimant à environ 4% de la population générale sportive la proportion de sujets susceptibles de « glisser vers l'addiction »[394].

D) Hypothèses sur les mécanismes biochimiques et psychologiques de l'addiction au sport

Quels sont les mécanismes biochimiques qui peuvent intervenir dans l'addiction au sport ? Quelques *hypothèses* sont avancées, sans que les preuves scientifiques ou médicales fassent l'objet, à ce jour, d'un consensus.

Certains avancent *l'hypothèse* de l'installation progressive d'une dépendance à l'exercice physique ou au sport en observant des similitudes avec le processus neurobiologique du « circuit de la récompense »[395] intervenant lors de la consommation de substances psychoactives.

Le Centre de recherche sur le jeu excessif du CHU de Nantes expose cette piste neurochimique : « Sur le plan biologique, la pratique intensive du sport met en jeu un processus d'hypersécrétions d'hormones et neuromédiateurs divers, parmi lesquelles la dopamine, secrétée lors des sensations fortes, mais aussi l'adrénaline, les endorphines, et bien d'autres molécules. A son insu, le sportif est dépendant de ces drogues internes produites par son propre corps. Lorsque l'hyperactivité cesse, le sportif, en manque, va chercher des « flashs chimiques » à la hauteur de ce que lui a offert le sport pendant de longues années. La prise de substances psychoactives sera susceptible de devenir alors la réponse idéale pour pallier ces manques. »[396] Il a également été mis en évidence une augmentation du métabolisme cérébral de la sérotonine, autre neuromédiateur, lors de l'exercice musculaire[397].

Sur le plan psychologique et tempéramental, *la recherche de sensations* serait un trait de caractère commun aux addictions à l'exercice physique et à d'autres formes d'addictions, ce qu'explique le Dr Barbara Broers : *« Il y aurait une sorte de trait de caractère qui entraîne à la recherche de sensations et d'expériences variées, nouvelles, complexes et intenses pour pouvoir se sentir bien. Il a été constaté qu'effectivement on trouve des scores très élevés de recherche de sensations, tant chez les consommateurs de substances que chez les personnes ayant la volonté de prendre des risques physiques, sociaux, légaux et financiers pour obtenir de telles expériences, ainsi que chez les personnes pratiquant un sport à*

[393] Source : Dr Marc Valleur et Dr Dan Valea, psychiatres à l'Hôpital Marmottan à Paris
[394] INSERM, « Activité physique : contextes et effets sur la santé », 2008, Dossier de presse, p 9
[395] voir ci-avant pour une définition du « Circuit de la récompense » (INPES)
[396] CRJE, site Web, www.crje.fr, consulté le 11/06/2009, rubrique « Les autres addictions comportementales ».
[397] C.Y Guezennec, « Effets de l'exercice physique et de l'entraînement sur la neurochimie cérébrale. Conséquence comportementale », Annales médico-psychologiques 166 (2008) 813-816, p 814.

risque, par exemple, le parapente »[398]. C'est le « no risk, no fun » et le « no limit » valorisé dans certains sports de glisse par exemple ou d'autres sports de l'extrême.

Un autre facteur de risque est parfois signalé comme addictogène dans les disciplines physiques ou sportives où l'estime de soi est fortement liée à l'estime corporelle de soi, au reflet perçu de son image dans la glace ou dans le regard des autres, ce qu'en psychiatrie on nomme des *troubles dysmorphophobiques*[399]. C'est ce qu'explique le docteur Dan Valéa : *« il y a indiscutablement un phénomène d'addiction à l'image de son corps, a fortiori dans le cas du bodybuilding, mais aussi dans d'autres sports où l'on recherche le degré zéro de graisse, comme en course de fond par exemple »*[400]. Ainsi, dans certaines addictions à l'exercice physique ou au sport, on retrouverait des facteurs de risque communs à ceux de l'anorexie mentale[401] ou à d'autres troubles des conduites alimentaires.

L'hypothèse de la préférence pour « le moindre mal » est aussi suggérée. Ici l'addiction à l'exercice physique et au sport s'installerait par un besoin compulsif de se « vider la tête », d'anesthésier une douleur morale par une pratique intensive et excessive. Ainsi, selon l'expression de la journaliste Valérie Sarre, *« plus on souffre, moins on a mal ! Une forme de revanche du corps sur l'esprit »*, en quelque sorte. La pratique intensive apparaît ici comme une recherche pour vider un trop plein mental ou au contraire, pour remplir, par l'énergie corporelle, un vide affectif. Ainsi la dépendance pathologique à l'exercice physique ou au sport serait comme le revers de la médaille de ses vertus psychologiques, idée que précise le Dr William Lowenstein : *«L'être humain est ainsi fait qu'il a du mal à souffrir à deux endroits en même temps. Dès lors, en vous insufflant une souffrance physique via une pratique sportive, vous calmez vos souffrances psychiques. Le sport à haute dose chasse les pensées douloureuses, celles que votre esprit est incapable d'assumer. »*[402]

E) La pratique hors club rendrait plus vulnérable à l'addiction à l'exercice physique ou au sport

En prenant les exemples de la couse de fond, du marathon et du bodybuilding, l'INSERM souligne un facteur d'ordre institutionnel en observant que l'addiction à l'exercice physique ou au sport parait davantage développée dans les pratiques non encadrées par un club affilié à une fédération sportive. Ainsi, selon l'Institut, les accrocs du sport ou de l'exercice physique, le plus souvent, *« malgré un entraînement de type professionnel, restent des sportifs « amateurs » sans licence, pratiquant en dehors de tout club, et de toute fédération, et par conséquent privés de tout encadrement institutionnel sportif et médical capable de dépister, diagnostiquer et suivre ceux qui s'avéreraient vulnérables à cette addiction ».*

Cette observation est toutefois à nuancer. Si l'on prend par exemple, le milieu du culturisme où l'on retrouve des formes d'addiction à l'exercice physique, la pratique a souvent lieu dans un club, même si celui-ci n'est pas affilié à une fédération sportive officielle.

Davantage que le facteur institutionnel, on peut émettre l'hypothèse que c'est avant tout les qualités humaines, les compétences professionnelles de l'institution et de ses encadrants, leur éthique respectueuse de l'intégrité physique et psychologique des pratiquants, ainsi que le sérieux de la surveillance médicale de ces derniers, qui font la différence entre un club addictogène et un club émancipateur.

---

[398] Docteur Barbara Broers, Hôpitaux Universitaires de Genève, « Sport, exercice et addictions, quels liens ? », intervention au Forum des addictions, 27 novembre 2008, Genève, Actes consulté le 19 novembre 2009 sur http://addictologie.hug-ge.ch/_library/pdf/Actesportdopage.pdf

[399] trouble lié à la perception de l'apparence corporelle (littéralement : peur de la mauvaise forme)

[400] Dr Dan Valéa, cité par Valérie Sarre, dans l'article « Le sport comme une drogue », Revue « En Jeu, une autre idée du sport », UFOLEP, n°415, avril 2008, p 14

[401] Docteur Barbara Broers, intervention citée, actes p 27

[402] Dr Lowenstein, psychiatre français, cité par Valérie Sarre, article déjà mentionné, p 14

Pourtant, comme le soulignent l'INSERM et le mouvement sportif, il apparaît que la pratique solitaire excessive du sport et de l'exercice physique, en dehors de tout cadre social, collectif ou institutionnel, sans surveillance médicale, peut constituer un facteur de risque pour la santé.

2.2.2.4. Liaisons dangereuses entre conduites dopantes et conduites addictives associées à l'exercice physique ou au sport

Dans son guide sur la prévention des conduites dopantes, le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports souligne les liaisons dangereuses pouvant exister entre les conduites dopantes, dont le dopage sportif, les conduites addictives et conduites à risques. Lorsqu'il y a cumul de ces facteurs de risque, pour une recherche de performance, de sensations ou du corps idéal, le danger est l'entrée dans une sorte de spirale polyaddictive à haut risque pour la santé.

L'exercice physique et le sport, nous l'avons vu, sont des outils thérapeutiques en santé mentale, y compris dans la prise en charge de certaines addictions. Leur rôle positif est ainsi largement reconnu dans l'aide au sevrage tabagique ou d'autres substances psychoactives. Toutefois, dans certains cas, la pratique sportive excessive et compulsive peut se transformer en une conduite à tendance addictive. Le risque est ici celui d'un *transfert d'addiction* : on passe de la dépendance psychique et/ou physique à une *substance,* à une addiction *comportementale.* En d'autres termes, le manque créé par le sevrage du produit se mue en « *craving »*[403] pour l'exercice physique ou le sport.

Mais l'inverse est également possible : l'addiction à l'exercice physique ou au sport peut aussi être à l'origine, lors du sevrage, d'un transfert d'addiction vers une substance psychoactive. C'est ce que signale le Centre de recherche sur le jeu excessif du CHU de Nantes, lorsqu'il évoque le besoin, chez certains sportifs, de retrouver artificiellement leurs sensations par « flash chimique » lorsqu'ils sont contraints d'arrêter.

2.2.3. Violences physiques et psychologiques associées au « sport qui se pratique » et au « sport qui se regarde »

Un autre risque pour la santé doit aussi être évoqué, celui des violences physiques et psychologiques pouvant être associées à l'exercice physique ou au sport. Ces deux formes de violences sont le plus souvent concomitantes. Elles surviennent aussi bien dans « le sport qui se pratique » que dans « le sport qui se regarde », selon la distinction faite par le Conseil national des activités physiques et sportives (CNAPS) dans son rapport intitulé « la violence dans le sport. Le sport contre la violence »[404]. Nombreux et divers sont les victimes de ces violences sportives : joueurs et sportifs eux-mêmes –professionnels ou amateurs- arbitres et encadrants, supporters et spectateurs, encadrants techniques ou administratifs, services de sécurité et forces de l'ordre, riverains des manifestations sportives, femmes et hommes, jeunes et adultes…

Les violences entre supporters représentent de nombreuses atteintes - aux conséquences parfois tragiques- à l'intégrité physique ou psychique des personnes qui en sont victimes. Celles-ci étant fortement médiatisées et connues, nous traiterons principalement ici des violences dans « le sport qui se pratique » qui, même si elles sont moins spectaculaires et plus silencieuses, n'en constituent pas moins une réalité douloureuse.

[403] « Le craving (de l'anglais « désir ardent, appétit insatiable ») désigne le désir compulsif de reproduire le comportement d'addiction suite à une période d'abstinence » - source : http://fr.wikipedia.org/wiki/Addiction consulté le 19 novembre 2009

[404] CNAPS, Rapport « la violence dans le sport. Le sport contre la violence », décembre 2007

Pour aborder ces violences dans le sport qui se vit au quotidien, nous présenterons d'abord, à titre d'exemple, un état des lieux des violences et incivilités dans le football *amateur* français ; puis nous rendrons compte de quelques travaux sur les jeunes, le sport et la violence ; sera ensuite abordé le cas du harcèlement et des violences sexuels ; enfin, nous évoquerons succinctement d'autres formes de violences *dans* ou *sur* le sport.

2.2.3.1. Exemple de la violence enregistrée dans le football amateur en France durant la saison 2007/2008

L'Observatoire nationale de la délinquance (OND) de l'Institut national des hautes études de sécurité (INHES), organisme relevant du Ministère de l'intérieur, a réalisé une étude sur la violence enregistrée dans le football amateur français durant la saison 2007-2008.

A) La proportion de matchs à incident(s) est relativement faible comparée à l'ensemble des matchs de football amateurs

Cette enquête est particulièrement représentative puisqu'elle a concerné 679 729 matchs de football amateur sur un total estimé à environ 1 million de matchs, toutes compétitions de football amateur confondues, soit plus des 2/3 des matchs.

L'analyse des feuilles de matchs a permis de recenser environ 14 574 incidents à l'occasion de 11 913 matchs. Rapporté au nombre total de matchs joués, soit 679729, on obtient un ratio de *matchs* à incident(s) relativement faible de 17.5‰.

B) La nature des incidents : violences verbales et physiques dominent largement, à parts égales

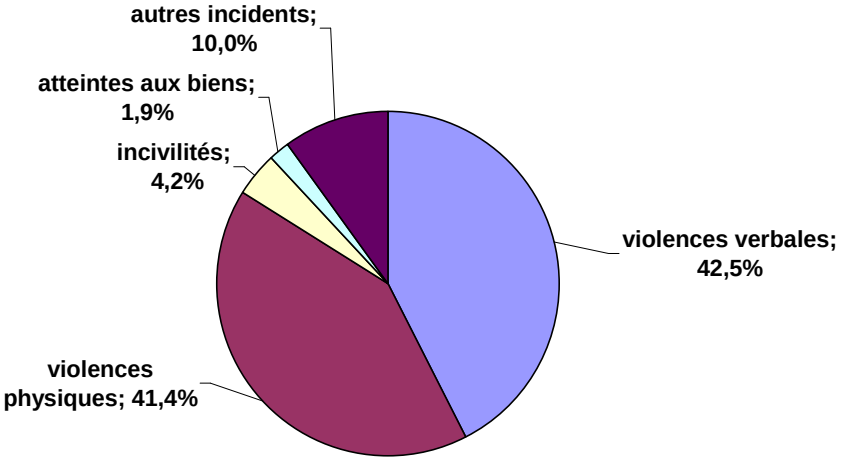
Si l'on s'intéresse à présent, non plus aux *matchs* à problèmes, mais aux *incidents* eux-mêmes, l'enquête de l'OND apporte des éléments de connaissance de leur nature.

Parmi les 14 574 incidents répertoriés, 83.9% concernaient des violences, proportion se répartissant à parts égales entre violences physiques (agression par arme, bousculade, coup volontaire, tentative de coup) et violences verbales (menace, propos injurieux). Les « propos injurieux » représentaient 87% des faits de violences verbales. Quant aux violences physiques, il s'agissait, à 83.7%, de « coups volontaires ».

En dehors des violences, les autres incidents relevaient à 4.2% des incivilités (geste obscène, crachat, jet de projectiles), à 1.9% d'atteintes aux biens (dégradation, vol, incendie), et à 10% de la rubrique « autres incidents » qui regroupe l'ensemble des incidents liés à des faits *secondaires* de toutes natures recensés en match[405].

[405] violences verbales, physiques, incivilités, atteintes aux biens

Figure 71. Répartition par nature des incidents survenus dans les matchs de football amateur en France lors de la saison 2007/2008



Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – Tableau 574 – extraction et graphique CESR Bretagne

C) Les victimes des incidents : les arbitres d'abord, les joueurs masculins de plus de 18 ans ensuite

Sur la saison 2007/2008, 13 696 victimes de violences ou d'incivilités ont été recensées par l'Observatoire, dont 7796 joueurs et 5900 arbitres[406]. Considérant le rapport entre le nombre de victimes d'incidents et le nombre total de licenciés joueurs (1 973 955) et arbitres (26 679), on trouve un « taux de victimation » de 4‰ pour les joueurs contre 221‰ pour les arbitres[407].

Les joueurs sont davantage victimes de violences *physiques* (68.3% des faits de violences) et les arbitres, de violences *verbales* (76.9 % des faits de violences).

Le football féminin apparaît comme beaucoup moins agressif que le football masculin : le taux de victimation du football féminin (1.3‰)[408] est 10 fois moins élevé que chez les hommes (13.4‰)[409]. Plus des 2/3 des victimes d'incidents appartiennent à la catégorie des masculins de plus de 18 ans.

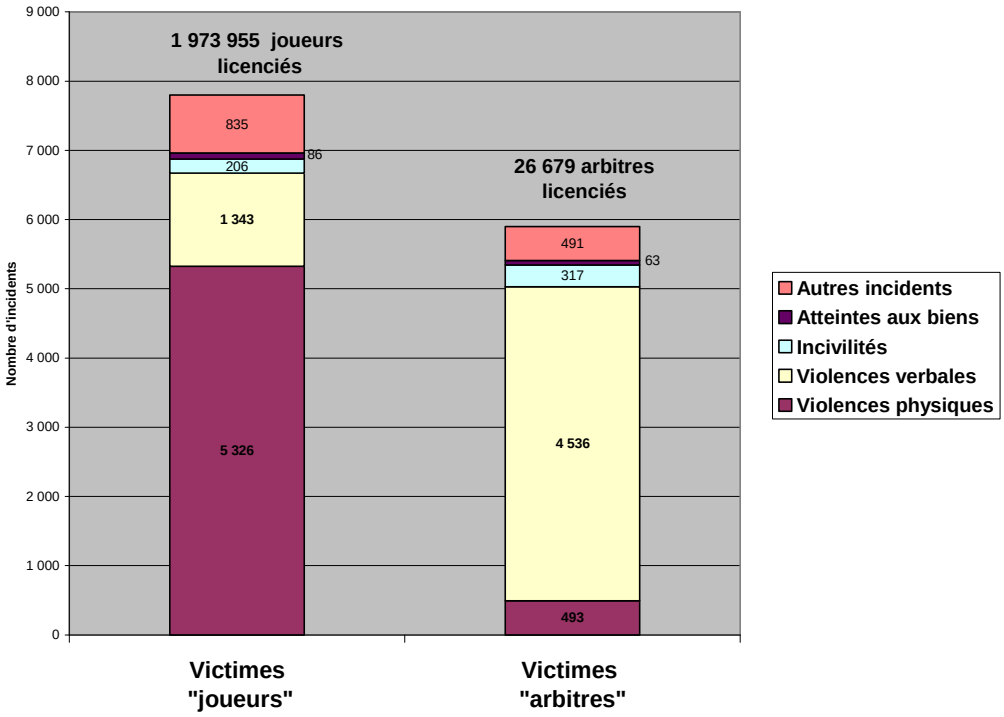
[406] pour 11 501 matchs concernés par ces incidents.
[407] Lecture : 221 arbitres licenciés sur 1000 ont été victimes de violence ou d'incivilité
[408] Joueuses de la catégorie « féminines » de 13 ans et plus = 39 846 licenciées pour la saison 2007/2008 (source : FFF) ; 53 faits recensés
[409] Joueurs de la catégorie « libre –masculins » de 13 ans et plus, hors vétérans = 1 001 764 licenciés pour la saison 2007/2008 ; 13 467 faits recensés

Tableau 16. Victimes d'incidents dans le football amateur en France lors de la saison 2007/2008

Saison 2007/2008		Victimes "joueurs"	Victimes "arbitres"
Nombre de licenciés		1 973 955	26 679
Nombre total d'incidents		7 796	5 900
Taux d'incidents (‰)		4	221
Nature des incidents	Violences physiques	5 326	493
	Violences verbales	1 343	4 536
	Incivilités	206	317
	Atteintes aux biens	86	63
	Autres incidents	835	491
Nombre de matchs concernés		6 391	5 110
Nombre de plaintes		35	27

Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – tableau synthèse CESR Bretagne

Figure 72. Structure des violences subies selon les victimes joueurs et arbitres dans le football amateur en France lors de la saison 2007/2008



Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – graphique CESR Bretagne

D) Les auteurs des violences ou incivilités : 90 % de joueurs, ¾ sont des hommes de plus de 18 ans

Qui sont les auteurs des incidents, autrement dit les agresseurs du football amateur ?

Sur les 14 550 individus mis en cause dans des actes de violences ou d'incivilités survenus lors des 12 045 matchs à problème de la saison 2007/2008, 89% étaient des joueurs. Avec 13 046 actes d'agression du fait des *joueurs*, le taux d'agression[410] parmi les joueurs était de 6.6 ‰[411], contre 3.6‰ pour la catégorie « dirigeants » et 3.2‰ pour les arbitres.

Selon les données de l'Observatoire national de la délinquance, c'est parmi les *éducateurs* que *le taux* d'agression est le plus élevé : avec 224 agressions pour 27 271 éducateurs licenciés, ce taux atteint 8.2‰, étant précisé que 70% de ces agressions sont des violences verbales et 8.9%, des violences physiques ; la structure des violences est à peu près identique chez les *dirigeants* licenciés. En revanche, chez les *joueurs licenciés*, 44.4% de l'ensemble des agressions sont des violences physiques et 40. 4% des violences verbales.

Chez *les spectateurs*, 351 faits d'agression ont été enregistrés, dont 30.4% sont des violences physiques et 46.7% des violences verbales ou incivilités (voir tableau ci-après).

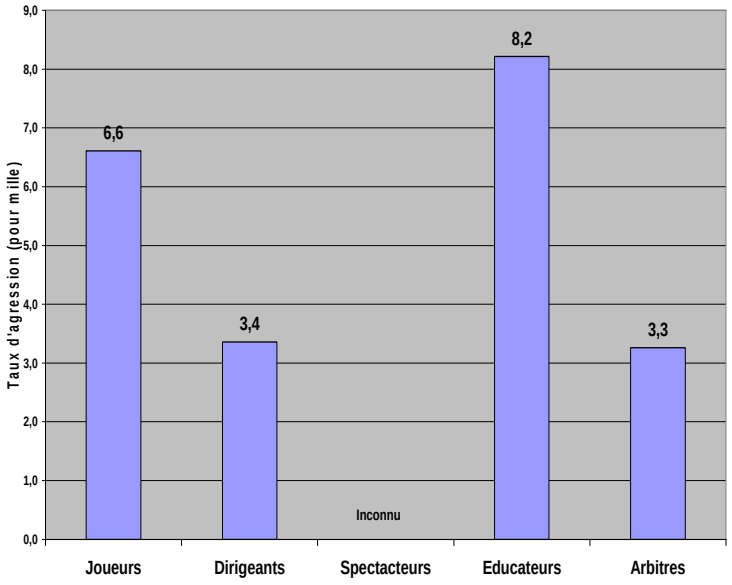
Tableau 17. Auteurs des incidents dans le football amateur en France en 2007/2008 selon la nature des agressions

Saison 2007/2008	Joueurs	Dirigeants	Spectateurs	Educateurs	Arbitres
Nombre de licenciés/catégorie	1 973 955	250 786	inconnu	27 271	26 679
Nombre total d'agressions /catégorie	13 046	842	351	224	87
Taux d'agression (‰)	6,6	3,4	inconnu	8,2	3,3
Violences physiques	5 799	104	107	20	32
Violences verbales	5 276	625	78	158	36
Incivilités	507	11	86	6	3
Atteintes aux biens	192	13	20	8	1
Autres incidents	1 272	89	60	32	15
Nombre de plaintes	61	3	1	1	2

Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – Tableau 5

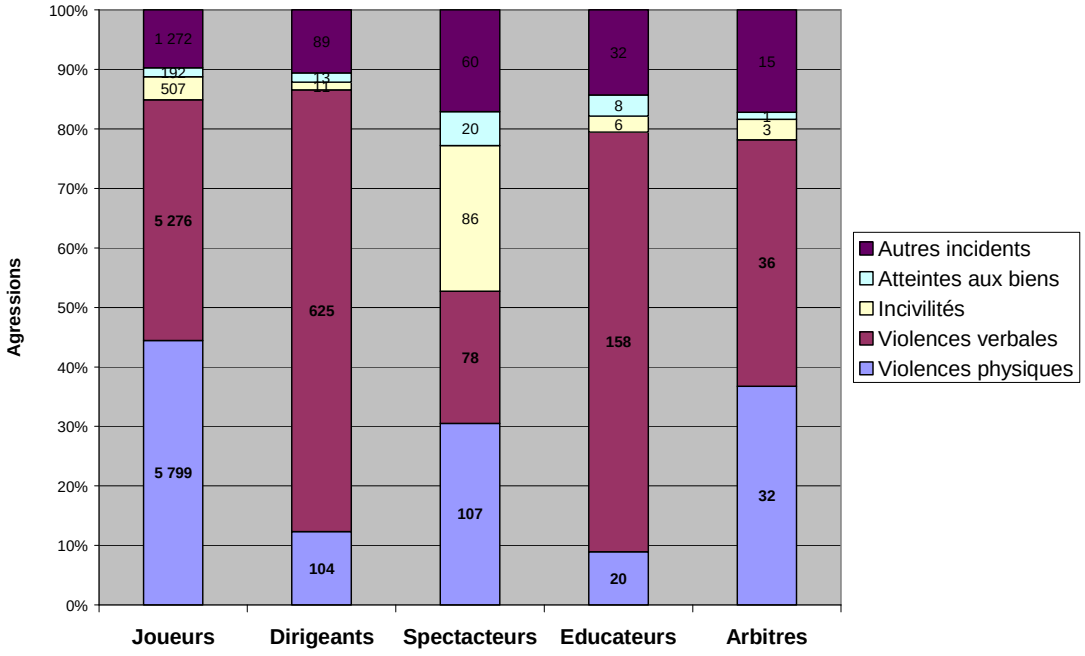
[410] nombre d'actes d'agression/nombre d'individus licenciés de la catégorie
[411] nombre de joueurs licenciés en 2007/2008 = 1 973 955

Figure 73. Taux d'agression par catégorie d'auteurs (‰)



Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND –La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 –Fiche thématique n°33 – Graphique CESR Bretagne – Lecture : en moyenne, pour 1000 licenciés joueurs, 6.6 ont été auteurs d'un fait d'agression en 2007/2008. Attention : ces taux doivent être rapportés au nombre d'agression en jeu figurant dans le tableau ci-avant- En effet, si le taux d'agression des éducateurs est de 8,2%, il ne concerne que 224 agressions, alors que pour les joueurs, dont le taux est de 6,6%, le nombre d'agressions est de 13046

Figure 74. Nature des agressions par catégorie d'auteur dans le football amateur en France en 2007/2008



Source : Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – graphique CESR Bretagne. Les valeurs dans les barres correspondent au nombre d'incidents enregistrés.

Sur l'ensemble des agressions signalées, les auteurs masculins de plus de 18 ans sont impliqués dans 10 318 agressions, soit 72 % des faits recensés : ils représentent donc près des ¾ des agresseurs. Les joueuses « féminines » sont très peu concernées par les actes d'agression : seulement 88 faits recensés en 2007/2008.

E) Les plaintes : un nombre dérisoire comparé à celui des incidents

En 2007/2008, sur les 13 696 victimes des 11 501 incidents de matchs de football amateur en France, seules 62 plaintes ont été déposées par les joueurs et les arbitres, soit un taux de plainte « victimes » de 4.5 ‰. A noter que, les auteurs d'incidents ne sont pas en reste, puisque leur taux de plainte, 4.7‰, est même légèrement supérieur à celui des victimes. On peut émettre l'hypothèse qu'en football, comme dans d'autres disciplines sportives, il peut arriver que des auteurs se sentent victimes, l'inverse étant plus rare…

F) Evolution récente des agressions envers les arbitres : une baisse à relativiser

Le Point national Information Football de la Direction générale de la police nationale (DGPN) [412] observe, pour 2007/2008, *« un repli des atteintes déclarées »* contre les arbitres, baisse qu'il qualifie de « globale et significative ». Il note qu'en raison des *« avancées juridiques en matière de protection des arbitres - personnes chargées de service public »,* les sanctions sont devenues plus dissuasives pour les agresseurs potentiels.

Cependant, il constate que « la nature des faits évolue vers une certaine gravité ». La Police nationale note en effet que, concernant les arbitres, « depuis 2000/2001, les menaces de mort, menaces verbales et gifles fluctuaient entre 10 et 12% du total des faits, ces actes représentent aujourd'hui 47.3% des faits constatés ». En outre, « depuis quatre saisons, le nombre de dirigeants et de spectateurs impliqués dans des faits d'agression contre les arbitres est en augmentation par rapport au total des faits ».

2.2.3.2. Quelques travaux sur les jeunes, le sport et la violence

D'autres travaux sur les jeunes, le sport et la violence apportent un éclairage complémentaire. Nous en présenterons deux : l'enquête de l'INSERM « Jeunes, sport et conduites à risque », dirigées par Marie Choquet (1998) ; « les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France entre 1997 et 2005 et facteurs associés, de l'Observatoire régional de la santé d'Ile-de-France » (2008). Ces deux études observent une corrélation entre pratique sportive des jeunes, agressivité et violence.

A) L'enquête de l'INSERM « Jeunes, sport et conduites à risque », dirigées par Marie Choquet (1998)

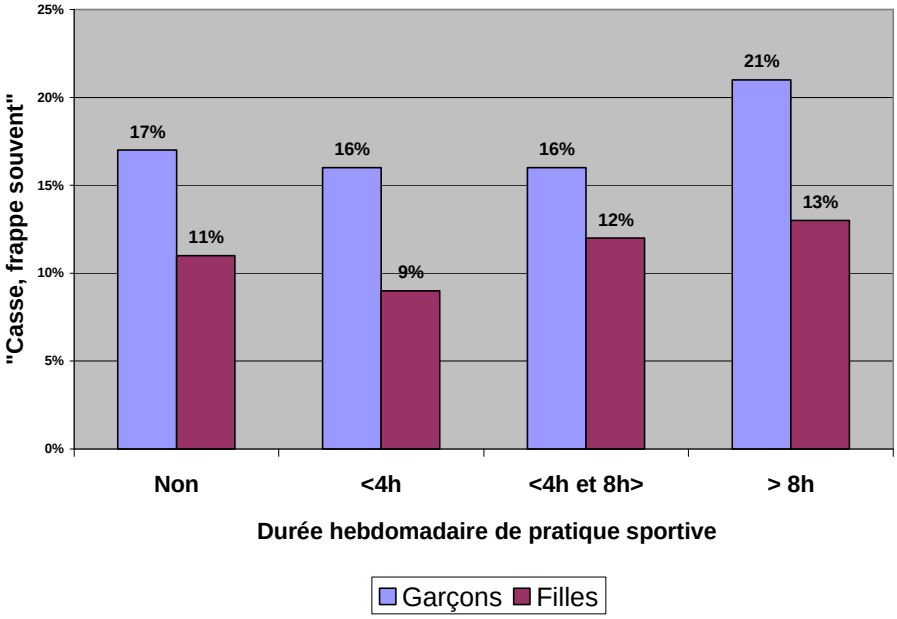
Selon cette étude dirigée par Marie-Choquet, Directrice de recherche à l'INSERM, spécialiste de la santé des adolescent(e)s, « la pratique sportive intense va de pair avec des comportements violents et délictueux. Les jeunes qui ont une pratique sportive intense sont plus violents que les autres. Ils sont aussi plus nombreux à avoir subi des violences, en particulier des violences sexuelles »[413]. Par « pratique intense », cette recherche fait référence à la durée hebdomadaire de pratique, ce qui n'implique pas qu'elle soit liée à un sport intensif, et encore moins, au sport de haut niveau.

[412] Observatoire des comportements- Extraction INHES/OND – La violence enregistrée dans le football amateur durant la saison 2007/2008 – Fiche thématique n°33 – Encadré p 575

[413] INSERM, « Jeunes, sports et conduites à risque », sous la direction de Marie Choquet, analyse commanditée par le Ministère de la Jeunesse et des sports, 1998 – Synthèse disponible sur http://ifr69.vjf.inserm.fr/~ado472/ENQUETES/SPORT/sport.html, consulté le 18 novembre 2009

Chez les adolescentes, comme chez les adolescents, on retrouve une courbe en « U » entre les conduites violentes et le temps hebdomadaire de pratique sportive (graphiques ci-après). Ainsi, les adolescents qui ne pratiquent pas de sport et ceux qui en font plus de 8 heures par semaine sont davantage sujets aux conduites violentes que ceux qui ont une *pratique modérée* dont la durée n'excède pas 8 heures hebdomadaires[414].

Figure 75. Conduites violentes et temps hebdomadaire de pratique sportive par sexe en % - Part des adolescent(e)s qui « cassent ou frappent souvent » (INSERM-1994).



Source : INSERM, « Jeunes, sports et conduites à risque », sous la direction de Marie Choquet, analyse commanditée par le Ministère de la Jeunesse et des sports, 1998 – Synthèse disponible sur http://ifr69.vjf.inserm.fr/~ado472/ENQUETES/SPORT/sport.html, consultée le 18 novembre 2009- Graphique réalisé par le CESR de Bretagne sur la base des données figurant dans le graphique « Conduites violentes et temps hebdomadaires de pratique sportive » (source : Choquet M, Ledoux S. Adolescents : enquête nationale. Inserm U 472, 1994).

Les résultats de cette étude ont été repris en 2002 dans un article[415] du Dr Olivier Middleton, membre de la Mission Interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (MILDT) qui confirme cette relation en « U » entre, d'une part, la durée de la pratique sportive, d'autre part, un grand nombre de conduites à risque des jeunes : violence, conduites addictives, troubles du comportement alimentaire …

[414] Voir aussi Choquet M, Arvers P, Bourdessol H, Guibert P, de Peretti C, Activité sportive à l'adolescence : les troubles et conduites associées. Rapport au Ministère de la jeunesse et des sports, INJEP, 2001

[415] Olivier Middleton, Docteur en médecine, MILDT, Paris, Pratiques sportives et prévention des conduites à risque, Psychotropes – Vol. 8 nos 3-4, p 63 : *« Pour ce qui concerne le nombre d'ivresses annuelles, la consommation de cannabis et des autres drogues illicites, la consommation de tranquillisants et de somnifères ainsi que les troubles du comportement alimentaire chez les filles, les conduites violentes (vols et violences subies pour les filles, bagarres pour les garçons), on retrouve une courbe dite en « U ». Les jeunes qui ne pratiquent pas de sport et ceux qui en pratiquent plus de huit heures par semaine présentent plus de conduites à risque que ceux qui en font une consommation modérée. »*

B) Etude sur « les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France entre 1997 et 2005 et facteurs associés », de l'Observatoire régional de la santé d'Ile-de-France[416] » (2008)

Selon cette étude menées auprès de jeunes de la région Ile-de-France – et qui n'est donc pas représentative au niveau national-, « à tous les âges de la vie, la pratique d'une activité physique encourage les conduites à risque avec des accidents de la vie courante et des conduites agressives au cours des douze derniers mois plus fréquents. Ces résultats ont déjà pu être observés dans d'autres études. Cependant, le sport reste un facteur protecteur pour la santé[417] ». Plus précisément, en Ile de France, la probabilité « d'avoir frappé quelqu'un au cours des 12 derniers mois » est plus importante chez les jeunes pratiquant une « activité sportive en club »[418].

Même s'ils confirment la corrélation entre durée de la pratique sportive, agressivité et violence, établie précédemment, à l'échelle nationale, par Marie Choquet et son équipe de l'INSERM, ces résultats doivent toutefois être replacés dans le contexte spécifique de la région Ile-de-France. Parmi ces spécificités, l'ORS d'Ile-de-France signale notamment que *« l'activité sportive des jeunes est plus répandue que dans le reste de la France[419] ».*

2.2.3.3. Harcèlement et violences sexuels dans le sport

A la suite de l'ouvrage « Service volé » d'Isabelle Demongeot, ancienne championne de tennis, publié en 2007, le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, en liaison étroite avec le CNOSF, a présenté, en juillet de cette même année, un « programme de lutte contre le harcèlement et les abus sexuels dans le milieu sportif ».

Ce programme prévoyait la réalisation, par une équipe de chercheurs, d'une enquête « état des lieux » dont les premiers résultats ont été publiés en février 2008[420], puis en juin 2009[421].

A) Harcèlement et violences sexuels : de quoi parle-t-on ?

Selon le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, les *violences sexuelles* regroupent : les agressions sexuelles, les atteintes sexuelles et le harcèlement sexuel. Le Ministère appelle à la prudence sur l'interprétation des enquêtes sur le sujet car ils *«peuvent varier considérablement selon que sont inclus dans les investigations les discriminations et les harcèlements, les agissements sans violence ou ceux sans contacts physiques, la différence d'âge entre les protagonistes, etc. »*

1) Les agressions sexuelles

Elles correspondent « aux agissements basés sur l'utilisation de la force, menace, contrainte ou surprise de la part de l'agresseur et qui peuvent prendre la forme de viols et/ou attouchements ».

[416] ORS et IRDS Ile-de France, Benoît Chardon, Claire Peuvergne, Isabelle Grémy, « Les activités sportives et sédentaires chez les jeunes en Ile-de-France : évolution entre 1997 et 2005 et facteurs associés », article publié dans le Bulletin épidémiologique hebdomadaire de l'Institut de veille sanitaire n °12, 18 mars 2008, pp 84-87
[417] Etude citée p 87
[418] Etude citée, tableau 3, p 87
[419] Etude citée p 87
[420] Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, Plan de lutte contre le harcèlement et les violences sexuelles dans le sport, Dossier de presse du 22 février 2008.
[421] Greg Décamps, Sabine Afllelou, Anne Jolly – « Evaluation des violences sexuelles dans le sport et de leurs incidences psychologiques »- Présentation des résultats aux groupes de travail de la Direction des sports – Juin 2009 – Diaporama présenté par Greg Décamps : http://www.inavem.org/component/docman/doc_download/600-etude-sur-la-violence-sexuelle-dans-le-sport , consulté le 24 novembre 2009

2) Les atteintes sexuelles

Elles sont des « agissements réalisés suite à un processus de mise en confiance progressive de la victime réalisé par l'agresseur ayant pour conséquence une perte de repères de celle-ci. Cette forme de conditionnement délétère est appelé « grooming ». Ces agissements sont donc réalisés sans que l'agresseur ait fait l'usage de la force, menace, contrainte ou surprise ».

3) Le harcèlement sexuel

Il est « une violence ne mettant pas en jeu l'intégrité physique de la victime pouvant prendre la forme de chantage dans le but d'obtenir des faveurs sexuelles ; invectives et humiliations

B) Etat des lieux

1) Etude réalisée en région Champagne-Ardenne auprès d'étudiants en STAPS (Anne Jolly, Université de Reims, 2003)[422]

Cette enquête a été réalisée auprès d'un échantillon de 117 étudiants en STAPS : 47 garçons et 70 filles âgés de 18 à 29 ans. Il ressort que *« près de 8% des étudiants qui ont répondu à l'enquête ont eu à subir une agression d'ordre sexuel en milieu sportif, les filles plus que les garçons : 10% versus 4% ».*

L'auteure de cette recherche exploratoire et dont la portée est limitée, Anne Jolly, rappelle, à titre de comparaison, que les travaux nationaux de Marie Choquet et de son équipe de l'INSERM sur le sujet en 2001, ont mis en évidence que, *chez les adolescents sportifs*, 7% des filles et 3% des garçons déclaraient avoir été victimes de violences sexuelles[423], les atteintes étant plus fréquentes chez ceux ayant une pratique sportive intense (durée).

2) Etude sur les violences sexuelles dans le sport réalisée pour le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports (G. Descamps, S. Afflelou, A. Jolly – juin 2009)

a) Echantillon des sportifs enquêtés

Cette enquête plus récente a été menée, entre 2007 et 2009, auprès de 1 407 sujets sportifs, âgés de 11 à 35 ans (45% âgés de 15 à 17 ans), dont 60% de garçons et 40% de filles, pratiquant dans 44 disciplines différentes, individuelles ou collectives, au sein des CREPS, de l'INSEP, des filières STAPS et des lycées (sections sportives scolaires). La durée de pratique sportive hebdomadaire des personnes interrogées va de 2h à 30h (45% pratiquent entre 12h et 15h). Les résultats ci-après sont ceux présentés par les chercheurs en juin 2009[424].

[422] Anne Joly, Université de Reims, « Enquête sur les abus sexuels en milieu sportif », communication aux journées d'études de la société française de psychologie du sport, 20-21 mars 2003, Paris. Article consulté sur http://www.anne-jolly.com/publications/communications/paris2003.htm , le 24 novembre 2009.

[423] Choquet M, Arvers P, Bourdessol H, Guibert P, de Peretti C, Activité sportive à l'adolescence : les troubles et conduites associées. Rapport au Ministère de la jeunesse et des sports, INJEP, 2001

[424] Source 1 : Greg Décamps, Sabine Afllelou, Anne Jolly – « Evaluation des violences sexuelles dans le sport et de leurs incidences psychologiques »- Présentation des résultats aux groupes de travail de la Direction des sports – Juin 2009 – Diaporama présenté par Greg Décamps : http://www.inavem.org/component/docman/doc_download/600-etude-sur-la-violence-sexuelle-dans-le-sport , consulté le 24 novembre 2009
Source 2 : Intervention de Greg Décamps et Sabine Afflelou au colloque organisé par l'Université Victor Segalen de Bordeaux « Sport Intensif et Maltraitance » - 3e journées de Psychopathologie du sport (Session 1) 4 & 5 juin 2009 - CAPS / CHU de Bordeaux / Université Victor Segalen Bordeaux 2 La lutte contre les violences sexuelles en milieu sportif (Session 1) – Vidéo disponible sur http://www.canal-u.tv/, visionnée le 24 novembre 2009

b) Résultats (juin 2009)

Sur les 1 407 sportifs interrogés, 11% déclarent avoir déjà subi au moins une forme de violence sexuelle (« réponses oui ») dans le contexte de leur discipline sportive.

Les données qui suivent ne concernent que les 11% de sportifs ayant répondu *explicitement* qu'ils avaient déjà été victimes de violences sexuelles (réponses « oui »).

Sur l'ensemble des 1 407 sportifs, 6.5% ont répondu avoir été victimes de d'exhibitionnisme et/ou de voyeurisme, 4% de harcèlement sexuel, 4% d'atteintes sexuelles et 3.5% d'agressions sexuelles.

A noter que dans l'échantillon, 6.6% des sportives et sportifs interrogés ont déclaré avoir été victimes de violences sexuelles dans *un contexte extra-sportif* (familial, scolaire…).

Les garçons n'étaient pas moins fréquemment victimes de violences sexuelles que les filles dans l'échantillon enquêté. En revanche, la proportion de filles sportives victimes des agissements les plus graves – atteintes et agressions – était deux à trois fois plus élevé que celle des garçons sportifs : 2.5% de garçons contre 5.2% de filles pour les agressions ; 2.6% de garçons contre 6.1% de filles pour les atteintes.

Majeurs et mineurs étaient concernés, mais les mineurs sont plus exposés. Le taux d'exposition augmente avec la durée de la pratique sportive.

Sur les 44 disciplines sportives étudiées, toutes étaient concernées par des violences sexuelles.

Si l'on considère les victimes de violences sexuelles, soit les 11 % de l'ensemble des sportifs répondants, on observe que près de la moitié a subi plusieurs formes de violence sexuelle (45%). L'exhibitionnisme et/ou le voyeurisme étaient cités par plus de la moitié des victimes (57%), puis par un tiers environ les atteintes sexuelles (36%), les harcèlements sexuels (34%) et les agressions sexuels (32%).

Plus inquiétant, les victimes des formes de violence sexuelle les plus graves au regard de la loi ont tendance à l'avoir été à plusieurs reprises[425].

Dans quels contextes et dans quels lieux ces violences sont-elles survenues ? Près de la moitié des agissements (46%) ont eu lieu dans un contexte purement sportif, à savoir lors d'un entraînement, un déplacement ou une compétition. Le tiers des violences (32.7%) sont survenues à la périphérie de la vie sportive, lors d'une fête ou d'un bizutage.

Dans la moitié des cas, le contexte de l'agression était « individuel » (victime seule face à l'agresseur) et, dans l'autre moitié, «collectif » (en groupe). Le chercheur, Greg Décamps, en conclut qu' « être en groupe ne protège pas »[426].

Interrogées sur les auteurs des violences sexuelles, les victimes déclarent que, dans 84% des cas, il s'agissait d'hommes. Par ailleurs, 80% des victimes connaissaient l'auteur des violences. La majorité des violences ont lieu entre pratiquants sportifs. Les violences sexuelles commises par des encadrants (entraîneur, dirigeant, cadre…) concernent 17.3% des agissements.

Enfin, si les ¾ des victimes (76%) avaient déjà parlé des faits aux amis, seuls 14.8% d'entre elles s'étaient confiées aux adultes. Les chercheurs observent une forte tendance à

[425] réponse « oui, plusieurs fois » au lieu de « oui, une fois »
[426] Intervention orale à l'Université Victor Segalen précitée.

la minimisation des agissements par les victimes : seulement 5% déclarent avoir porté plainte.

3) Le sport, un terrain de vulnérabilités aux violences sexuelles

Lors du lancement, en février 2008, du plan de lutte contre le harcèlement et les violences sexuelles dans le sport, le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, soulignait le fait que le sport était *« un terrain propice à ces comportements : les vestiaires, les déplacements, la nudité, les soirées, les bizutages, etc., constituent des éléments favorisant l'apparition de ces agissements. La recherche de la performance, légitime en soi, suppose l'établissement de relations fusionnelles entre le sportif et son encadrement, avec des risques potentiels de dérapage, surtout si cela s'accompagne parallèlement d'une prise de distance avec la cellule familiale »*[427].

4) Actions de prévention et de lutte contre les violences sexuelles dans le sport

En partenariat avec le mouvement olympique et sportif, le plan de l'Etat pour lutter contre les violences sexuelles dans le sport comporte trois axes principaux d'action :

- la Charte de bonne conduite relative à la prévention des violences sexuelles dans le sport signée le 22 février 2008 entre Roselyne Bachelot, Ministre de la santé, de la jeunesse et des sports et Henri Sérandour, Président du CNOSF[428] ;
- un dispositif de campagne d'information et de communication auprès des publics et lieux cibles (voir photo du dépliant ci-après);
- des actions de sensibilisation, de prévention dans les CREPS, les Centres de formation sportifs et les fédérations (ligues régionales, clubs), ainsi que la formation des encadrants sportifs.

[427] Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, Plan de lutte contre le harcèlement et les violences sexuelles dans le sport, Dossier de presse du 22 février 2008, p 5
[428] Voir le site du CNOSF : http://www.franceolympique.com/art/470-prevention_des_violences_sexuelles_dans_le_sport_.html , consulté le 24 novembre 2009

2.2.3.4. Autres formes de violences dans le sport : exemple de la violence symbolique de certains médias et de l'opinion publique envers les sportifs

D'autres formes de violences existent dans le sport, comme dans bien d'autres champs de l'activité humaine. Nous mentionnerons ici, à titre d'exemple, la violence symbolique et psychologique dont sont parfois victimes les sportifs de haut niveau de la part de certains médias et journalistes, ceux-ci n'étant d'ailleurs le plus souvent que le reflet d'une forme de violence morale de l'opinion publique.

Plus précisément, il n'est pas rare d'observer que certains journalistes, comme d'autres spectateurs, emportés par un élan passionnel, brûlent le lendemain ce qu'ils adoraient la veille. Or, entre la gloire et la déchéance médiatique, il n'est parfois qu'un centième de seconde ou une défaite lors d'un match décisif. La pression de l'opinion publique sur les sportifs de haut niveau peut s'apparenter à une forme de harcèlement moral collectif. De par leurs qualités et leur force de caractère, la plupart y résistent, cela faisant partie du jeu, sachant relativiser leurs victoires comme leurs défaites. Mais pour d'autres, dans certaines périodes de fragilité sportive ou personnelle, cela peut induire une réelle souffrance psychologique préjudiciable à leur santé ainsi qu'à celle de leurs proches.

Les violences dans le sport, c'est aussi celles, plus consensuelles, des commentateurs et de l'opinion publique – et de leurs exigences souvent implacables, excessives, idéalisées et surhumaines envers les sportifs de haut niveau.

2.3. La prévention et le suivi médical : du sportif de haut niveau à la personne physiquement active

Face aux risques d'accidents, de blessures, de maladies, de conduites dopantes ou addictives, de violences, etc., l'enjeu de la prévention et du suivi médical des sportifs, du haut niveau à la pratique de loisirs, est primordial. Au-delà même des sportifs, si l'on souhaite promouvoir l'activité physique dans la population, c'est aussi la santé de « personne physiquement active » qu'il faut préserver et promouvoir.

Les enjeux de ces actions de prévention et de promotion de la santé des personnes pratiquant une activité physique ou sportive ne sont pas que médicaux : ils sont multifactoriels et incluent l'éducation à la santé de tous les acteurs concernés.

2.3.1. Le suivi médical des licenciés inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou dans les filières d'accès au sport de haut niveau ou candidats à cette inscription

Les sportifs de haut niveau sont soumis à un suivi médical réglementaire rigoureux, une « médecine du travail » du sport en quelque sorte, d'autant plus indispensable que la pression et les risques du métier sont élevés.

Lors de son audition[429], le Docteur Michel Trégaro, Médecin-conseiller à la DRDJS Bretagne, a présenté l'organisation et le contenu du suivi médical des sportifs de haut niveau et de ceux qui sont dans les filières d'accès au sport de haut niveau ou des candidats à l'inscription.

L'article R. 3621-1 du Code de la santé publique prévoit que « la surveillance médicale particulière à laquelle les fédérations sportives mentionnées à l'article L. 3621-2 soumettent

[429] Audition CESR de Bretagne, 4 novembre 2008

leurs licenciés inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou dans les filières d'accès au sport de haut niveau a pour but de prévenir les risques sanitaires inhérents à la pratique sportive intensive ». Selon l'article L 3621-2 mentionné, il revient aux fédérations sportives ayant reçu délégation d'organiser cette surveillance médicale.

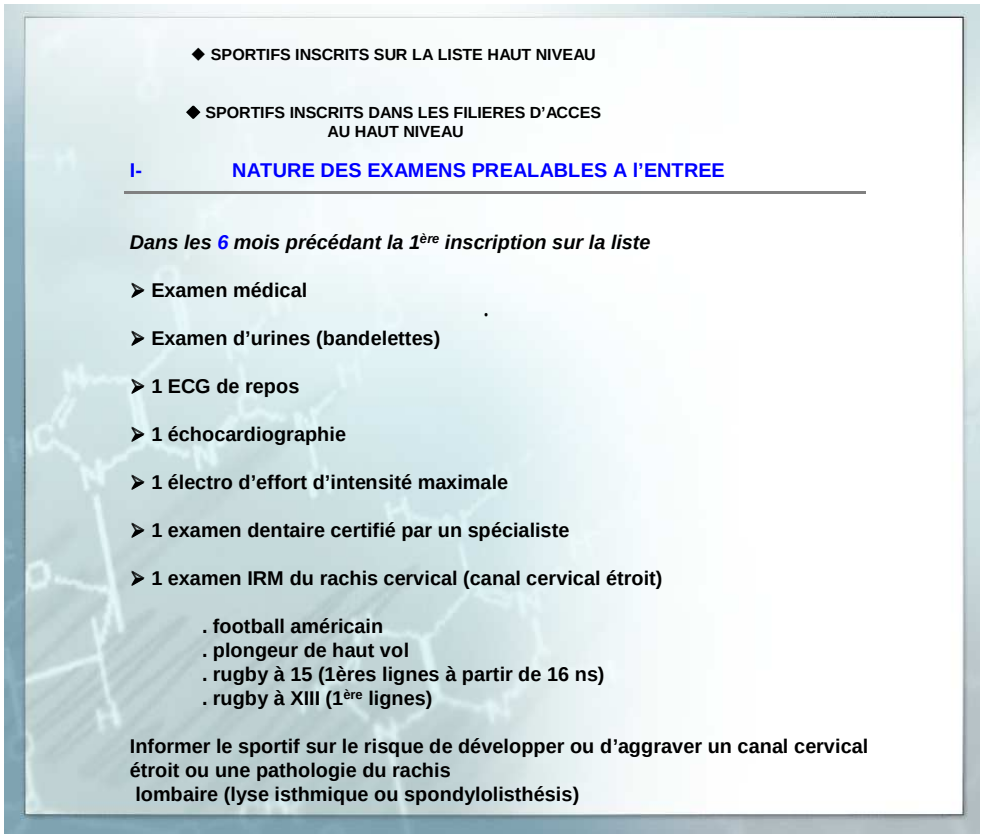
2.3.1.1. Sport de haut niveau et suivi médical obligatoire en Bretagne

Avant d'être inscrit sur les listes officielles du sport de haut niveau ou d'entrer dans l'une de ses filières d'accès (pôle France ou pôle Espoir), un athlète doit subir des examens médicaux obligatoires. Puis, une fois inscrit sur les listes, il est soumis à une surveillance médicale obligatoire périodique, tant sur le plan physique que, depuis peu, psychique.

A) Examens médicaux obligatoires *préalables* à l'inscription sur les listes des sportifs de haut niveau (SHN) ou les listes Espoirs

L'encadré ci-après, élaboré par le Dr Trégaro, donne la liste des examens de pré-admission qui doivent obligatoirement avoir lieu dans les six mois précédant la première inscription sur la liste des SHN ou celle des Espoirs[430].

Tableau 18. Examens médicaux obligatoires avant d'être inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou la liste Espoirs



Source : DRDJS Bretagne- Diaporama du Docteur Michel Trégaro, Audition CESR de Bretagne du 4 novembre 2008

[430] Décret n°2004-120 du 6 février 2004 ; Arrêtés du 11 février 2004 modifié par l'arrêté du 16 juin 2006

B) Examens de surveillance médicale des licenciés inscrits sur les listes des sportifs de haut niveau ou dans les filières d'accès au sport de haut niveau (Pôles France et Pôles Espoirs)

Une fois inscrits sur les listes, tous sont soumis à un contrôle médical très strict, tant sur le plan physique que psychique[431]. Le temps consacré par les sportifs à ces examens médicaux obligatoires est croissant et la question de leur financement souvent posée.

Afin que leur coût ne soit pas un frein, les examens réalisés au niveau régional et dans les centres labellisés d'entraînement (CLE) sont *gratuits* en Bretagne, ce qui n'est pas toujours le cas dans les autres régions françaises.

Tableau 19. Suivi médical des sportifs inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou la liste Espoirs

II. – LE CONTENU DES EXAMENS DE SURVEILLANCE MEDICALE DOIT COMPORER AU MINIMUM :

1° - Un examen médical, réalisé par un médecin du sport, comprenant : . un entretien . un examen physique . des mesures anthropométriques . un bilan diététique avec conseils nutritionnels *(avis spécialistes si besoin)*	**2 fois par an**
2° - Une recherche par bandelettes urinaires	
3°- Bilan psychologique *(mineur 2 fois/an ; majeur 1 fois/an)* par un médecin ou un psychologique visant à : . détecter les difficultés psychopathologiques, des facteurs de vulnérabilité ou de protection . prévenir les difficultés liées à l'activité intensive . orienter vers une prise en charge adaptée	
4° - Un examen dentaire certifié par un spécialiste	**1 fois par an**
5° - Une E.C.G. de repos	
6°- Une échocardiographie de repos (si faite au bilan préalable avant 15 ans, la renouveler 1 fois entre 18 et 20 ans	**1 fois dans la carrière**
7° - Une épreuve d'effort d'intensité maximale	**1 fois tous les 4 ans**
8° - Un examen biologique pour les plus de 15 ans *(autorisation parentale pour les mineurs)* : . NFS + réticulocytes . Ferritinémie	**1 fois par an normalement**
POUR : ➢ Athlétisme (fond) ➢ Biathlon ➢ Course orientation ➢ Pentathlon moderne ➢ Ski de fond ➢ Aviron ➢ Cyclisme ➢ Natation ➢ Roller-skating ➢ Thiathlonf	**3 fois par an**

Source : DRDJS Bretagne- Diaporama du Docteur Michel Trégaro, Audition CESR de Bretagne du 4 novembre 2008

[431] Le bilan psychologique sous forme d'un *entretien spécifique* n'a été instauré que très récemment par l'arrêté du 16 juin 2006. Il vise à déceler d'éventuelles fragilités, prédispositions ou pathologies psychiques… Il a lieu une fois par an pour les majeurs et deux fois par an pour les mineurs.

C) Athlètes SHN et Espoirs concernés en Bretagne

Au 1er novembre 2009[432], les licenciés inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau était au nombre de 284 (30 Elite, 95 Senior, 156 Jeune, 3 Reconversion), dont 175 hommes et 109 femmes.

Tableau 20.Répartition par fédération des sportifs de haut niveau en Bretagne au 1er novembre 2009[433]

Voile	76	Volley-ball	7	Badminton	2
Cyclisme	25	Basket-ball	6	Bowling	2
Canoë-kayak	23	ESSM	6	Pentathlon	2
Football	20	Judo	5	Squash	2
Surf	12	Handisport	4	Tennis de table	2
Gymnastique	11	Natation	4	Triathlon	2
Roller Skating	11	Tennis	4	Baseball	2
Parachutisme	10	Handball	3	Boxe	1
Rugby	9	Karaté	3	Savate	1
Sports de glace	8	Motocyclisme	3		
Athlétisme	7	Vol à voile	3	**TOTAL**	**284**

Source : DRJSC Bretagne, février 2010

Les licenciés inscrits sur la liste Espoirs étaient 337 à cette même date, dont 226 garçons et 111 filles.

Cinq licenciés hommes inscrits sur la liste des « Partenaires d'entraînement » sont aussi à mentionner.

1) Les autres voies d'accès régionales au haut niveau sportif

Sans être inscrits sur la liste officielle des sportifs de haut niveau ou la liste Espoirs, de nombreux sportifs de très bon niveau sont également soumis à un suivi médical étroit qui s'inspire de celui mis en place pour les sportifs inscrits (voir ci-avant)[434].

Cette surveillance médicale volontariste fait souvent l'objet de dispositions contractuelles dans les cahiers des charges de labellisation des centres de formation des sportifs les plus prometteurs : espoirs hors filières officielles d'accès au haut niveau ; centres labellisés d'entraînement (CLE) ; centres d'entraînement et de formation des clubs phares (CEFC), spécificité bretonne[435].

Par ailleurs, pour tous les sportifs, listés ou non, le certificat médical de non contre indication (CMNCI) est obligatoire pour obtenir sa licence fédérale annuelle.

[432] Source DRDJS Bretagne, site consulté le 14 février 2010
[433] ESSM : Fédération française d'études et sports sous-marins
[434] Source : DRDJS Bretagne, CROS Bretagne, Note sur le suivi médical des sportifs en Bretagne, janvier 2008, consultée le 24 novembre 2009, sur le site Web de la DRDJS Bretagne : http://www.mjsbretagne.jeunesse-sports.gouv.fr/
[435] Lors de son étude, le CESR a auditionné les CEFC Basket féminin de Pleyberchrist et Football féminin du Stade Briochin.

Enfin, signalons, d'une part, qu'un suivi médical en club est possible par conventionnement entre ce dernier et un Centre médico-sportif ou un Plateau Technique, d'autre part, qu'il est toujours possible, pour tout sportif, de subir des examens médicaux individuels financés par le sportif lui-même, son club ou la collectivité.

2.3.2. La prévention et l'éducation à la santé des personnes physiquement actives

Sur les 951 320 licenciés sportifs pratiquant dans plus de 9000 clubs que comptait la Bretagne 2008/2009[436], ce suivi médical approfondi -obligatoire ou volontariste- ne concerne qu'une petite minorité de pratiquants de haut niveau dont la santé est, nous l'avons vu, plus particulièrement exposée. Restent les centaines de milliers d'autres licenciés…ainsi que les sportifs non licenciés et, d'une manière générale, tous ceux qui s'efforcent, au quotidien, d'adopter un mode de vie physiquement actif pour atteindre le niveau favorable à la santé (ex : 30 mn de marche rapide par jour pour les adultes).

Pour reprendre une formule du CNOSF, en matière de suivi médical, il est certain que « le sport, c'est mieux dans un club », puisque chaque année, pour obtenir sa licence fédérale, le pratiquant doit au moins obtenir de son médecin traitant, après examen médical, un certificat médical de non contre indication.

Cette visite médicale de non contre indication peut-être menée de manière plus ou moins approfondie par les médecins généralistes. Le problème est que ceux-ci, même s'ils connaissent bien leurs patients, n'ont pas toujours reçu une formation suffisante en médecine sportive. Il leur est par ailleurs très difficile de connaître l'ensemble des disciplines sportives existantes et surtout les risques et bénéfices pour la santé associés à chacune d'entre elles.

Cette nécessité d'améliorer les connaissances des effets de l'activité physique et sportive sur la santé dans les études médicales – mais on pourrait aussi mentionner d'autres professionnels de santé - fait d'ailleurs l'objet d'un constat alarmant dans le récent rapport de Jean-François Toussaint proposant un « Plan national de prévention par les activités physiques ou sportives » (voir encadré ci-après), sur lequel nous reviendrons longuement dans le dernier chapitre de cette première partie.

La connaissance des effets de l'activité physique ou sportive sur la santé :
Une carence majeure dans les études médicales en France

Extrait du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par les activités physiques et sportives » (2008)[437]

« La formation initiale des médecins, quant à la connaissance sur les effets de l'activité physique, est quasi inexistante avant l'examen classant national. Elle repose en fait sur des initiatives individuelles, particulièrement disparates selon les Universités. On peut observer quelques notions dans certaines disciplines ; dans certains cas des enseignements complémentaires dans le deuxième cycle des études médicales, mais, dans tous les cas, cet enseignement est totalement optionnel. Il n'existe aucun enseignement de type transversal (…) Il est à noter que la Capacité de Médecine et Biologie du Sport, le DESC et l'ensemble de ces DU et DIU sont laissés à la liberté de l'étudiant : la très grande majorité des médecins n'a donc aucune formation en médecine des activités physiques pour la santé, à l'exception des 2 heures de l'item 111 de l'examen classant national ».

[436] http://www.sports.gouv.fr/francais/communication/statistiques/chiffres-cles/ (données au 4 janvier 2010)
[437] Rapport cité pp 235 et 236

Pour la majorité des sportifs non licenciés ou pour les personnes physiquement actives, seules des démarches de surveillances médicales volontaires peuvent prévenir certains risques pour la santé. Pour cette large frange de la population, l'éducation à la santé dans le domaine des activités physiques ou sportives apparaît donc comme un enjeu central où, malgré l'éducation physique et sportive reçue à l'école, beaucoup reste à faire dans une logique de prévention.

2.3.3. Les autres acteurs concernés par la prévention

Si la prévention santé dans le domaine de l'activité physique et du sport est multifactorielle, elle est, ipso facto, multipartite.

A côté des médecins, les encadrants sportifs sont en première ligne ainsi que, pour les enfants et adolescents, l'environnement familial. Au-delà des médecins, l'ensemble des professionnels de santé est concerné : infirmier(e)s, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, podologues, etc., ainsi que, c'est l'exemple que nous développerons ici, les pharmaciens.

2.3.3.1. Tous les encadrants sportifs ainsi que les parents

D'une manière générale, au-delà de la responsabilité individuelle du sportif vis-à-vis de sa propre santé, c'est tout l'environnement humain du sport et de l'activité physique qui est concerné par la prévention.

Tous les encadrants sportifs, qu'ils relèvent du secteur associatif - c'est-à-dire le mouvement sportif fédéral -, de collectivités publiques ou d'acteurs privés à but lucratif, de professionnels ou de bénévoles, ont une responsabilité première dans la prévention et la promotion de la santé de celles et ceux qu'ils encadrent, que ce soit en loisir ou en compétition. En ce domaine, on ne dira jamais assez l'importance de la sensibilisation et de la formation de ces acteurs pour favoriser la prise en compte et le respect de l'intégrité physique et psychologique des personnes sportives.

Comme nous le verrons dans la prochaine partie du rapport portant sur l'éducation et la formation par le sport, cette formation sanitaire des acteurs du sport et de l'activité physique ne peut se limiter à une compétence technique, bien que celle-ci soit primordiale. Elle doit reposer avant tout, c'est sans doute l'une des meilleures protections de la santé des pratiquants, sur un *esprit sportif* empreint d'humanisme et de citoyenneté. Pour reprendre la célèbre maxime du philosophe Emmanuel Kant et de son impératif pratique : *« Agis de telle sorte que tu traites l'humanité aussi bien dans ta personne que dans la personne de tout autre, toujours en même temps comme une fin, et jamais simplement comme un moyen »*[438].

En d'autres termes, la dignité de la personne sportive comme sa santé ne devraient jamais être sacrifiées à la performance, au résultat, à cette logique qui veut que la fin justifie les moyens. L'éthique sportive, ce que le mouvement olympique et sportif nomme « l'esprit sportif », « le fair-play », est la première des préventions.

Pour les enfants et adolescents, filles et garçons, il ne faudrait pas uniquement charger la barque des responsabilités des seuls encadrants sportifs, elle l'est déjà bien assez, parfois jusqu'au découragement. Car, dans une logique d'éducation par le sport, l'environnement parental et familial a aussi une responsabilité dans la prévention, la promotion et si nécessaire, dans la défense, de la santé du jeune.

[438] Emmanuel Kant, « Fondement de la métaphysique des mœurs », 1785

D'une part, comme nous l'avons vu, le consensus social partagé selon lequel « le sport, c'est la santé » n'est pas toujours confirmé par les faits, d'autre part, certains parents qui vivent le culte de la performance par procuration peuvent aussi pousser le « potentiel » de leurs enfants jusqu'à l'épuisement des ressources physiques ou psychiques de ces derniers, ou jusqu'à des dommages corporels irréversibles du fait d'un surentraînement en période de croissance (ex : ostéochondrose). Cette « championnite » parentale, sorte de conduite dopante intra-familiale, peut représenter un réel danger pour la santé et l'avenir des enfants et adolescents ainsi poussés à bout… pour la seule satisfaction des désirs et fantasmes des adultes qui les entourent.

Toute action de prévention et de promotion de la santé dans le domaine des activités physiques ou sportives devrait donc rechercher à sensibiliser, former, impliquer et responsabiliser, tout l'environnement éducatif et humain ayant une influence, de près ou de loin, sur les enfants et les adolescents. Il peut arriver que des entraîneurs, voire des « éducateurs » sportifs, comme d'ailleurs certains parents, aient, en ce domaine, davantage besoin d'être éduqués que les jeunes qu'ils accompagnent… La prévention est une affaire de co-éducation à la santé, à tout âge !

2.3.3.2. Tous les professionnels de santé : exemple du rôle préventif des pharmaciens

Tous les professionnels de santé médicaux et paramédicaux sont concernés par la prévention et la promotion de la santé par l'activité physique ou le sport.

Parmi eux, pour ne prendre qu'un exemple, les pharmaciens, avec le maillage territorial de proximité et la connaissance de la population locale qui est la leur, peuvent jouer un rôle important, en complément des médecins et des autres professionnels de santé. Lors de son audition au CESR de Bretagne[439], M. Sylvère Quillerou, Docteur en Pharmacie et Président de l'Ordre des Pharmaciens de Bretagne, a développé cette idée.

Le pharmacien a en effet la possibilité d'intervenir dans le champ de l'activité physique ou sportive : promotion, conseils de bonne pratique, premiers soins de traumatismes sportifs, lutte contre le dopage.

A) Promotion de l'activité physique ou sportive et fonction conseil de proximité

Le pharmacien, par sa présence, sa disponibilité, son écoute auprès d'une clientèle qu'il suit et connaît bien, peut jouer un rôle important, grâce à l'étroit maillage territorial des officines, pour promouvoir, dans la proximité, l'activité physique ou sportive dans la population de la Bretagne.

En diverses occasions, il peut sensibiliser le public aux bienfaits ou aux risques de l'activité physique ou sportive, notamment :

- demande de conseils des clients ;
- dispensation d'ordonnance aux patients atteints de maladies chroniques pour lesquelles l'activité physique a des effets préventifs ou thérapeutiques (ex : diabète type 2, maladies cardiovasculaires, obésité, ostéoporose…) ;
- relais de campagnes de santé publique : vitrine éducative, brochures remises au public (ex : Plan national nutrition santé, prévention des accidents dans le sport…), animations dans la pharmacie, etc.
- incitation à un mode de vie physiquement actif pour prévenir et lutter contre les maux de la sédentarité ;

[439] Audition du 21 avril 2009 au CESR de Bretagne

- conseil de bonnes pratiques d'activités physiques ou sportives adaptées à la condition physique de chacun (ex : au moins 30 mn de marche rapide par jour ; échauffement, récupération…) ;
- incitation à effectuer un bilan médical régulier, notamment avant la reprise d'activité physique ou sportive ;
- conseil en termes d'hygiène de vie : nutrition, aide au sevrage tabagique, évaluation de la consommation d'alcool, etc.
- conseil de précaution en cas de maladies (ex : asthme, diabète type I, patients sous anticoagulants…)

B) Premiers soins des traumatismes du sport

Nous l'avons vu, le sport est la deuxième cause d'accidents de la vie courante en France. Par sa présence à proximité de la population et ses compétences de professionnel de santé, il arrive qu'il intervienne, en première intention, face à des traumatismes dus au sport : évaluation de la gravite des symptômes en lien avec d'éventuelles pathologies ou traitements préexistants, orientation vers un médecin ou appel aux services de secours d'urgence, premiers soins (contusions, crampes, entorses bénignes, plaies cutanées…). Après consultation médicale, si nécessaire, il peut mettre à disposition du patient du matériel orthopédique (attelles, béquilles, bandages, genouillères…).

C) Lutte contre le dopage sportif et les conduites dopantes : un rôle important dans l'information et prévention

Il a déjà été signalé que, le plus souvent, les produits dopants sont des médicaments détournés de leur usage médical, préventif et/ou thérapeutique (ex : EPO). Or, le pharmacien est un spécialiste du médicament. Son rôle est donc essentiel pour prévenir la prise de produits pouvant induire, chez les sportifs compétiteurs, un contrôle antidopage positif (Décret 2009-93 du 26 janvier 2009). Soumis au secret professionnel, présent auprès des sportifs de haut niveau comme des pratiquants de loisir, il est l'interlocuteur privilégié sur le bon usage du médicament, tant en matière d'information sur les risques de dopage que de prévention.

Au-delà du dopage sportif, il peut aussi identifier et conseiller des personnes ayant des conduites dopantes pour améliorer leurs performances dans d'autres domaines que le sport (ex : demande systématique de vitamines, d'antiasthéniques…)…

Enfin, lorsque les présomptions de dopage sportif sont fortes, il peut refuser de délivrer un médicament au vu d'une prescription douteuse, orienter le client vers une structure de prise en charge adaptée : médecin du sport, antenne médicale de prévention du dopage, Ecoute dopage. Selon la loi du 23 mars 1999, la délivrance de produits détournés de leur usage à des fins de dopage engage en effet la responsabilité du pharmacien.

Déclaration de la Fédération internationale pharmaceutique (FIP) sur les normes professionnelles, le rôle du pharmacien dans la lutte contre le dopage dans le sport – Septembre 2005
Extrait

«(…) Les pharmaciens devraient :

- mettre à jour leurs connaissances relatives au Code de l'Agence mondiale antidopage (AMA) ;
- promouvoir les bénéfices de l'activité physique, incluant une pratique sportive, pas seulement pour ceux souffrant d'une affection particulière ;
- rester vigilant afin de discerner l'usage médical justifié de médicaments des pratiques illicites ;
- refuser de fournir un médicament quand on pressent clairement son utilisation frauduleuse dans le but d'améliorer une performance sportive ;
- enregistrer les données relatives à la dispensation des médicaments dans un dossier médical individuel quand ils sont informés que celui pour qui ils sont prescrits participe à des compétitions sportives ;
- mettre à disposition des personnes identifiées comme participant à des compétitions sportives toute information les aidant à reconnaître les médicaments contenant une substance répertoriée dans le code de l'AMA ;
- fournir des informations aux sportifs sur les avantages des compléments nutritionnels et les risques liés à leur utilisation. (…) »

D) Les outils de prévention, d'information et de conseil des pharmaciens

Le réseau des pharmaciens dispose d'un outil pour contribuer à l'éducation et à la prévention pour la santé : le Comité d'Education Sanitaire et Sociale de la Pharmacie Française ou CESPHARM. Ils peuvent ainsi relayer localement des campagnes nationales de promotion de l'activité physique : Programme national nutrition santé (PNNS), Parcours du cœur (Fédération Française de Cardiologie)…

Figure 76. Exemples du rôle des pharmaciens pour relayer des campagnes nationales de santé publique promouvant l'activité physique et prévenant certains risques associés

Source : Ordre régional des pharmaciens de Bretagne, audition CESR Bretagne, 21 avril 2009

2.3.3.3. Le réseau territorial des centres médico-sportifs en Bretagne (CMS) : un potentiel de prévention à développer

Lors de son audition au CESR de Bretagne, le Docteur Michel Trégaro, a attiré l'attention des membres du CESR sur la situation des centres médico-sportifs en Bretagne (CMS).

Avec les plateaux-techniques le plus souvent rattachés aux centres hospitaliers, les CMS sont notamment chargés du contrôle médical préalable aux compétitions et des visites spécialisées. Or, dans un contexte sociétal de promotion de l'activité physique régulière favorable à la santé, dont la pratique sportive, les CMS représentent potentiellement un outil de prévention médicale accessible à tous, en particulier pour réaliser des bilans de santé et orienter les personnes vers des activités physiques adaptées à leur âge et à leurs capacités.

Exemple du Centre-médico sportif de Bretagne Sud[440] :
une double vocation sportive et sociétale

Structures médicales régie par la Loi de 1901, la philosophie du CMS Bretagne-Sud est : « la santé au service du sport, le sport au service de la santé ». Ses missions sont les suivantes :

- Sécuriser la pratique ou la reprise du sport quels que soient la discipline, l'âge ou le niveau de pratique ;
- Assurer et promouvoir le suivi médical des sportifs ;
- Promouvoir la santé par les activités physiques et le sport ;
- Lutter contre le dopage.

[440] Source : http://www.centremedicosportif-bretagnesud.com/, consulté le 19 décembre 2009

3. Bilan : sauf pratique excessive, les bénéfices de l'activité physique ou sportive pour la santé l'emportent largement sur les risques encourus

3.1. Les risques sanitaires associés à la sédentarité sont devenus un véritable problème de santé publique

Dans ce chapitre consacré à l'activité physique ou sportive, nous avons commencé par dresser un état des lieux qui a mis en évidence le fardeau de la sédentarité devenue aujourd'hui un véritable problème de santé publique. Les maux sanitaires qui lui sont associés se développent : mortalité précoce toutes causes confondues, morbidité cardiovasculaire accrue, pathologies métaboliques, cancéreuses, neurodégénératives, moins grande capacité musculo-squelettique, psychopathologies, pathologies induites ou aggravées par l'excès pondéral ou l'obésité, etc. Comme l'a résumé le Docteur Michel Trégaro, auditionné par le CESR de Bretagne: *« il faut être en super santé pour se permettre de ne pas faire d'activité physique ! »*[441].

Cet état des lieux a également révélé qu'aujourd'hui (2009), plus de la moitié de la population française n'est pas suffisamment active physiquement. Rappelons les dernières données de l'AFSSA :

- Chez les adolescents tout d'abord : près de 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans, n'atteint pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé[442]. Et la différence entre les filles et les garçons est flagrante : près de 8 adolescentes sur 10 (75.6%) âgées de 15 à 17 ans n'ont pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé, contre 4 adolescents sur 10 (36.7%).

- Chez les adultes ensuite[443] : plus de la moitié des adultes âgés de 18 à 79 ans (55.2%) en France n'atteignent pas un niveau d'activité physique entraînant des bénéfices pour la santé[444]. Même si les différences par sexe sont moins prononcées qu'à l'adolescence, la proportion des hommes ayant une activité physique favorable à la santé est plus élevée que celle des femmes : 48. 4% contre 41.3 %.

Concernant ce niveau d'activité physique, y compris les pratiques sportives, de fortes inégalités populationnelles sont également apparues en fonction du sexe, de l'âge, de l'origine familiale, du niveau socioéconomique, du niveau d'étude, du territoire et des environnements de vie, de facteurs individuels, etc.

3.2. Il est aujourd'hui scientifiquement avéré que « l'activité physique est un déterminant majeur de l'état de santé des individus à tous les âges de la vie » (INSERM)

La présentation des principaux résultats de l'étude de l'INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008), a mis en évidence que, pratiquée régulièrement,

[441] Interview du Dr Trégaro « Reprendre le sport après 50 ans », Senior Détente magazine, n°5, jan, fév, mars 2009
[442] 30 mn d'activité physique d'intensité modérée par jour en plus de l'activité physique minimum quotidienne, soit environ 10 000 pas par jour.
[443] AFSSA, INCA 2 2006/2007, rapport intégral, 2009, p 124
[444] tel que défini par le score élevé d'IPAQ, soit au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée en plus de l'activité physique minimum quotidienne, équivalent à environ 10 000 pas par jour.

sans excès et de manière adaptée aux âges et capacités de chacun, l'activité physique, y compris la pratique sportive, est « un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tous les âges de la vie » :

- La pratique régulière d'une activité physique et sportive, même d'intensité modérée, diminue la mortalité et augmente la qualité de vie ; est un facteur de prévention des principales pathologies chroniques (certains cancers, maladies cardiovasculaires, diabète…) et, reprise de façons adaptée, est un élément majeur du traitement des maladies chroniques les plus fréquentes (cardiopathies ischémiques, bronchopathies chroniques obstructives, obésité et diabète de type 2, maladies neurologiques, rhumatismales et dégénératives…) ;

- La pratique régulière d'une activité physique et sportive permet d'assurer une croissance harmonieuse chez l'enfant et l'adolescent ; permet de prévenir l'ostéoporose, notamment chez la femme et de maintenir l'autonomie des personnes âgées ; aide au contrôle du poids corporel chez l'enfant et l'adulte ;

- La pratique régulière d'une activité physique et sportive est également associée à une amélioration de la santé mentale (anxiété, dépression) ;

L'INSERM souligne enfin que les risques pour la santé de la pratique d'une activité physique, dont la pratique sportive, sont minimisés par le respect de précautions élémentaires, un suivi médical adapté et un encadrement compétent.

3.3. Les risques liés à une pratique excessive des activités physiques et sportives relativement à son âge et à ses capacités doivent inciter à une certaine prudence

Nous avons également vu qu'une pratique excessive ou inadaptée des activités physiques et sportives, relativement à son âge et à ses capacités physiques ou psychologiques, pouvait induire ou révéler certains risques pour la santé : risques cardio-vasculaires, syndrome de surentraînement, traumatismes et maladies ostéo-articulaires, troubles psychopathologique tels que l'anxiété, la dépression, des troubles des conduites alimentaires, des conduites addictives, des conduites dopantes – dont le dopage sportif- , certains comportements agressifs ou violents …

La performance compétitive à tout prix, le refus absolu des limites, la recherche de sensations extrêmes, l'absence d'éthique personnelle ou collective, la violation de l'esprit sportif et des règles du jeu, l'absence de suivi médical ou de respect des avis professionnels de santé, les pratiques solitaires non encadrées par des bénévoles ou des professionnels formés et compétents, sont autant de facteurs aggravants du risque sanitaire lié à une pratique physique ou sportive excessive.

Mais ces risques associés à l'excès de pratique ne doivent pas non plus occulter les risques inhérents à toute activité physique, dont le sport, même pratiquée de manière non excessive, en particulier lorsqu'elle est *intensive*. Les accidents de sport sont ainsi, avec leurs divers traumatismes plus ou moins graves, la deuxième cause d'accidents de la vie courante en France. Certaines disciplines sportives étant plus à risque que d'autres même si, le plus souvent, le danger n'est pas lié à la discipline elle-même mais davantage à *la manière* dont elle est pratiquée, régulée et encadrée.

Pour améliorer la sécurité de la pratique, on peut rappeler la pertinence du slogan du CNOSF : *« Le sport, c'est mieux dans un club »…* pour autant que ce club et ses dirigeants, par leurs valeurs sportives et humaines, affirment la primauté de l'intégrité physique et psychologique des personnes sur le résultat sportif.

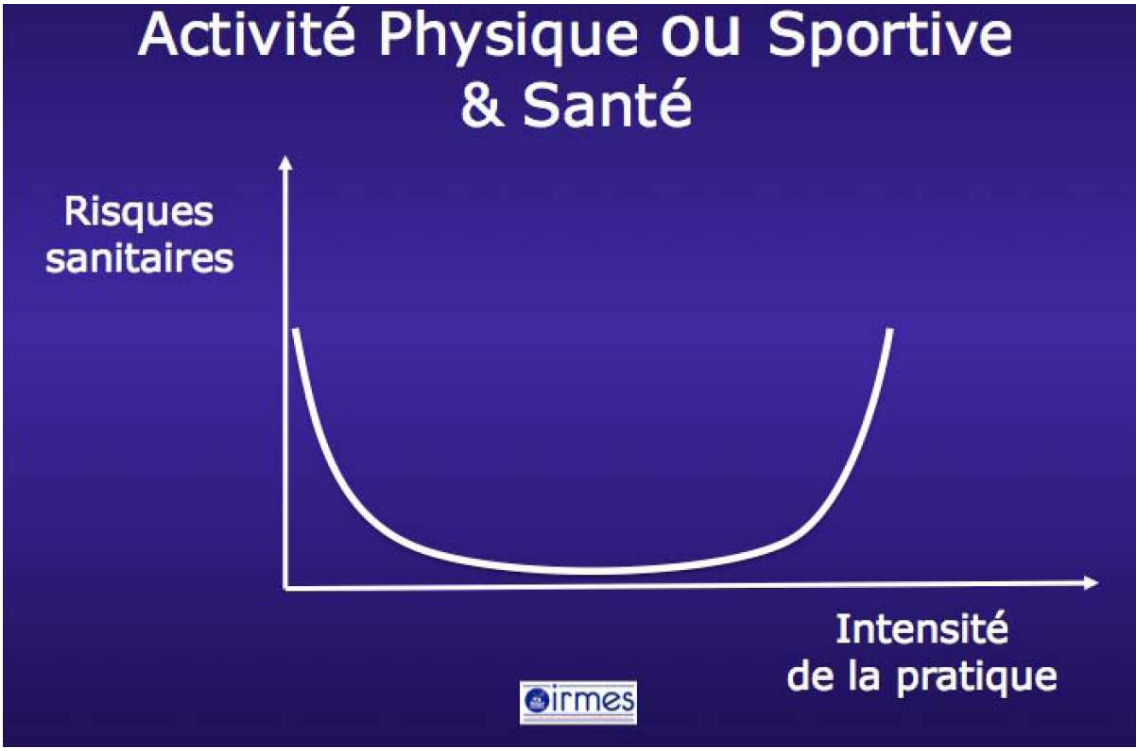
3.4. « L'excès en tout est nuisible » et les bénéfices de l'activité physique régulière et adaptée à tous, dont le sport, sont bien plus importants que les risques encourus

Le fait d'avoir procédé, dans ce chapitre sur la santé, à une analyse bénéfices/risques, ne doit pas faire surestimer ces derniers. Dans le contexte de la montée des pathologies associées à la sédentarité dans les sociétés motorisées et numérisées, les bénéfices d'une augmentation du niveau général de l'activité physique dans la population sont sans commune mesure avec les risques présentés qui, s'ils ne doivent pas être passés sous silence, ne concernent qu'une minorité de pratiques et de pratiquants.

Pour résumer, nous reprendrons la formule célèbre selon laquelle, dans le sport comme ailleurs, « l'excès en tout est nuisible » : l'excès d'activité physique ou sportive comme l'excès de sédentarité !

En fait, la relation entre intensité de la pratique et risque pour la santé suit une courbe en « U », ce qu'illustre très bien le graphique ci-après extrait du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement » (2008).

Figure 77. Risques sanitaires et intensité de la pratique physique ou sportive



Source : IRMES – Graphique extrait du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – PNAPS » (2008) – p 13

Chapitre 3

« Kino-Bretagne » : proposition d’une stratégie multifactorielle et territorialisée de prévention et de promotion de la santé par l’activité physique et le sport

1. La promotion de l'activité physique doit reposer sur une stratégie multifactorielle prenant autant en compte les populations que leurs environnements de vie 223
1.1. « Kino-Québec » et l'approche « éco-environnementale » de l'activité physique 223
1.2. Les facteurs qui influent sur l'activité physique selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) 223
1.3. Autre modèle multifactoriel figurant dans le rapport de Jean-François Toussaint 227

2. Kino-Québec 229
2.1. Kino-Québec : de la promotion du sport et des loisirs à celle d'un mode de vie physiquement actif dans un but de santé publique 229
2.2. La gouvernance de Kino-Québec : rechercher les effets de levier en s'appuyant sur des « relayeurs locaux » et privés 230
2.3. La stratégie multifactorielle ou « éco-environnementale » de Kino-Québec : du ciblage populationnel à l'action sur l'environnement 231
2.3.1. Exemple du « Défi 5/30 » 231
2.3.2. Exemple du concours « Ecole active » (Kino-Québec) 231
2.3.3. Filles et femmes 232

3. « Kino-Bretagne » : pour un Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive en Bretagne à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux 233
3.1. En préambule : d'abord respecter les libertés individuelles et améliorer la qualité de la vie pour tous en luttant contre les inégalités de santé 234
3.1.1. Respecter les libertés individuelles et se libérer des chaînes de la sédentarité 234
3.1.2. Bouger et se bouger librement pour améliorer la qualité de vie 235
3.1.3. Lutter contre les inégalités de santé qui découlent, le plus souvent, d'inégalités sociales, économiques et culturelles 235
3.1.4. Surtout ne pas oublier la notion de plaisir 235
3.2. Approche environnementale : aménager, sécuriser et agrémenter des cadres de vie bâtis et naturels favorisant l'activité physique au quotidien 236
3.2.1. Urbanisme et santé : de la lutte contre l'insalubrité à la promotion d'un mode de vie physiquement actif 237
3.2.2. Propositions pour l'aménagement d'environnements proactifs en Bretagne à partir des recommandations du rapport Toussaint 238
3.2.3. Intégrer le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive aux autres plans régionaux de santé publique 250
3.2.4. Quelques réflexions et préconisations complémentaires issues des auditions du CESR de Bretagne 254
3.2.5. La Richardais (35) : exemple d'une commune pionnière dans la prise en compte locale des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint 256
3.2.6. Préconisations au Conseil régional de Bretagne 257
3.3. Approche populationnelle : toute la population est concernée, mais certains publics plus que d'autres – exemple des enfants, adolescent(e)s et des étudiant(e)s 260
3.3.1. Enfants, adolescent(e)s et étudiant(e)s 262
3.3.2. Promouvoir l'activité physique des étudiants à l'Université 277
3.4. Approche par le travail : la prévention et la promotion de la santé par l'activité physique ou sportive en milieu professionnel en prenant en compte la taille et les contraintes des entreprises 278
3.4.1. La promotion de l'activité physique régulière des salariés : une formule gagnant-gagnant 278
3.4.2. Le « sport en entreprise » contribue à l'activité physique régulière : quelques exemples en Bretagne 285
3.4.3. Suggestions au Conseil régional pour promouvoir la santé par l'activité physique en milieu de travail 294
3.5. Approche individuelle et cognitivo-comportementale : renforcer la communication sur les bienfaits des modes de vie physiquement actifs 296
3.5.1. Ne pas négliger les stratégies individuelles et les combiner avec les interventions environnementales et populationnelles 296
3.5.2. Communiquer pour faire changer les représentations et les comportements en valorisant le plaisir et le bien-être 297

3.6. Former aux nouveaux métiers « activité physique-sport-santé » et sécuriser les emplois afférents 298
3.6.1. La santé par l'activité physique : un enjeu pluridisciplinaire et interdisciplinaire 298
3.6.2. Intégrer les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive dans la Stratégie régionale emploi-formation de la Région Bretagne, en lien avec ses partenaires 301
3.6.3. Sécuriser les emplois liés à ces formations et nouveaux métiers 302
3.7. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'éducation à la santé par l'activité physique, dont le sport, à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux 302
3.7.1. Intégrer l'éducation et la santé par les activités physiques et sportives dans les Agendas 21 pour fédérer les acteurs et favoriser les stratégies territoriales multifactorielles 302

Introduction du chapitre 3 : « Retrouver sa liberté de mouvement » en Bretagne

« Tout le monde s'accorde pour constater que l'amélioration de la santé des personnes repose sur la nutrition et l'activité physique et sportive. Il n'y a pas de surprise dans ce constat. La surprise vient d'un autre constat : on en reste par trop au premier constat ! ». Ainsi s'exprimait le Conseil économique et social national dans son rapport « Le sport au service de la vie sociale » présenté en 2007 par son rapporteur M. André Leclercq[445].

Après avoir conclu que l' activité physique et le sport pratiqués de manière régulière et adaptée aux capacités et à l'âge de chacun, présentaient bien plus de bénéfices pour la santé générale de la population que de risques ; qu'une grande partie de la population française n'atteignait pas le niveau d'activité physique recommandé par la communauté scientifique internationale ; que la Bretagne, même si elle se qualifie parfois de « première région sportive », est, comme les autres régions françaises, confrontée à l'enjeu de la lutte contre la sédentarité ; il nous faut à présent tenter de répondre à cette question : Comment promouvoir, dans la population, des modes de vie physiquement actif favorables à la santé ?

« Mangerbouger.fr », «Pour votre santé, bougez plus »… oui, mais comment ? Que faire pour cela ? Quelle stratégie publique de prévention faut-il mettre en place ? Qui est concerné ? Comment dépasser le constat pour passer à l'action en Bretagne et dans ses territoires ? En d'autres termes, quelles stratégies régionales et territoriales faut-il mettre en place pour favoriser l'adoption par toutes et tous, tout au long de la vie, de modes de vie physiquement actifs, et ce, dans le respect des libertés individuelles et des capacités de chacun ?

Dans le prolongement du rapport de référence de l'INSERM, « Activité physique : contexte et effet sur la santé » (2008), le Professeur Jean-François Toussaint a proposé, la même année, au Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports et de la vie associative, un Plan national de prévention par l'activité physique (PNAPS), comme il existe par exemple, un Plan national nutrition santé (PNNS) ou un Plan national santé environnement (PNSE), avec lesquels d'ailleurs, il a de nombreux lien.

L'ambition de Jean-François Toussaint est toute entière résumée dans le titre de son rapport : « Retrouver sa liberté de mouvement ».

Le CESR de Bretagne propose à tous les acteurs publics et privés concernés en Bretagne et dans ses territoires, de s'approprier l'ensemble des recommandations de ce rapport, en prenant en compte les spécificités locales éventuelles, pour co-construire et mettre en œuvre, ensemble, chacun en ce qui le concerne, le premier Plan régional de prévention par les activités physiques et sportives (PRP-APS) de la Bretagne à intégrer dans le prochain Plan régional de santé (PRS).

Il nous semble que, bien qu'il ne s'agisse pas pour elle d'une compétence obligatoire dédiée par le législateur, la Région Bretagne, *selon ses moyens et ses compétences*, pourrait, avec l'Etat en région, le mouvement sportif, et les autres acteurs locaux concernés - publics et privés-, jouer un rôle au moins incitatif pour promouvoir des modes vie physiquement actifs lorsque c'est possible, à travers certaines de ses politiques publiques.

Elle pourrait le faire en cohérence avec son Agenda 21 (« Région partenaire » et « Région responsable »), en particulier par le biais de sa politique de promotion de la santé publique et de sa politique sportive. Mais d'autres politiques régionales sont concernées tant l'enjeu de la prévention en santé publique est multifactoriel.

[445] Rapport cité p II-107. André Leclercq a été auditionné par le CESR de Bretagne

En lien avec l'Observatoire régional de la santé et les réseaux territoriaux de santé, la nouvelle *Agence régionale de santé (ARS)* pourrait devenir le chef de file de la co-élaboration, de la mise en œuvre et du suivi du PRP-APS de la Bretagne.

Comment relever ensemble le défi de la sédentarité en Bretagne ? Afin de contribuer, d'ores et déjà, à une réflexion sur l'élaboration du futur PRP-APS de Bretagne, et au vu des recherches réalisées pour la présente étude, nous proposons de dessiner quelques perspectives pour que la Bretagne, « première région sportive » par son nombre de licenciés, soit aussi, dans un proche avenir, parmi les régions françaises les plus actives.

C'est un enjeu de santé publique et plus largement, un enjeu de qualité de vie pour la Bretagne, ses habitantes et ses habitants de tous âges et de toutes conditions.

Pour ce faire, nous présenterons d'abord la dimension nécessairement multifactorielle de toute action de prévention reposant sur la promotion de l'activité physique dans la population et dans ses environnements de vie.

Ensuite, nous verrons comment, depuis trente ans, le Québec développe une stratégie visant à favoriser, au niveau local, un mode de vie physiquement actif dans la population, notamment auprès des catégories les plus défavorisés qui sont aussi, le plus souvent, les plus sédentaires. Cette action publique dénommée « Kino-Québec » (de *kinesis en Grec* signifiant le mouvement) qui s'appuie sur des « relayeurs » locaux, publics et privés, est aujourd'hui une référence mondiale, à côté par exemple de la Finlande ou des Pays-Bas.

Enfin, nous essayerons d'imaginer comment certaines préconisations du rapport de Jean-François Toussaint pourraient être appliquées en Bretagne dans un futur « Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive » qui pourrait, s'intituler, pourquoi pas, pour faire un clin d'œil à nos cousins québécois, « Kino-Bretagne ».

1. La promotion de l'activité physique doit reposer sur une stratégie multifactorielle prenant autant en compte les populations que leurs environnements de vie

La promotion de la pratique régulière de l'activité physique comme stratégie de prévention pour la santé suppose une approche multifactorielle et intégrée des populations et de leurs environnements de vie.

1.1. « Kino-Québec » et l'approche « éco-environnementale » de l'activité physique

Il s'agit de conjuguer, ce que les Québécois, dans leur dispositif « Kino-Québec », appellent « les déterminants individuels et éco-environnementaux »[446] de la pratique. Cette combinaison de facteurs fondant une « approche écologique » de la promotion de la santé par l'activité physique.

Tableau 21. L'approche « écologique » de l'activité physique au « Québec » : déterminants individuels et éco-environnementaux associés positivement à la pratique régulière d'activités physiques de loisir (2004)

Déterminants individuels	Déterminants éco-environnementaux
Facteurs socio-démographiques et biologiques : sexe masculin, jeune âge, non obèse, scolarité plus élevée, revenu familial plus élevé	Environnement physique (ex : potentiel piétonnier d'un quartier, présence d'espaces verts)
Facteurs définis dans les modèles socio-cognitifs : efficacité personnelle perçue élevée, intention forte, attitude positive, plaisir retiré, attentes positives mais réalistes, expérience de succès	Environnement social (ex : temps minimum accordé à l'EPS à l'école)
Facteurs sociaux : conseils offerts par un professionnel de la santé, soutien social, perçu de la part de la famille et des amis	Environnement organisationnel (ex : accessibilité et organisation des lieux, équipements et ressources favorisant l'activité physique)

Source : Kino-Québec, « Stratégie éprouvées et prometteuses pour promouvoir la pratique régulière d'activités physiques au Québec », Avis du comité scientifique de Kino-Québec, 2004.
Tableau réalisé par le CESR de Bretagne

1.2. Les facteurs qui influent sur l'activité physique selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS)

Dans son rapport *« Promouvoir l'activité physique et la vie active en ville »* publié en 2006[447], le bureau européen de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), présente un schéma de synthèse sur les facteurs qui influent sur l'activité physique (voir ci-après).

[446] Kino Québec, « Stratégie éprouvées et prometteuses pour promouvoir la pratique régulière d'activités physiques au Québec », Avis du comité scientifique de Kino-Québec, 2004, pp 11-13
[447] Traduit en Français par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, en 2009. Rapport téléchargeable sur http://www.sports.gouv.fr/, consulté le 7 décembre 2009

Figure 78. Facteurs qui influent sur l'activité physique (OMS, 2006)

Source : OMS, Bureau européen, « Promouvoir l'activité physique et la vie active en ville », 2006, traduction française en 2009 par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports – graphique p 4- D'après Dahlgren G. The need for intersectoral action for health », 1994

Selon l'OMS, « le mode de planification, de conception et de rénovation des villes a des incidences considérables sur le niveau d'activité physique et la santé des individus et des groupes d'individus. L'activité physique d'un individu, d'un groupe ou de l'ensemble de la communauté est déterminée par divers facteurs ». Assez proche de la grille d'analyse et d'action de Kino-Québec, l'OMS distingue des déterminants individuels et des facteurs environnementaux : environnement social, environnement bâti, environnement naturel.

Afin d'expliciter ces différents déterminants, nous reprenons sous forme de tableau de synthèse (voir page suivante), les précisions de l'OMS.

Tableau 22. Facteurs influençant l'activité physique en ville selon l'OMS (2006)

Déterminants individuels	**Facteurs environnementaux**		
	Environnement social	**Environnement bâti**	**Environnement naturel**
Sexe, âge, compétences, aptitudes et incapacités, croyances, attitudes et motivation	Niveau socioéconomique, équité,	Modes d'utilisation du sol, bâtiments, espaces et éléments construits et aménagés : logements, écoles, lieux de travail, parcs et zones de loisirs, espaces verts, quartiers d'affaire, système de transport	-Conditions météorologiques : chaleur, froid extrême, gel entravent les activités physiques de plein air (marche, cyclisme, jeux extérieurs…)
Principaux obstacles : impression de ne pas avoir le temps, manque de motivation, craintes pour sa sécurité (ex : une piste cyclable ou un chemin piétonnier perçu comme dangereux ne sera pas utilisé)	Soutien social (encouragement familial, amical, des collègues…)	Conception de la ville : urbanisme axé sur la création d'un cadre de vie, de travail et de jeux agréables	-Qualité de l'air : ex pollution urbaine réduisant les possibilités d'activités physiques de plein air
Facteurs incitatifs : efficacité personnelle perçue (croyance en son aptitude à être actif), plaisir retiré de l'activité, attente de bienfaits.	Culture (idées, croyances et représentations sur l'activité physique),	Effets positifs de l'environnement bâti sur l'activité physique (exemples) : quartier adapté aux piétons favorisant le plaisir de la marche, espaces verts et parcs favorisant les relations sociales et les loisirs de plein air	-Eau : accessibilité aux plans et cours d'eau, aux plages pour nager ou s'adonner au nautisme (ex : tourisme).

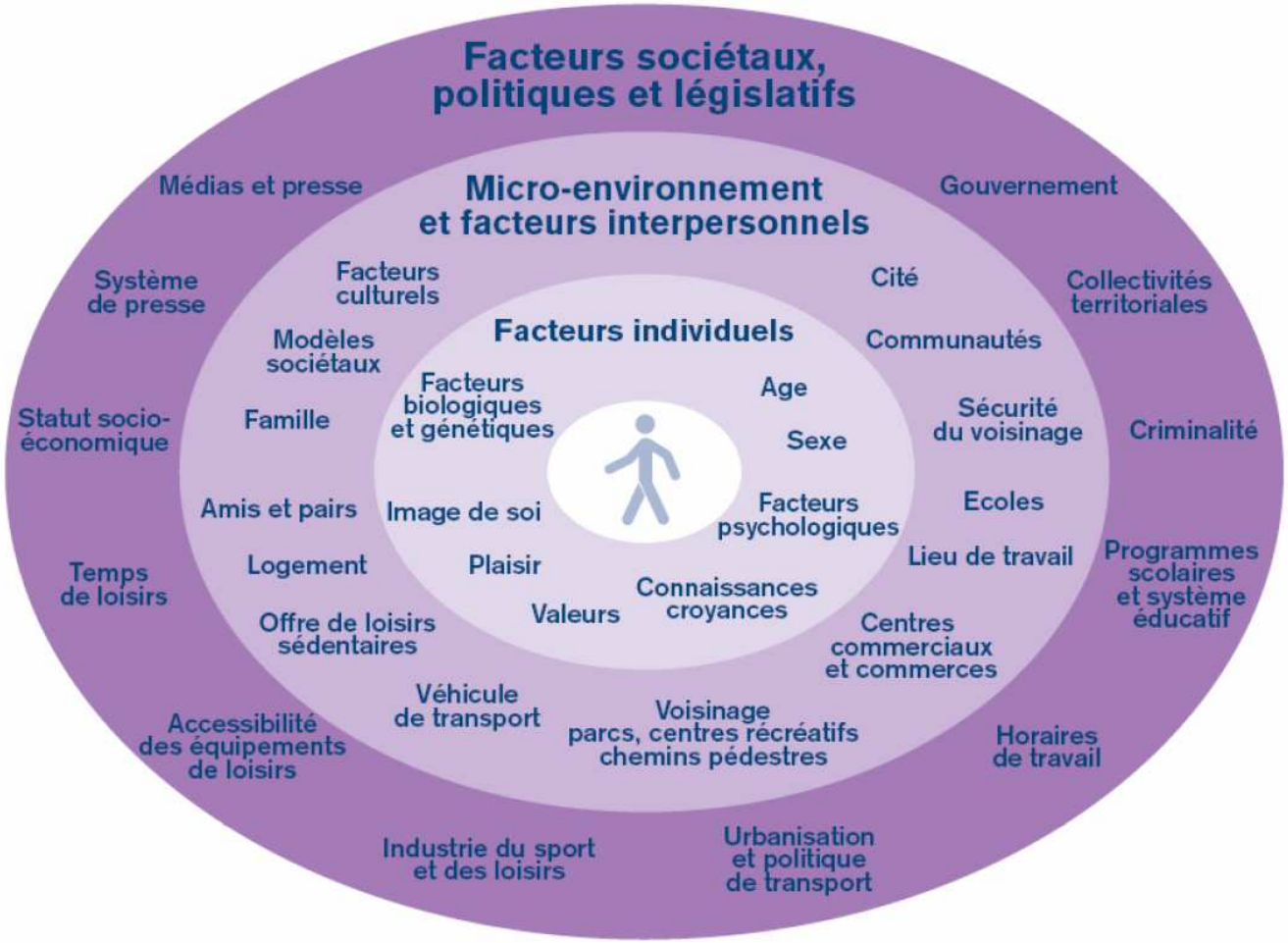
Déterminants individuels	Facteurs environnementaux		
	Environnement social	**Environnement bâti**	**Environnement naturel**
		Effets négatifs (exemples) : expansion des villes, centres commerciaux à la périphérie des villes, séparation géographique du logement, du travail, de l'école et des magasins induisant un recours accru aux déplacements motorisés…	-Topographie et géographie des villes et de ses environs : relief, forêts, paysages pour la randonnée, le ski, la luge…

Source : OMS, Bureau européen, « Promouvoir l'activité physique et la vie active en ville », 2006, traduction française en 2009 par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, p 4-5, tableau de synthèse réalisé par le CESR de Bretagne

1.3. Autre modèle multifactoriel figurant dans le rapport de Jean-François Toussaint

Dans le rapport du Professeur Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – PNAPS » (2008), un autre modèle systémique est proposé. On y trouve la plupart des déterminants cités dans ceux de « Kino-Québec » et de l'OMS, mais avec plus de détails et de complexité. A côté des facteurs individuels, il est fait état de facteurs liés au « micro-environnement » et aux relations interpersonnelles. Apparaissent aussi, dans un dernier cercle d'influence, les facteurs sociétaux, politiques et législatifs qui incluent des déterminants économique (ex : industrie du sport et des loisirs), professionnels (ex : horaires de travail) ou médiatiques (ex : système de presse). Le schéma de synthèse figure page suivante.

Figure 79. Modèle écologique des facteurs influençant l'activité physique et les comportements sédentaires



Source : Jean-François Toussaint, « Retrouver sa liberté de mouvement- PNAPS », 2008, schéma p 40, (d'après Booth SL, Nutr Rev ; 2001)

2. Kino-Québec

Kino-Québec (de *kinesis* signifiant mouvement en grec) est un programme national du gouvernement québécois visant à promouvoir, par une stratégie multifactorielle s'appuyant sur un comité scientifique, un mode de vie physiquement actif pour contribuer au mieux être de la population, en ciblant, en particulier les personnes les plus sédentaires.

Alors que certains pays occidentaux ne découvrent qu'aujourd'hui l'enjeu majeur de la lutte contre la sédentarité dans un but de santé publique, Kino-Québec est mis en œuvre depuis déjà une trentaine d'année (1978). Fort de cette longue expérience, sa maturité en fait aujourd'hui une référence internationale en même temps qu'une mine de bonnes pratiques et de stratégies éprouvées.

Cette bonne longueur d'avance du Québec se révèle particulièrement intéressante, comme nous allons le voir, dans le contexte actuel de la révision générale des politiques publiques (RGPP) de l'Etat en France, de la réforme territoriale et de la gouvernance du sport aux niveaux national et local en lien avec le mouvement olympique et sportif.

Quelle est l'origine de Kino-Québec, comment le programme a-t-il évolué au fil du temps ? Quelle est sa stratégie de gouvernance du national au local et réciproquement ? Quelles sont ses méthodes d'action ?

2.1. Kino-Québec : de la promotion du sport et des loisirs à celle d'un mode de vie physiquement actif dans un but de santé publique

Guy Thibault, chercheur à la Direction du sport et de l'activité physique du Ministère de l'Education, du Loisir et du Sport, du gouvernement du Québec, explique comment, d'un programme national axé sur la promotion du sport et des loisirs, Kino-Québec, a évolué vers une action relayée par les acteurs locaux dans le but de développer, dans la population, un mode de vie physiquement actif dans un but de santé publique[448]. Toute ressemblance avec certaines évolutions en cours actuellement en France serait bien sûr fortuite…

Au commencement donc, dans les années 1980, Kino-Québec, était un programme national de promotion des activités physiques et sportives de loisir rattaché au Ministère de l'Education, du Loisir et du Sport. On note au passage, eu égard au chapitre précédent portant sur l'éducation par le sport, que cette liaison ministériel de l'Education, du Loisir et du Sport est déjà en soi un axe de réflexion pour l'Etat français… Comment s'est opérée la transition vers la santé ?

Guy Thibault explique que c'est autant pour prendre en compte de nouveaux enjeux de santé publique que pour faire face à de nouvelles contraintes budgétaires de l'Etat que cette évolution est advenue : « Au cours des années quatre-vingt, le gouvernement du Québec, comme beaucoup de gouvernements, a réalisé qu'il fallait réduire les dépenses publiques et laisser à la société civile le soin de faire un certain nombre de choses. Il y a eu une coupe de 50% des budgets consacrés par l'Etat à Kino-Québec, peu avant la publication de rapports de recherches épidémiologiques qui ont montré jusqu'à quel point l'activité physique était importante pour la santé. Le réflexe qu'a eu Kino-Québec a été de s'associer avec le ministère de la Santé et des Services sociaux. Cela nous a amenés a rediriger le discours et à parler des bienfaits pour la santé de ces activités physiques et sportives dont

[448] Guy Thibault, intervention aux Entretiens de l'INSEP « Le sport, c'est la santé ? », Paris, 5-6 mai 2008. in Les Cahiers de l'INSEP, n° 41, 2008, pp 87 à 102

on faisait la promotion, et non plus seulement du plaisir rattaché à la pratique. Les moyens étaient déjà limités et ils sont devenus soudainement plus limités encore. Cela n'a pas empêché les gestionnaires de ce programme de mettre l'accent sur la crédibilité et la visibilité. »

En résumé, il a fallu « faire mieux avec moins », ce qui semble d'une certaine actualité en France et dans ses territoires en 2010. Comment le gouvernement québécois est-il parvenu à négocier ce virage avec succès ? En faisant faire par d'autres, ce qu'il ne pouvait plus faire lui-même, c'est-à-dire en mobilisant des partenaires locaux et privés, ce que Guy Thibault appelle les « relayeurs ».

Cette nouvelle gouvernance misant sur le partenariat est en effet apparue « comme la meilleure façon d'exploiter le peu de ressources financières que l'Etat était prêt à consentir, et parce que les partenaires potentiels se sont montrés très rapidement aptes à prendre le relais. Les municipalités ont constaté que c'était utile pour le bien-être de la population, de même que les conseils d'établissements et les dirigeants d'écoles. Les fédérations sportives se sont ajoutées à nos partenaires. On leur a dit : « Vous n'êtes pas là que pour la compétition et le haut niveau, vous avez également un rôle à l'initiation et à la récréation ». Les programmes de soutien de l'Etat ont été sensiblement modifiés pour inciter les organisations sportives à aller dans ce sens. »

Voilà donc comment, d'un programme du Ministère de l'Education, du loisir et du sport, Kino-Québec est devenu un programme de santé publique en association avec le Ministère de la Santé et des Services sociaux.

2.2. La gouvernance de Kino-Québec : rechercher les effets de levier en s'appuyant sur des « relayeurs locaux » et privés

Les modalités de gouvernance de Kino-Québec nous paraissant particulièrement instructives dans le contexte français actuel, tant au niveau national que territorial, nous en détaillons l'organisation et le fonctionnement.

Kino-Québec, nous l'avons dit, est devenu un service expert interministériel entre le Ministère de l'Education, du loisir et du sport (Direction du sport et de l'activité physique) et le Ministère de la Santé et des Services sociaux. La coordination nationale, composée d'une équipe de 4 personnes, s'appuie sur les travaux rigoureux d'un comité scientifique.

La stratégie et les programmes d'action de Kino-Québec sont relayés au niveau régional par 35 conseillers Kino-Québec. Ces conseillers travaillent au sein des 18 Agences régionales de la santé et des services sociaux. Le rôle de ces conseillers est de « réseauter, diffuser l'information, former et encadrer, convaincre les décideurs, etc. ». En effet, Kino Québec ne s'adresse pas directement à la population mais recherche les effets de leviers avec une « constellation » de programmes de promotion de l'activité physique et de partenaires : municipalités, « communautés », fédérations sportives, milieux scolaires et éducatifs, entreprises privées, etc. La kyrielle d'actions soutenues par Kino-Québec est à la fois descendante (« top-down ») et ascendante (« bottom-up ») : le programme soutient ainsi de nombreuses actions innovantes émanant du terrain.

Le budget annuel consenti par l'Etat pour Kino-Québec était de 1,6 millions d'euros. A cela, il faut ajouter les moyens financiers consentis par les très nombreux partenaires publics et privés. Par exemple, pour ses actions de communication, le programme québécois s'est associé avec une entreprise du médicament.

2.3. La stratégie multifactorielle ou « éco-environnementale » de Kino-Québec : du ciblage populationnel à l'action sur l'environnement

Jusqu'en 2005, la stratégie d'action de Kino Québec reposait sur le ciblage de certains groupes de population les plus sédentaires : jeunes, personnes âgées… Si l'action populationnelle demeure, le programme québécois s'est, depuis cette date, orienté vers le champ de l'action sur les milieux et environnements de vie des populations : environnement social, environnement physique, environnement organisationnel.

Comme l'explique Guy Thibault : « Notre intervention repose sur une stratégie éco-environnementale, expression un peu ronflante qui veut tout simplement dire qu'on cherche à amener les citoyens à être physiquement actifs en agissant sur l'environnement bâti, organisationnel et social, davantage qu'en essayant de convaincre à l'aide d'arguments théoriques. Il faut que leur environnement soit tel qu'il devient naturel de pratiquer des activités physiques ». Et de préciser : « On peut dire que l'activité physique est nécessaire mais on peut faire plus que cela : on peut faire bouger plus d'enfants et d'adolescents en aménageant de façon appropriée les cours d'école et en amenant les groupes de parents qui décident des activités autour de l'école (les conseils d'établissement) à réaliser combien il est important d'investir dans la promotion de l'activité physique »[449].

2.3.1. Exemple du « Défi 5/30 »

Un exemple d'action de Kino-Québec est le « Défi 5/30 » par lequel la population, y compris par le relai des familles, des municipalités ou des entreprises est invitée, au minimum 5 jours par semaine :

- à manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour ;
- à bouger au moins 30 minutes par jour ;

et, depuis 2009, à manger des céréales entiers, à se renforcer musculairement et à se relaxer.

Pour relever le « Défi 5/30 », les participants sont aidés par de nombreux conseils, tests et outils mis en ligne sur le site dédié : www.defisante530.com.

A l'issue du défi, les participants les plus exemplaires se voient remettre un prix et un diplôme, y compris les gagnants de défis inter-municipaux. En 2009, plus de 120 000 participants ont relevé le Défi 5/30 au Québec sur une population de 7,5 millions d'habitants. L'action est cofinancée par de nombreux partenaires publics et privés.

2.3.2. Exemple du concours « Ecole active » (Kino-Québec)

Cette action de Kino-Québec, qui ressemble beaucoup au programme EPODE français, vise à promouvoir à la fois des habitudes alimentaires saines et à favoriser les occasions d'être physiquement actif à l'école[450]. Les établissements scolaires lauréats se voient attribuer des bourses allant de 300 € à 1400 €. Le conseiller régional Kino-Québec est l'interlocuteur des écoles candidates. Cette action s'inscrit dans le cadre d'une stratégie plus large du gouvernement du Québec intitulée « Pour un virage santé à l'école »[451].

[449] Entretiens de l'INSEP, ouvrage cité, pp 89-91
[450] Voir le dépliant Kino-Québec « Pour une population plus active – L'école, un lieu de vie stimulant », consulté le 9 décembre 2009 sur : http://www.kino-quebec.qc.ca/publications/avisstrategiessyntheducation.pdf
[451] http://www.mels.gouv.qc.ca/sections/virageSante/, consulté le 9 décembre 2009

Recommandations de Kino-Québec pour des écoles actives, lieux de vie stimulants[452]

« Les chercheurs du domaine de l'activité physique sont unanimes : pour lutter contre l'abandon progressif de la pratique d'activités physiques, il faut mettre en place un vaste éventail d'actions dans tous les milieux de vie des jeunes, soit l'école, la famille et la communauté. Il est bon de rappeler que les enfants et les adolescents devraient être physiquement actifs tous les jours ou presque. La qualité de l'environnement offert à l'école est donc déterminante, car c'est souvent en milieu scolaire que les jeunes ont la possibilité de vivre des expériences positives en ce qui concerne la pratique d'activités physiques et sportives.

• Augmenter les occasions de pratique d'activités physiques en misant sur la participation plutôt que sur la victoire, et en adaptant les activités au niveau d'habiletés des jeunes.
• Structurer les récréations de façon à permettre aux jeunes du primaire de mettre en pratique les compétences acquises dans les cours d'éducation physique.
• Élargir la gamme d'activités récréatives offertes sur l'heure du midi et après les heures de classe. Utiliser le terrain et les installations extérieures pour y organiser des activités.
• Offrir de la formation et du soutien à de jeunes leaders afin qu'ils prennent en charge l'organisation et l'animation de certaines activités physiques.
• Favoriser les ententes de partenariat avec le milieu municipal, communautaire et associatif afin d'augmenter le nombre d'occasions d'être actifs physiquement.
• S'associer au milieu municipal afin de permettre aux jeunes de se rendre à l'école à pied ou en vélo de façon sécuritaire.
• Suggérer aux professeurs de français, de mathématiques et d'anglais de choisir des thèmes liés à l'activité physique et au sport. »

A travers ces recommandations, nous voyons le lien qu'il faut établir entre l'éducation par l'activité physique, dont le sport, et l'éducation à la santé. Nous reviendrons sur ce point, mais il nous semble que pour ce nouvel enjeu de santé publique qui consiste à lutter contre la sédentarité des enfants et des jeunes par l'activité physique et une alimentation saine, il est important de fédérer les acteurs de l'éducation par le sport et ceux de l'éducation à la santé dans l'intérêt supérieur des enfants et adolescents.

Ainsi, dans la nouvelle Agence régionale de santé de Bretagne, les responsables du plan régional de prévention par les activités physiques (PRAPS Bretagne) devraient co-construire une stratégie de promotion de l'activité physique chez les enfants et adolescents réunissant au moins les autorités sanitaires, sociales, scolaires, éducatives, sportives, y compris des représentants des collectivités locales, des parents et des familles, et, pourquoi, pas des représentants de jeunes (ex : Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne). Sans oublier les représentants des acteurs de l'aménagement urbain et rural des territoires ainsi que de l'environnement (Plan régional santé-environnement).

Et pourquoi ne pas étudier la possibilité de créer un poste de conseiller « Kino-Bretagne » au sein de l'ARS qui serait en lien avec les animateurs et réseaux territoriaux de santé ?

2.3.3. Filles et femmes

Le programme Kino-Québec développe également de nombreuses actions et campagnes spécifiques en direction des filles, adolescentes et femmes. Par exemple, on peut citer la campagne « Les filles, c'est pas pareil » ou « Active pour la vie – Activité physique et grossesse ».

[452] Source : dépliant Kino-Québec « Pour une population plus active – L'école, un lieu de vie stimulant », référence citée ci-avant

3. « Kino-Bretagne » : pour un Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive en Bretagne à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux

Le CESR de Bretagne propose également d'appliquer et d'adapter aux spécificités régionales de la Bretagne, notamment populationnelles et territoriales, le Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS) proposé dans le rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – PNAPS » (2008).

Compte tenu de l'enjeu majeur de santé publique consistant à promouvoir des modes de vie physiquement actifs et de la dimension multifactorielle de la stratégie à déployer, le CESR de Bretagne suggère d'élaborer et de mettre en œuvre en Bretagne le premier Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive en Bretagne. L'enjeu est de faire de la Bretagne une « région active » par référence aux « villes actives » labellisées par l'Organisation mondiale de la santé et le Plan national nutrition santé français (PNNS).

Sachant qu'elle est déjà l'une des premières régions sportives, et même la première si l'on considère la proportion de licenciés sportifs dans la population, elle pourrait, par un Plan régional de prévention par les activités physiques et sportive (PRAPS) devenir, pourquoi pas, l'une des premières régions actives de France. Par référence à l'expérience exemplaire du Québec, et même si les situations régionales et institutionnelles ne sont pas comparables, ce plan pourrait être baptisé « Kino-Bretagne », car les enjeux de santé publique sont les mêmes, sauf peut-être… les recommandations de « Kino-Québec » pour bouger pendant le rude hiver canadien !

Parce que cette stratégie est à inclure dans la dimension sociale et humaine du développement durable, le CESR de Bretagne propose qu'elle soit systématiquement intégrée dans les Agendas 21 territoriaux, dont celui de la Région Bretagne, selon ses compétences, moyens et politiques.

Il n'est pas possible ici de reprendre, dans le détail, toutes les propositions du rapport de Jean-François Toussaint auquel nous recommandons au lecteur de se reporter directement. Celles-ci constituent, même sous forme sélective, les solides fondations de nos propositions. D'autres préconisations viendront parfois les compléter lorsque les auditions et recherches menées pour la présente étude le permettent.

Pour les acteurs qui auront à co-construire -et mettre en œuvre de manière concertée- le premier PRAPS de la Bretagne intégré au futur Plan régional de santé, en cohérence avec les autres plans régionaux tels que le Plan régional santé-environnement et le Plan régional nutrition santé, ces suggestions du CESR, dont l'essentiel, nous l'avons dit, sont la reprise des recommandations du rapport Toussaint, pourraient peut-être constituer une future base de discussion et de travail.

Pour cela, dans le cadre de la stratégie multifactorielle et multi-acteurs à engager, nous proposons de conjuguer plusieurs approches dont chacune est en interaction dynamique avec l'autre : environnementale, populationnelle, professionnelle, cognitive, formative et organisationnelle (gouvernance).

S'agissant des moyens financiers à dégager pour la mise en œuvre du PRAPS, aucune ressource n'est à exclure a priori comme le montre l'exemple de Kino-Québec, notamment celles émanant des partenaires et entreprises privées. Dans tous les cas, les dépenses induites par « Kino-Bretagne », dans une optique de prévention santé à moyen et long terme, sont à considérer comme des investissements et non comme uniquement des charges nouvelles pour la collectivité.

Le CESR Bretagne suggère que le chef de file du PR-APS, « Kino-Bretagne », soit l'Agence régionale de santé. Elle pourrait être en lien avec le Rectorat, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale et le CROS Bretagne. Les collectivités locales volontaires ainsi que des acteurs privés intéressés, y compris économiques, pourraient y être associés (voir schéma de gouvernance à la fin du chapitre).

Enfin, il nous parait essentiel, en guise de préambule, de poser clairement le principe du respect absolu des libertés individuelles et de la recherche de l'amélioration de la qualité de la vie pour tous. Le souci de la lutte contre les inégalités de santé qu'elles soient populationnelles, environnementales, territoriales ou autres, est transversal à l'ensemble de ces propositions.

3.1. En préambule : d'abord respecter les libertés individuelles et améliorer la qualité de la vie pour tous en luttant contre les inégalités de santé

3.1.1. Respecter les libertés individuelles et se libérer des chaînes de la sédentarité

Le PRP-APS Bretagne, pas plus que le PNAPS national, n'a vocation a devenir un instrument de contrainte envers les populations pour « forcer » les gens à bouger contre leur volonté. La promotion de l'activité physique, dont le sport, par les acteurs publics ou privés, ne peut s'entendre que dans le respect des libertés individuelles. S'il est souhaitable, comme nous l'avons vu, de lutter contre la sédentarité préjudiciable à la santé des personnes, cela doit se faire dans le respect des choix, de la volonté, des désirs et aptitudes de chacun.

En résumé, il ne saurait être question de pallier le fardeau de la sédentarité par l'instauration, fût-elle bienveillante, d'une dictature de l'activité physique et sportive pour faire le bonheur et la santé des gens malgré eux, en les protégeant, en quelque sorte, contre eux-mêmes.

Ce point est fondamental dans une démocratie et une République attentive au respect des libertés et droits fondamentaux. Si ceux-ci étaient négligés, il faudra sans doute s'attendre, de la part de la population, à un rejet massif des politiques publiques de prévention et de promotion de la santé par les activités physiques et sportives.

Le Plan national nutrition santé rappelle d'ailleurs ce préalable fondamental du respect des libertés individuelles, tout comme Jean-François Toussaint dont on mesure alors la portée du titre : « Retrouver sa liberté de mouvement ».

Ce principe de liberté étant posé, il faut aussi s'interroger sur la question de savoir si, à partir d'un certain niveau de sédentarité, les individus ne deviennent pas victimes de ses conséquences négatives. Le titre du rapport Toussaint pourrait ainsi avoir un autre sens : notre liberté de mouvement est entravée par l'excès de mécanisation et de numérisation de la force humaine, il faut se libérer des chaînes matérielles et immatérielles de la sédentarité.

L'enjeu devient alors de susciter une prise de conscience collective et individuelle de modes de vie et d'environnements qui ont fini, à force d'artificialisation et de mécanisation, par banaliser l'aliénation de la force physique et de l'énergie du corps humain ; pour le meilleur - la réduction de la pénibilité physique de nombreuses activités humaines – mais aussi pour le pire – excès pondéral dont l'obésité, diabète, maladies cardio-vasculaires, cancers, mal-être du corps et de l'esprit, atteintes à l'environnement préjudiciables à la santé humaine, etc.

3.1.2. Bouger et se bouger librement pour améliorer la qualité de vie

« Bouger plus » ne fonde pas un projet de société et, sauf addiction à l'exercice physique, encore moins un projet de vie. L'activité physique n'est pas une fin en soi. L'enjeu est bien de promouvoir les activités physiques, dont la pratique sportive, qui contribuent, même modestement, à une meilleure qualité de vie collective et à l'amélioration du bien-être personnel et collectif dans un esprit de citoyenneté et de responsabilité.

A contrario, ce postulat exclut les activités physiques ou les pratiques sportives qui n'auraient pas pour finalité essentielle l'épanouissement de la personne humaine, quels que soient son âge ou ses aptitudes ; celles qui porteraient atteintes à l'intégrité physique ou psychique des individus en instrumentalisant leur activité physique ou sportive à des fins autres que citoyennes, humanistes ou sportives ; celles qui ne reposeraient sur aucun projet éducatif.

3.1.3. Lutter contre les inégalités de santé qui découlent, le plus souvent, d'inégalités sociales, économiques et culturelles

Nous l'avons vu dans notre état des lieux sur l'activité physique et les pratiques sportives : celles-ci sont souvent le miroir d'inégalités sociales, économiques et culturelles.

Comme le prévoit le programme canadien Kino-Québec et selon les recommandations du rapport Toussaint, la prévention par l'activité physique et sportive devrait prioritairement cibler les populations les plus sédentaires et leurs milieux de vie, car ce sont elles qui bénéficient le moins des bienfaits pour la santé des activités physiques ou sportives : milieux sociaux défavorisées et leur enfants, adolescentes et femmes, personnes malades, âgées ou en situation de handicap…

L'étude « Bien vieillir » du CESR de Bretagne (2007) soulignait déjà que la perte d'autonomie motrice des personnes vieillissantes réduisait de fait leur mobilité et donc, leurs relations sociales. Il en va de même pour toute personne, quel que soit son âge, dont la liberté de mouvement est entravée.

Lutter contre la sédentarité et promouvoir un mode de vie physiquement actif, c'est-à-dire à la fois la possibilité, le goût et le fait de bouger régulièrement au quotidien, n'est donc pas seulement un enjeu de santé publique, c'est aussi un enjeu de lutte contre les inégalités sociales qui sont à la source d'inégalités de santé. Nous reviendrons, plus loin sur cette notion primordiale d'égalité d'accès de tous aux bienfaits de l'activité physique et du sport.

3.1.4. Surtout ne pas oublier la notion de plaisir

Pour que la promotion de l'activité physique ou sportive ne soit pas perçue et vécue comme une contrainte externe, comme une « injonction thérapeutique » ou, pour reprendre un langage juridictionnel, comme une « obligation de soin » à des malades bien portant qui s'ignorent, c'est *le plaisir* de bouger et de faire du sport qu'il faut d'abord stimuler chez les personnes qui n'atteignent pas les recommandations en termes de niveau d'activité physique favorable à la santé, soit, quand même, plus de la moitié de la population française.

Par exemple, nous y reviendrons plus loin, si on veut encourager les usages de la mobilité douce, tels que la marche ou le vélo, il faut aussi que le piéton ou le cycliste y trouvent de la sécurité et du plaisir. Les voies cyclables seront d'autant plus fréquentées qu'elles seront sécurisées en site propre et qu'elles traverseront un environnement naturel et bâti agréable. Prendre l'escalier au lieu de l'ascenseur sera d'autant plus plaisant si la cage d'escalier est agréable, bien éclairée, sécurisée, propre et désodorisée…

Comme dans certains régimes de sevrage alimentaire ou tabagique, les changements de comportements sont d'autant plus durables que les individus découvrent ou redécouvrent certains plaisirs associés à ces derniers. Est-ce à dire qu'il y aurait une addiction à la sédentarité ? A notre avis, cette question mériterait autant d'être approfondie que celle portant sur l'existence éventuelle d'une addiction à l'exercice physique ou au sport[453].

Faire découvrir -ou redécouvrir- à toutes celles et tous ceux qui en sont le plus éloignés – comme aux autres-, la possibilité, la liberté et le plaisir de bouger régulièrement, y compris par la pratique sportive, dans un environnement social, bâti ou naturel propice, stimulant et agréable à vivre, telle pourrait être l'une des ambitions de Kino-Bretagne.

3.2. Approche environnementale : aménager, sécuriser et agrémenter des cadres de vie bâtis et naturels favorisant l'activité physique au quotidien

Après ce préambule, nous avons choisi de commencer par l'approche environnementale de l'activité physique et du sport. Comme signalé lors la présentation de Kino-Québec, cet axe stratégique est l'un des plus innovants parce que sans doute l'un des plus négligés.

En effet, le plus souvent, on observe que les interventions publiques, telles que celles par exemple de l'Etat à travers le Centre national de développement du sport (CNDS), ciblent davantage certains groupes de population (femmes, jeunes, personnes âgées, personnes en situation de handicap…) que leurs milieux de vie.

Cette approche populationnelle, que nous développerons dans le point suivant, est aussi nécessaire que complémentaire tant les possibilités d'accès aux bienfaits des pratiques physiques et sportives sont inégalement réparties dans la population, mais elle ne semble plus suffisante pour promouvoir une activité physique régulière favorable à la santé du plus grand nombre. Il est en effet des environnements qui stimulent et favorisent cette dernière comme d'autres qui la découragent.

Les sports de nature, qui sont bien sûr à prendre en compte dans une approche environnementale, - en milieu rural comme urbain - font l'objet d'un développement dans la partie consacrée au développement territorial durable. Enfin, les environnements social et organisationnel sont abordés dans les points suivants (approche populationnelle et gouvernance).

A partir des recommandations du rapport Toussaint, de Kino-Québec, de l'OMS[454], et de celles issues des recherches et auditions du CESR de Bretagne, nous verrons donc comment il est possible de mieux penser, aménager, sécuriser et agrémenter les cadres de vie bâtis et naturels dans le but de favoriser la pratique régulière par toutes et tous d'une activité physique favorable à la santé, dont la pratique sportive. Les propositions qui suivent portent donc principalement sur *l'environnement physique aménagé ou à aménager*, qu'il soit bâti ou naturel. Elles portent aussi sur la mobilité multimodale, notamment les déplacements doux (marche, vélo, skate, roller, poussettes, fauteuils roulants…), des populations au sein et entre ces espaces aménagés.

Si l'espace rural n'est pas oublié, la majorité des préconisations qui suivent concernent essentiellement l'espace urbain et la relation entre urbanisme, activité physique et santé. Ceci dit, ces espaces et leurs modes de vie étant souvent entremêlés, la plupart des

[453] voir chapitre précédent
[454] notamment à partir de l'ouvrage : OMS Europe « Promouvoir l'activité physique et la vie active en ville – le rôle des autorités locales », 2006, traduction française 2009 par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports.

recommandations s'appliquant à la ville sont aussi valables pour les villages, et pour ce qui concerne la Bretagne, en Armor comme en Argoat.

Les communes et leurs groupements (intercommunalités), collectivités de proximité, sont les premiers acteurs concernés. Indirectement, le sont aussi tous ceux qui ont des relations réglementaires ou contractuelles avec ces derniers, en particulier lors des opérations de planification, de construction et d'aménagement urbain ou rural. A ce titre, comme nous le verrons, la Région Bretagne, selon ses moyens et compétences, est aussi concernée.

3.2.1. Urbanisme et santé : de la lutte contre l'insalubrité à la promotion d'un mode de vie physiquement actif

Comme le souligne souvent le réseau des Villes santé de l'OMS, la relation entre urbanisme et santé est ancienne. L'aménagement maîtrisé des villes a permis, par les progrès continus de l'hygiène publique, de faire reculer de nombreuses maladies et il semble aujourd'hui admis que, ce faisant, il a été l'un des éléments contribuant à l'augmentation de l'espérance de vie des populations. Jean-François Toussaint rappelle ainsi que « les relations entre santé et environnement construit sont à l'origine même de la naissance de l'urbanisme en tant que discipline professionnelle. Ce sont en effet les enquêtes épidémiologiques sur les quartiers insalubres à la fin du XIXème siècle qui ont conduit à édicter les premières règles hygiénistes (éclairage, circulation de l'air, distribution des eaux potables, évacuation des eaux usées,…) cadrant le développement urbain ».

Il souligne de nouveaux enjeux posés à l'aménagement des villes qui vont bien au-delà aujourd'hui, de la lutte contre l'insalubrité publique : « L'aménagement du territoire en tant que lieu de convergence de politiques sociales, environnementales et économiques est à considérer comme un facteur déterminant en matière de santé publique. Aux préoccupations toujours actuelles d'un air pur et d'une eau propre, s'ajoute une nécessité de dépense énergétique, que notre environnement moderne a largement rendue superflue par un aménagement trop largement basé sur la mobilité motorisée. Ainsi, les obstacles de tous ordres que rencontrent piétons et cyclistes, les facilités offertes aux automobilistes, les distances toujours plus grandes entre logement, travail, enseignement et loisirs, ont largement contribué à la sédentarité des populations ».

Pour progresser dans cette voie, l'environnement immatériel est autant à prendre en compte que les facteurs matériels : « Rendre nos villes et nos villages plus accueillants pour les modes de déplacements doux nécessitera certes des aménagements physiques, mais exigera surtout de vaincre quelques résistances institutionnelles, légales et psychologiques ». Par ailleurs, si l'environnement peut favoriser l'activité physique, nous avons vu que les déterminants sont multifactoriels pour induire des changements durables de comportement dans la population générale.

Jean-François Toussaint insiste aussi sur la nécessité d'une stratégie impliquant tous les niveaux de la décision publique, de l'Etat aux collectivités locales, et « toutes les disciplines qui façonnent notre cadre de vie : urbanisme, équipement, transports, espace public ». D'où l'importance, nous le reverrons plus loin, d'une approche et d'une gouvernance territoriale intégrée de l'urbanisme, de l'environnement de l'activité physique et de la santé, comme c'est le cas, par exemple dans le Plan régional santé environnement (Cf. volet « Bouger, se détendre » du PRSE 2 en Bretagne[455]).

Enfin, les actions proposées par l'auteur du rapport « Retrouver sa liberté de mouvement » sont attentives aux inégalités et différences de situation entres les habitants. Elles sont « conçues de manière à prendre en compte les besoins de l'ensemble des usagers, quel que soit leur âge, leur état de santé ou leur handicap ».

[455] version projet 12/2009

3.2.2. Propositions pour l'aménagement d'environnements proactifs en Bretagne à partir des recommandations du rapport Toussaint

Le rapport Toussaint fait plus de 80 propositions sur ce seul sujet. Il ne sera pas possible de toutes les reprendre ici et pourtant les liens entre elles sont nombreux. Nous repartons ici des principales préconisations, en en détaillant certaines plus que d'autres et, parfois, en les complétant d'autres sources ou commentaires fruits des recherches et auditions du CESR de Bretagne. La reprise sélective du texte original du rapport du Professeur Toussaint figure entre guillemets[456].

3.2.2.1. Aménager l'environnement construit urbain

Nous reprenons ici la recommandation formulée, puis sa justification et quelques exemples d'action sous forme de tableau.

A) « Aménager les espaces publics de manière à les rendre favorables aux activités physiques »

Justification	Exemples d'action
« L'aménagement des rues, des parcs, des squares, favorise la marche à pied. Les études montrent que plus un environnement est adapté à la marche piétonne (« marchable »), plus les gens marchent. »	« Rendre les rues adaptées à la marche, agréables et sans obstacles »
	« Rendre possible par des aménagements simples (chemins avec escaliers, zones de jeu de ballon pour les enfants…) dans les parcs de quartier, des activités physiques spontanées de proximité. Des installations plus élaborées favorisant les activités sportives peuvent aussi être installées (paniers de basket, buts de handball…). »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau et sélection CESR Bretagne. Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

[456] Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – PNAPS », 2008 – pp 203-232. Lorsque le texte est coupé nous ajoutons (…) entre les guillemets.

B) « Favoriser les modes de déplacement actif en aménageant les centres villes, les traversées d'agglomération et, d'une façon générale, l'ensemble des rues, pour les rendre plus sûres et plus conviviales »

Justification	Exemples d'action
« le partage de l'espace entre les différents modes de déplacement traduit les priorités et les valeurs d'une société. C'est un moyen important d'affirmer le souci de favoriser l'activité physique de chacun. 1/ Le vélo est une excellente forme d'activité physique, mais n'est pas sans risque au milieu des autres formes de déplacement (…) 2/Le trottoir est un monde « entre deux » ; il n'y a pas vraiment de code du trottoir, il n'est pas surveillé par la police, ni, le plus souvent, entretenu par la voirie. L'entretien du trottoir est souvent fait de manière accessoire. Cet espace subit des pressions avec une tendance à l'envahissement par les privés (étalages, publicité, journaux, etc.) et par les moyens de déplacement roulants ou en stationnement (motos, voitures, vélos). Le trottoir est un champ de tensions dans lequel le piéton doit trouver son chemin. »	Créer et sécuriser des pistes et bandes cyclables
	Créer des places de stationnement abritées, sécurisées et accessibles
	« Assurer la continuité des réseaux piétons et cyclables »
	« Multiplier les traversées piétonnes sécurisées (…) »
	« Veiller à la suppression des obstacles sur les trottoirs pour permettre une libre circulation des personnes à mobilité réduite »
	« Assurer un éclairage de qualité (…) » pour les piétons et les cyclistes
	« Limiter les la vitesse des voitures (zone 30km/h) (…) »
	« Agrémenter les zones piétons de bancs pour permettre aux plus âgés des déplacements à pied avec des zones de repos assurées, le long des parcours »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232 - Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

C) « Aménager les zones d'habitation, lieux de vie pour favoriser les déplacements à pied »

Justification	Exemples d'action
« La proximité de parcs favorise la marche de loisirs. La proximité de commerces et services favorise la marche utilitaire ».	« Favoriser l'accessibilité à pied ou à vélo des commerces ou services. Créer des passerelles, des passages protégés, des zones sans voiture. »
	« Favoriser l'implantation de commerces et services de proximité »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232 - Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

D) « Aménager des parcours de promenade pour tous »

Justification	Exemples d'action
«L'aménagement des parcours permet de multiplier les occasions de bouger dans son environnement proche et de retrouver l'envie de marcher »	« Rendre agréables les zones de marche »
	« Sécuriser les zones de marche pour que les parents puissent réellement se détendre sans devoir en permanence surveiller leurs enfants »
	Aménager les parcours pour l'accessibilité des personnes à mobilité réduite et/ou en situation de handicap (sol roulant, repères visuels, bancs et aires de repos…)
	« Agrémenter les parcours de marche par de la végétation ou des informations attractives (panneaux explicatifs d'un monument ou d'un élément naturel, exposition temporaire, point de vue, mobilier extérieur original) »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

E) « Multiplier les parcours de marche pour en rendre l'accès facile »

Justification	Exemples d'action
«La difficulté d'accès à un lieu de marche en limite fortement son utilisation par tous. Nombres de lieux de promenade nécessitent un déplacement automobile préalable et en interdisent donc l'accès aux personnes âgées ou handicapées seules. De même que la distance entre les lieux de vie et ces zones de promenade impose que l'on dispose d'un temps important pour s'y rendre, marcher et revenir à son point de départ »	« Créer des parcours démarrant à proximité des maisons de retraite et établissements pour personnes âgées, avec la possibilité d'écourter fortement le parcours »[457]
	« Créer des parcours à proximité des entreprises qui favoriseront la marche au moment de la pause méridienne, avec des zones pour des déjeuners de plein air. »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets.Coupures signalées par (…)

[457] D'une manière générale, ces parcours pourraient concerner les abords de tous les établissements sanitaires et médico-sociaux hébergeant des personnes à mobilité réduite (ex : foyer de vie pour personnes handicapées)

F) « Aménager les abords immédiats des immeubles de manière à ce que les enfants puissent sortir seuls »

Dans ce paragraphe du rapport Toussaint est cité le Dr Marco Hüttenmoser[458], urbaniste Suisse, qui résume bien l'enjeu de faire des espaces urbains - et des rues notamment - des lieux sûrs et accueillants pour les enfants : *« Laisser les voitures en liberté, c'est mettre les enfants en cage »*. En ce domaine, les bonnes pratiques de la ville de Delft aux Pays-Bas sont souvent citées, en particulier par l'organisme de l'UNICEF « Child friendly cities » (« Villes amies des enfants ») dont le site Internet offre de nombreux conseils[459] aux urbanistes et aménageurs locaux intéressés par le sujet, l'idée étant qu' « une ville amie des enfants est une ville amie de tous », et particulièrement des personnes à mobilité réduite (personnes âgées, personnes en situation de handicap, enfants en poussettes…)[460].

Ces réflexions sur des espaces urbains pro-enfants et vivables pour tous sont à la base de nouveaux modes de partage de la rue , le piéton et le cycliste devenant la règle et la voiture l'exception, sorte de révolution copernicienne en quelque sorte : « Home zones » britanniques, « Cours urbaines » néerlandaises, « Zones de rencontre » suisses ou allemandes (ex : Quartier Vauban de Fribourg-en-Brisgau) … Ces innovations urbaines suscitent d'ailleurs l'intérêt d'un nombre croissant de collectivités locales en France.

[458] Dr Marco Hüttenmoser, chercheur, Kind und Umwelt (Centre de recherche et de documentation sur l'enfant et son environnement, Suisse)
[459] http://www.childfriendlycities.org/ et en France, en association avec l'Association des maires de France : www.villesamiesdesenfants.com
[460] Sur le sujet, voir le compte-rendu du colloque « Childstreet2005 » dont la synthèse est disponible sur le site du CERTU : www.certu.fr , consulté le 10 décembre 2009. Photo ci-contre issue de cette synthèse : panneau de signalisation de « zone de rencontre » à Berne en Suisse. Il manque sans doute un vélo sur cette pancarte…

Figure 80. Exemple de « Cour urbaine » à Delft, aux Pays-Bas

Source : Photo, Dan Burden. Colloque « Childstreet2005 », août 2005, Delft, Pays-Bas
Photo extraite de la synthèse « Evolution des rues à vivres dans quelques villes européennes », Amarcande, CERTU

Un autre élément nous apparaît devoir être pris en compte, une dimension immatérielle de l'urbanisme, c'est-à-dire la culture et les comportements des habitants qui peuvent varier fortement d'un pays à l'autre. Par exemple, on peut émettre l'hypothèse que la création d'une « zone de rencontre » sera sans doute plus sûre pour les enfants dans un pays où déjà, la grande majorité des automobilistes ont l'habitude de s'arrêter pour laisser les piétons traverser la rue. Pour les autres, le pari semble plus risqué et des mesures plus contraignantes doivent sans doute être envisagées pour restreindre l'incivisme et l'imprudence de certains conducteurs de véhicules motorisés, en premier lieu les automobilistes.

Ainsi, pour les usagers vulnérables, tels que les enfants, ces zones de rencontre ne doivent pas devenir des « zones de mauvaises rencontres » : accidents, risques d'agression ou d'enlèvement[461]… Que ces risques soient réels ou ressentis par les parents, ils sont très importants à prendre en compte si l'on veut développer l'activité physique ou sportive des enfants, ou d'autres personnes vulnérables tels que les personnes âgées, à proximité immédiate de leurs domiciles.

Il ne suffit pas de refaire la surface, les trottoirs, la réglementation, la signalisation, etc., d'une rue pour induire un mode de vie physiquement actif chez ses habitants : la prise en considération de la sécurité réelle et du *sentiment* de sécurité de tous les habitants, de tous âges et de toutes conditions, est tout aussi importante. Dans les rues, zones où quartiers où ce sentiment d'insécurité domine, l'installation de caméras de vidéosurveillance ou de mini-radars automatiques, de même qu'une présence policière régulière et bienveillante peut favoriser la réappropriation physique et psychologique de la rue par les habitants, notamment par les plus exposés ou se considérant comme tels.

[461] voir les travaux du Pr Roger Mackett, University College London

L'enjeu de ce nouveau partage démocratique d'un espace urbain à vivre - pour tous- est aussi un enjeu de qualité de vie, de développement social, et pour le sujet qui est le nôtre dans cette première partie, de santé publique. Pour retrouver sa liberté de mouvement et promouvoir des modes de vie physiquement actifs dans la population, il faut, chaque fois qu'une solution alternative est possible, renverser la domination urbaine des véhicules motorisés pour y substituer une nouvelle approche démocratique d'espaces urbains de proximité accessibles, sécurisés et agréables pour tous, notamment pour les personnes les plus vulnérables, comme les enfants ou les personnes à mobilité réduite.

A noter que l'Union européenne, en 2002, s'est penchée sur cet enjeu d'un urbanisme favorable à la liberté de mouvement, à la santé et aux droits des enfants, en publiant un document intitulé : « Villes d'enfant, villes d'avenir »[462]. Dans la préface de l'ouvrage, on peut lire cette phrase de Margot WALLSTRÖM, Membre de la Commission européenne, responsable de l'environnement : *« Je pense que nous devons créer un environnement respectueux des enfants, car ce sont les futurs gardiens du milieu ambiant et les responsables de demain. Ce qui est bon pour nos enfants est bon pour la société et la planète ».*

Justification	Exemples d'action
«Les études montrent que, plus les enfants peuvent sortir, moins ils restent devant la télévision, plus la prévalence de l'obésité diminue »[463]	« Ecarter le stationnement des voitures devant les entrées d'immeubles »
	« Proposer des zones sans voiture et sécurisées le long des immeubles d'habitation pour permettre aux jeunes enfants de jouer sans être confrontés aux voitures, tout en restant sous la vigilance des parents »
	« Transformer le parking le plus proche, chaque mercredi après-midi pendant que nombre d'adultes sont à l'extérieur avec leur voiture pour en faire une zone momentanée de jeu à destination des enfants »
	« Mettre des ralentisseurs à proximité des entrées d'immeubles pour que les enfants ne soient pas confrontés à des passages de voitures rapides »
	« Détourner le flux de voitures de passage, des zones de jeux »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne. Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

[462] http://ec.europa.eu/environment/youth/original/air/kids_on_the_move_fr.pdf, consulté le 11 décembre 2009
[463] Pour un exemple d'étude, voir les travaux du Professeur Roger Mackett, University College London, présentés ci-avant.

G) « Aménager et équiper les cours de récréation et les zones de jeux »

Pour cette préconisation du rapport Toussaint, il faut aussi souligner certains obstacles juridiques et psychologiques à surmonter. Les structures de jeux ludiques ou sportifs sont soumises à des normes de sécurité strictes et évolutives. Leur entretien et leur surveillance engage la responsabilité des Maires et des chefs d'établissement scolaire en cas d'accidents dont la couverture par des assurances n'est pas toujours … très rassurante. Pour développer l'activité physique spontanée et libre des enfants à l'école ou sur les aires de jeux extérieurs, ces freins puissants sont un défi.

L'enjeu de la santé publique des enfants par l'activité physique ou sportive vaut que ce défi soit relevé collectivement, y compris sans doute par une plus grande acceptation du risque de la part de certains parents procéduriers.

A signaler, sur ce thème de l'école, de l'activité physique et de la santé, l'existence du Réseau européen « Ecoles-santé » soutenu par le Conseil de l'Europe, la Commission européenne et le Bureau régional de l'OMS pour l'Europe : http://www.schoolsforhealth.eu/.

Justification	Exemples d'action
« Un traçage au sol correspondant à différentes types d'activité (jeux de balle ou de ballon, marelle…) permet à chacun de trouve sa place dans cet espace et éviter qu'une seule activité de ballon, en se mettant au centre, ne mobilise tout l'espace de jeux, excluant les autres enfants. La mise en place d'équipements ludiques dans les cours de récréation favorise des « récréations actives »	« Dessiner sur le sol des cours de récréation des zones de jeux en utilisant de façon optimale tout l'espace »
	« Equiper les zones de jeux en jeux simples libres d'accès »
	« Mise à disposition des cours d'école pour des activités physiques (sportives, ludiques) en dehors des horaires scolaires »[464]

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne. Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

H) « Aménager les zones communes de circulation intérieure » des bâtiments

Justification	Exemples d'action
«Rendre agréables les zones communes des habitats collectifs et notamment les cages d'escaliers, développe l'envie de marcher et favorise leur utilisation. L'aménagement intérieur des bâtiments influence aussi le niveau d'activité physique à l'extérieur »	« Dégager l'accès aux escaliers qui doivent être bien en vue, bien éclairés et aérés. Orienter vers l'escalier avant de voir l'ascenseur »
	« Rendre agréable les escaliers : propreté, peinture de qualité, affichage… »
	« Afficher l'intérêt de l'utilisation des escaliers sur le bien-être et la santé »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne. Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

[464] Rapport Toussaint, p 227

I) « Rénovation urbaine »

Le rapport Toussaint recommande ici de rechercher à promouvoir la mobilité active lors des grandes opérations programmées de rénovation urbaine des quartiers (Agence nationale de rénovation urbaine – ANRU), tant par des aménagements proactifs que par la présence d'encadrants des activités physiques ou sportives.

La Région Bretagne qui contractualise avec l'ANRU sur certains programmes, pourrait peut-être, selon ses moyens et compétences, faire valoir cette dimension «rénovation active », lorsqu'elle est associée aux projets d'urbanisme.

3.2.2.2. Aménagement de l'environnement construit *rural*

Le rapport Toussaint propose aussi d'aménager l'environnement construit des espaces ruraux afin d'y promouvoir les activités physiques et sportives. Pour cela, il souligne que la plupart des recommandations concernant l'espace urbain sont applicables en zone rurale. Quatre types de mesure sont recommandés :

A) « Aménager les espaces publics de manière à les rendre favorables aux activités physiques »

Les recommandations sont les mêmes qu'en milieu urbain.

B) « Favoriser les modes de déplacement actif en aménageant la circulation dans les communes rurales autour des axes importants qui les traversent »

Il s'agit ici principalement de sécuriser les déplacements doux (marche, vélo) par un meilleur contrôle des véhicules motorisés dans les communes rurales traversées par de grands axes de circulation.

C) « Aménager des sentiers de marche pour tous et communiquer sur les sentiers existants et sur les zones et parcs d'activité »

Il s'agit ici de mieux valoriser, par des aménagements et une signalétique de découverte, les cheminements et sentiers pédestres, les circuits à vélo… Le rapport Toussaint recommande aussi de « favoriser les programmes sociaux visant à opérer un rapprochement des populations citadines avec les milieux ruraux ou montagnards » et de favoriser les activités physiques ou sportives de pleine nature (accueil des élèves en cours d'EPS, parcours santé, mur d'escalade…).

D) « Créer des parcours de marche de proximité avec accès facile »

Est également préconisée la création de parcours de marche accessibles aux personnes à mobilité réduite (personnes en situation de handicap, personnes âgées…), résidant dans des établissements sanitaires ou médico-sociaux. L'enjeu est de développer l'activité physique à proximité des lieux de vie sans dépendance automobile.

3.2.2.3. Mesures de promotion de l'activité physique et des mobilités douces à destination des décideurs locaux et citoyens

Pour mettre en œuvre les recommandations précédentes, le rapport de Jean-François Toussaint propose un certain nombre de mesures, d'une part, en direction des décideurs publics locaux (communes et intercommunalités principalement), d'autre part, en direction du public.

A) « Mesures destinées aux décideurs (compétence des collectivités locales) »

1) « Développement organisationnel »

Il est précisé que pour mettre en œuvre les actions proposées « les communes ne disposant pas d'un service technique devraient pouvoir s'appuyer sur les compétences d'un organisme indépendant, ainsi que d'outils les aidant à la mise en place, au financement et à l'évaluation de leurs projets ».

L'intercommunalité apparaît ici comme l'une des solutions possibles pour mutualiser l'expertise technique nécessaire.

Justification	**Exemples d'action**
«La commune est un lieu privilégié pour promouvoir un style de vie actif (…) et accessible à tous »	Désigner dans chaque commune un référent « mobilité active » aux compétences transversales
	« Intégrer une dimension mobilité active dans le cahier des charges des commandes publiques (projets d'urbanisation, révision de Plan local d'urbanisme- PLU-, aménagements routiers, espaces publics, etc. »
	« Conditionner l'obtention des permis de construire des bâtiments publics à la mise en place et à l'accessibilité des escaliers, des abris à vélos ainsi qu'au « prolongement d'extérieur » favorisant les activités physiques de proximité.
	« Créer un espace différencié de certains espaces publics dans le temps : rues, parkings fermés certains jours pour permettre les sports de rue »
	« Reconnaître les associations co-gestionnaire de l'espace public par un subventionnement »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

2) Incitation à devenir des collectivités actives

Justification	Exemples d'action
L'échelon communal permet de combiner différents éléments d'une stratégie multifactorielle au plus près de la population. D'où l'intérêt d'inciter les territoires à devenir des collectivités actives.	Suivi de la progression locale des déplacements doux (marche, vélo)
	Adhérer à un réseau local, national, européen ou international de promotion de l'activité physique et de la santé tels que les « Villes santé » de l'OMS[465], « Child-friendly-cities » de l'UNICEF et son antenne française « Villes amies des enfants »[466], « Villes actives » du Plan national nutrition santé français ; etc.
	Inciter les collectivités à décliner le Plan Régional Santé Environnement sous forme d'un « plan local de santé et d'activité physique »
	« Introduire la contractualisation de chartes du bien-être et de la qualité de vie par l'activité physique aux documents de planification »
	Prôner l'exemplarité des administrations

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

3) Information et sensibilisation des élus et techniciens

Justification	Exemples d'action
L'information, la sensibilisation et la formation des élus locaux et techniciens territoriaux sur les enjeux activité physique-santé-environnement est primordiale.	Proposer au CNFPT de former les élus locaux et cadres territoriaux volontaires aux incidences de l'environnement et de l'activité physique sur la santé
	Faire travailler ensemble la Direction régionales de la jeunesse, des sports et de la Cohésions sociale (DRJSCS), le Groupement régional de santé publique, l'Agence régionale de santé et le milieu associatif pour relayer ces formations sur le terrain
	Former les acteurs des collectivités à l'évaluation des projets « vie active, santé »

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

[465] www.villes-sante.com
[466] www.villesamiesdesenfants.com, initiative de l'UNICEF France et de l'AMF

4) Mesures destinées au public

Justification	Exemples d'action
L'enjeu est ici de communiquer en direction de la population pour valoriser l'image du citoyen actif avec le relai essentiel du secteur associatif	Distribuer de la documentation aux relais locaux
	Distribuer des cartes/plans piétonniers et cyclables, permettant de visualiser les temps de parcours en déplacement doux
	Communiquer sur les itinéraires d'accès aux établissements scolaires
	Distribuer des podomètres avec une information sur les recommandations d'un niveau d'activité physique favorable à la santé dans une logique d'éducation à la santé. Mobiliser notamment l'Education nationale, le mouvement sportif et ses éducateurs, le réseau des Office municipaux des sports
	Favoriser financièrement les déplacements doux dans le cadre du travail
	Utiliser les labels nationaux existants
	Cartographier par Internet les points noirs piétonniers et cyclables
	Baliser les itinéraires cyclables
	Communiquer sur l'usage d'espaces naturels propices aux activités physiques
	Promouvoir le vélo en communiquant sur la sécurité routière et les aménagements réalisés
	Organiser des évènements favorisant l'activité physique au quotidien (journée «En ville sans ma voiture », «Semaine européenne des mobilités », etc.

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

3.2.2.4. Compétences et planification locales

Jean-François Toussaint précise ici que la mise en place des actions ci-après relève plus spécifiquement de la compétence des collectivités locales.

A) Inverser les priorités des modes de déplacement

Justification	Exemples d'action
La primauté accordée à la voiture décourage souvent les déplacements doux, or, en France, un déplacement sur deux s'effectue dans un rayon de moins de 3 km	Donner la priorité aux modes de déplacements doux sur ceux qui sont motorisés
	Faire de la limitation de vitesse à 30km/h la règle et celle à 50 km/h, l'exception

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

1) Prendre en compte une mixité d'usages dans toute opération d'aménagement du territoire en développant un « urbanisme de petits trajets » accessible et sécurisé

Le rapport Toussaint précise que les recommandations concernant ce point «devraient s'appliquer à tous les instruments de planification, qu'ils soient obligatoires comme le Schéma de cohérence territorial (SCOT) et le Plan local d'urbanisme (PLU), ou facultatifs, ces derniers devant être en cohérence avec les documents de planification obligatoires ». Est aussi soulignée la nécessité d'une mise en adéquation avec le Plan national santé environnement 2, décliné en région sous la forme de Plan régional santé environnement 2 (PRSE2).

Justification	Exemples d'action
« Un urbanisme de petits trajets » exige une certaine densité et une mixité entre logements, activités de commerce et services de proximité. La mixité d'usages de l'espace public est aussi une condition-cadre de cohésion sociale (coprésence). La conception de tels espaces permet d'organiser plus facilement les déplacements. L'intermodalité est le seul moyen d'articuler grandes et petites distances et ainsi de concurrencer le transport motorisé individuel. Elle permet d'intégrer la mobilité active dans la chaîne des déplacements. »	Dans le cadre de l'intermodalité, élaborer, à l'échelle communale, des « plans directeurs de mobilité active » en cohérence avec le Plan de déplacement urbain (PDU) qui prendra en compte la dimension intercommunale
	Réaliser un « audit piéton » sur la qualité et la sécurité du plateau piétonnier
	Améliorer les normes de stationnement en valorisant celui des vélos (ex : nombres de places sécurisées et abritées par logement, prévention du vol)
	« Etablir des plans de mobilité scolaire. Intégrer et mettre à contribution les écoles dans la mise en œuvre de ces plans (ex : pedibus, vélobus…) ainsi que les enfants et les parents pour identifier les points noirs.

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 203-232-Tableau, sélection et ajouts CESR Bretagne.
Texte original reproduit entre guillemets. Coupures signalées par (…)

B) Evolution de la législation

Cette partie concernant essentiellement l'Etat central et le législateur, nous ne la développerons pas ici. Certaines évolutions juridiques proposées peuvent toutefois être anticipées de manière volontaire par les collectivités locales intéressées au niveau de leurs documents et de leurs politiques urbaines et environnementales.

C) De nouveaux partenariats à favoriser

Nous y reviendrons plus loin car l'enjeu est transversal à l'ensemble des recommandations du rapport Toussaint, mais s'agissant de l'activité physique, de l'environnement, de l'urbanisme, cette coopération inter-acteurs est un point crucial. Il s'agit de nouer de nouveaux « partenariats avec des secteurs non associés habituellement à la santé ». C'est un préalable à l'élaboration et à la mise en œuvre d'une stratégie environnementale multifactorielle.

Le rapport Toussaint souligne l'intérêt d'associer les partenaires suivants dans cette optique : les professionnels de santé, les professionnels de l'activité physique, le milieu scolaire, les architectes, ingénieurs, urbanistes, paysagistes, les Universités (ex : recherche en STAPS sur les mobilités actives), les institutions et représentants de l'Etat en région, les collectivités locales, les entreprises, les commerçants, les transporteurs, les acteurs de la promotion touristique, les équipementiers, etc.

D) Evaluation des politiques de promotion de l'activité physique

Enfin, il est proposé de mesurer l'efficacité des politiques mises en œuvre : recensement des environnements physiques favorables à l'activité physique existants, aménagements réalisés pour favoriser la marche et le vélo, classification des environnements… Il est également recommandé un suivi par indicateurs sur la mise à disposition d'infrastructures favorables et leur utilisation (ex : nombre de zones limitées à 30km/h, mesure de l'activité physique à partir d'enquêtes locales, taux de cyclistes, de piétons, etc…)

3.2.3. Intégrer le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive aux autres plans régionaux de santé publique

D'une manière générale, « Kino-Bretagne », le futur Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive de la Bretagne (PRP-APS Bretagne) devra être intégré dans les autres plans régionaux de santé publique, dans toutes ses dimensions.

3.2.3.1. Intégrer le PRP-APS dans le futur Projet régional de santé (PRS)

A) Du plan régional de santé publique 2006-2010 …

Le Plan régional de santé publique (PRSP) de la Bretagne pour la période 2006-2010 évoque déjà cette approche environnementale de la santé par l'activité physique. Quelles sont ces bases sur lesquelles pourrait venir se greffer le futur PRP-APS ?

1) Une approche globale de la prévention et de la promotion de la santé qui prône déjà la « création de milieux de vie favorables à la santé »

Le PRSP 2006-2010 valorise déjà cette approche éco-environnementale de la santé en parlant de « création de milieux de vie favorables à la santé » et en prônant une stratégie multifactorielle ainsi qu'une stratégie d'éducation à la santé (encadré ci-après).

PRSP Bretagne 2006-2010 – Extrait n°1[467]

« La santé représente un processus constant d'adaptation de l'individu aux multiples facteurs qui agissent sur lui. Ces facteurs individuels et collectifs sont d'ordre politique, social, économique, culturel et environnemental. C'est pourquoi la promotion de la santé s'articule autour de cinq axes complémentaires d'intervention : l'interpellation du politique pour l'élaboration de politiques publiques favorables à la santé, la création de milieux de vie favorables à la santé, la réorientation des services de santé pour une meilleure prise en compte des besoins de la population, l'implication de la collectivité en vue d'une participation effective de la population aux décisions qui affectent sa santé, le développement des aptitudes personnelles permettant d'agir sur la santé conçue comme une ressource de la vie. Ce dernier axe d'intervention concerne l'éducation pour la santé ; elle a pour but que chaque citoyen acquière tout au long de sa vie les compétences et les moyens qui lui permettront de promouvoir sa santé et sa qualité de vie ainsi que celles de la collectivité. De ce fait, l'éducation pour la santé est une mission de service public qui fonde les conditions d'exercice de la citoyenneté nécessaire à la mise en œuvre des autres stratégies de promotion de la santé ».

« (…). L'approche territoriale ou populationnelle permet d'intégrer les questions de santé dans une dynamique de développement plus large et de mobiliser des leviers (actions, financements) permettant d'agir sur des déterminants dépendant d'autres secteurs (lien social, transports, culture, environnement, agriculture, urbanisme…). Le Plan stratégique de l'Etat en Région (PASER) et les programmes de développement des collectivités locales ou des Pays, en se saisissant des questions de santé, permettent la collaboration intersectorielle et le portage politique ».

2) Le lien entre activité physique, santé et urbanisme est mentionné pour prévenir le risque cardiovasculaire

Lorsqu'il aborde le risque et les maladies cardiovasculaires, le PRSP 2006-2010, développe l'intérêt de cette approche intégrée et territoriale, notamment pour la prévention. Il est même expressément spécifié qu'il faut intervenir sur « l'urbanisme comme moyen pour favoriser l'activité physique ». Un lien est également établi avec « les politiques éducatives », « l'aménagement du territoire » ainsi qu'avec « le développement social et durable » et « la nutrition » dans l'esprit du Plan national nutrition santé (PNNS) et de sa déclinaison régionale (encadré ci-après).

PRSP Bretagne 2006-2010 – Extrait n°2

« (…) Il doit être possible de trouver l'échelon territorial pertinent capable de définir des modules pédagogiques adaptés aux différentes pathologies chroniques et intégrés à un programme plus vaste de promotion de santé ; ce dernier devrait pouvoir interagir avec les politiques éducatives, d'urbanisme et d'aménagement du territoire, de développement social et durable. L'éducation nutritionnelle, la lutte contre le tabagisme se retrouvent au premier plan dans les aspects éducatifs de nombreuses pathologies chroniques[468] ».
« Risque cardiovasculaire- Objectifs généraux du programme :
- Assurer une surveillance des patients diabétiques conformes aux recommandations
- Réduire la fréquence et la gravité des complications du diabète
- Réduire la moyenne de la pression artérielle systolique de la population
- Intégrer les objectifs spécifiques des autres programmes qui contribuent à la réduction du risque vasculaire (nutrition, tabagisme, promotion de la santé, urbanisme comme moyen pour favoriser l'activité physique…) dans le cadre d'une prévention globale du risque vasculaire
- Expérimenter sur les territoires de proximité une autre approche de la prise en charge globale des patients à risque vasculaire ».[469]

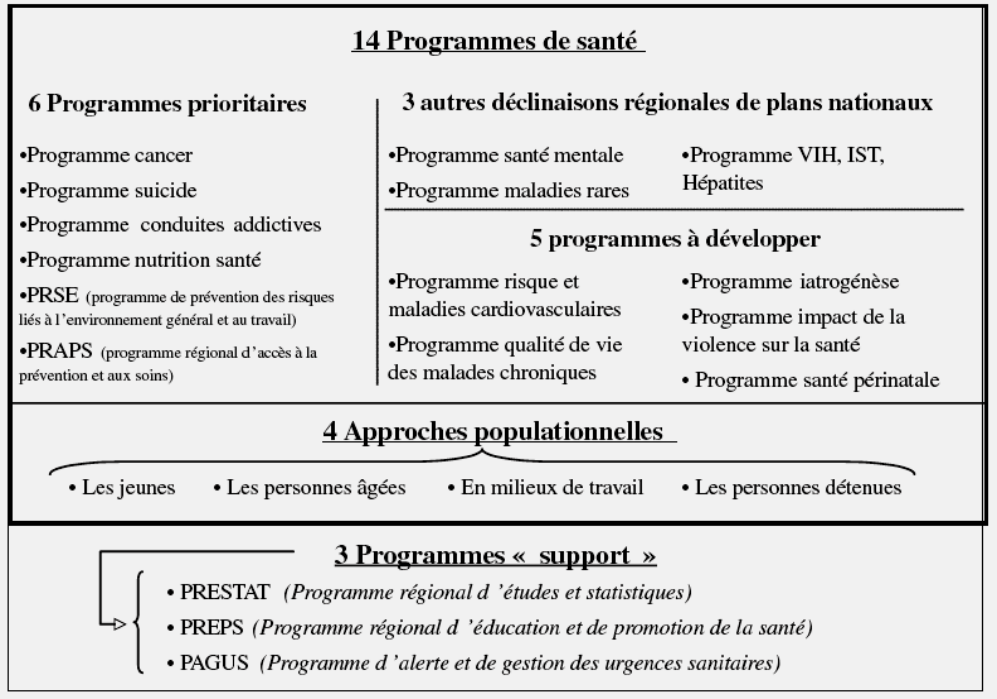
[467] PRSP Bretagne 2006-2010, p 47 (nous mettons en gras)
[468] PRSP 2006-2010, p 40
[469] PRSP 2006-2010, p 125

3) Si l'on suit les constats et recommandations de l'INSERM et du rapport Toussaint, presque tous les programmes du PRSP sont concernés par les effets de l'activité physique sur la santé

Au final, si l'on prend en compte les résultats de l'étude de l'INSERM « Activité physique – contextes et effets sur la santé » (2008) et le Plan national de prévention par l'activité physique proposé par le Pr Jean-François Toussaint (2008), on constate que la presque totalité des programmes du PRSP 2006-2010 de la Bretagne sont concernés par les effets de l'activité physique sur la santé (voir schéma ci-après).

On mentionnera notamment : la déclinaison régionale du PNNS dont le suivi est assuré par l'ORSB ; le programme régional de prévention des risques pour la santé liés à l'environnement général et au travail (PRSE); le programme régional d'éducation et de promotion de santé (PREPS) ; le programme santé mentale ; le programme risques et maladies cardiovasculaires, etc.

Figure 81. Les 14 programmes de santé du Plan régional de santé publique de la Bretagne pour 2006-2010



Source : PRSP Bretagne 2006-2010, p 51

B) … au futur Projet régional de santé (PRS)

1) Intégrer la santé par l'activité physique dans le Projet régional de santé et ses déclinaisons

La Loi n°2009-879 du 21 juillet 2009 portant réforme de l'hôpital et relative aux patients, à la santé et aux territoires (HPST) prévoit une profonde réorganisation de l'organisation territoriale de la santé et du secteur médico-social. Elle prévoit que « le projet régional de santé définit les objectifs pluriannuels des actions que mène l'agence régionale de santé dans ses domaines de compétences, ainsi que les mesures tendant à les atteindre »[470].

[470] Code de la santé publique, article L1434-1

« Kino-Bretagne », le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive (PRP-APS) de la Bretagne, pourrait très bien s'intégrer dans le futur Projet régional de santé (PRS) et, en son sein, dans le plan stratégique régional de santé (PSRS) ainsi que le Schéma de mise en œuvre en matière de prévention. Il pourrait ensuite être décliné dans les programmes territoriaux et contrats locaux de santé.

Notons enfin que la loi prévoit que le Projet régional de santé et ses programmes soient articulés « avec les actions en direction de « la santé au travail, la santé en milieu scolaire et la santé des personnes en situation de précarité et d'exclusion », ce qui, comme le montre notre rapport, concerne très directement les activités physiques ou sportives.

Le projet régional de santé prévu par la loi HPST
– Extraits du Code de la santé publique[471]-

Article L1434-2

Le projet régional de santé est constitué :
1° D'un plan stratégique régional de santé, qui fixe les orientations et objectifs de santé pour la région ;
2° De schémas régionaux de mise en œuvre en matière de prévention, d'organisation de soins et d'organisation médico-sociale ;
3° De programmes déclinant les modalités spécifiques d'application de ces schémas, dont un programme relatif à l'accès à la prévention et aux soins des personnes les plus démunies et un programme relatif au développement de la télémédecine. La programmation peut prendre la forme de programmes territoriaux de santé pouvant donner lieu à des contrats locaux de santé tels que définis à l'article L. 1434-17.
Le plan stratégique régional de santé prévoit des articulations avec la santé au travail, la santé en milieu scolaire et la santé des personnes en situation de précarité et d'exclusion.

Article L1434-3

Le projet régional de santé fait l'objet d'un avis de la conférence régionale de la santé et de l'autonomie, des collectivités territoriales et du représentant de l'Etat dans la région.

2) Exemple : la santé par l'activité physique devrait être intégrée dans le Plan régional santé environnement 2 (PRSE2)

A la date à laquelle nous écrivons ces lignes (12/2009), la deuxième version du PRSE est en cours d'élaboration. Au vu de la démarche conjointe engagée en 2009 par la DRASS, la Région Bretagne et leurs nombreux partenaires associés (dont le CESR de Bretagne), il est vraisemblable que le PRSE 2 intégrera la dimension santé par l'activité physique.

En effet, pour élaborer ce programme, a été constitué un Atelier dont l'intitulé était « Bouger, se détendre » au sein duquel les déterminants environnementaux d'une pratique régulière de l'activité physique favorable à la santé ont été évoqués. D'ailleurs, dans une version provisoire du PRSE 2, on peut lire que « l'urbanisme et l'aménagement du territoire ont un impact déterminant sur la santé, notamment parce qu'ils influent (…) sur le cadre de vie, le comportement individuel et le mode de vie, en favorisant la pratique d'une activité physique régulière, notamment par la qualité et la sécurité des aménagements et équipements, l'orientation des bâtiments (ensoleillement)… »[472].

D'où l'intérêt d'établir, cela a déjà été signalé, des liens étroits entre le futur Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive (PRP-APS), « Kino-Bretagne », et le PRSE.

[471] source : legifrance.fr, consulté le 12 décembre 2009
[472] PRSE2, synthèse des ateliers d'élaboration, version 16 du 8 octobre 2009.

3.2.4. Quelques réflexions et préconisations complémentaires issues des auditions du CESR de Bretagne

Les auditions, par le CESR de Bretagne, de Mme Hélène BERNARD, chargée d'études principale développement durable à l'AUDIAR, Mme Anne Milvoy, écologue, chargée d'étude urbanisme, environnement à l'AUDIAR et M. Pierre Benaben, urbaniste, chargé d'études PLU à Rennes Métropole, ont permis de confirmer l'intérêt des préconisations du rapport Toussaint qui viennent d'être présentées, mais aussi d'intégrer la réflexion activité physique-urbanisme-santé-environnement dans la perspective du développement durable et de l'une de ses dimensions essentielles qui est la participation des habitants.

Comment l'urbanisme et l'habitat, pensés de manière durable et participative, peuvent-ils favoriser l'activité physique au quotidien ? Voici quelques réflexions et axes de préconisations complémentaires, fruits de cette rencontre avec les urbanistes[473].

- Le projet de formes urbaines favorisant l'activité physique doit être porté politiquement par les élus de manière à la fois volontariste et concertée.

- La prise en compte de l'activité physique dans les projets d'aménagements urbains suppose un véritable changement culturel. D'où l'importance des démarches participatives permettant de faire évoluer les mentalités des acteurs concernés, comme par exemple :

- reconnaître, dans une perspective éducative, le droit des enfants à entrer en contact avec les éléments naturels de leur environnement : l'air, l'eau, la terre, le feu…, suppose par exemple un autre rapport à l'hygiène vestimentaire et corporelle, une liberté d'expérimentation et de mouvement qui passe aussi par le droit de se salir … Pour les Danois, « être en extérieur » est considéré comme un bien fondamental. A Berlin, on signale l'existence de terrains d'aventure et de cabanes…

- l'aversion sociale à la prise de risque, même encadrée, limite considérablement la liberté de mouvement des enfants et donc leur activité physique[474]. Une « surprotection » des parents peut être un frein important, même s'il faut prendre en compte la « distance de sécurité » ou de surveillance nécessaire qui évolue lors du passage de l'enfance à l'adolescence…

- le traitement inégalitaire, dans l'espace public, des modes de déplacements doux (marche, vélo…) par rapport à l'automobile.

- vouloir se loger individuellement est différent de rechercher à vivre et habiter un espace ensemble permettant la rencontre entre les différentes catégories sociales de population, d'âges… La circulation entre les espaces est aussi un enjeu important.

- le rapport à l'animal (promenade quotidienne, hygiène publique, partage des espaces…) ;

- La France fait une interprétation très stricte des normes européennes en matière d'aires de jeux et de loisirs.

Un certain zèle réglementaire hexagonal qui est, à mettre en relation avec l'inscription du principe de précaution dans la Constitution française, ainsi qu' avec le développement de la judiciarisation des rapports sociaux et la crainte des contentieux qui en résulte, notamment en ce qui concerne la responsabilité pénale des élus. Pourquoi ne pas s'inspirer de ce qui se fait ailleurs en Europe ?

[473] précision : le texte qui suit n'engage que le CESR de Bretagne.
[474] Exemple : offre d'activités de l'éducation populaire ; centres de vacances

- La participation des habitants à la définition du projet urbain doit être recherchée le plus en amont possible

Pour organiser cette participation il est par exemple possible de s'appuyer sur la mise en place de groupes de réflexion multipartites composés d'élus, de techniciens, d'habitants (ex : 1/3,1/3,1/3)… Il faut prendre le temps d'identifier les besoins et les attentes réelles de la population en matière d'aménagement et d'usage de l'espace public, à proximité des lieux de vie. Comment donner l'envie partagée de bouger, en sécurité et en liberté, avec plaisir, dans son environnement de proximité, à tout âge et quelle que soit la situation sociale ? Voici quelques exemples de démarches participatives engagées dans l'agglomération rennaise :

- ADDOU : Approche développement durable dans les opérations d'urbanisme mise en place par l'AUDIAR (23 ADDOU mises en œuvre actuellement) ;
- Le « Sociotope » suédois : méthode participative qui permet, à partir d'enquêtes sociologiques, d'identifier les attentes de la population dans un territoire tant du point de vue social qu'environnemental (projet d'expérimentation en cours au sein des agences d'urbanisme de Lorient, Angers, Brest, Rennes…)

- Penser à un urbanisme durable favorisant l'activité physique, c'est prendre en compte les nouvelles formes urbaines à créer mais aussi l'existant, tant en termes d'équipements, d'aménagements que d'usages et de partages des temps et des lieux.

Sur ce dernier point, des formes d'appropriation, voire de privatisation et d'exclusion, des lieux et usages de certains équipements publics sportifs, pourraient faire l'objet de remises en cause. De même, la mise en question de la répartition classique entre pratiques sportives d'intérieur et d'extérieur, peut être une piste à explorer pour démultiplier la disponibilité horaire des installations sportives.

- Favoriser l'activité physique au quotidien, c'est penser simultanément habitat, équipements, modes de vie, cadre de vie et déplacements de proximité (Cf. plans de déplacement urbain).

L'urbanisme doit être pensé de manière multidimensionnelle, favorisant la mixité sociale et fonctionnelle (ex : un bassin de rétention en terrain de foot). Il est également important que ces aménagements soient conçus de manière évolutive *(« les espaces publics sont à revoir tous les 8 ans »)* et en tenant compte de la temporalité des usages.

- Au plan financier, le plus souvent, il n'est pas besoin d'investissements lourds : ce n'est pas la taille de l'aménagement le plus important mais sa conception.

- Si être à l'extérieur est, comme le pensent les Danois, un bien fondamental, alors être privé de ce droit doit être considéré comme une forme d'inégalité sociale et d'inégalités de santé

L'appropriation et l'expérimentation physique de l'environnement naturel, de ses éléments, doit-il être réservé à ceux qui ont les moyens d'y accéder financièrement ? D'où l'enjeu d'un environnement urbain de qualité accessible à tous à proximité des lieux de vie, par les déplacements doux ou les transports en commun. Les intervenants ont souligné le traitement inégalitaire dans les espaces publics entre la rue-voiture, la piste-vélo et le cheminement-piéton.

La possibilité de pratiquer, librement et régulièrement, une activité physique en tant qu'habitude de vie dans un environnement de qualité est autant un facteur de bien-être individuel et social qu'un véritable enjeu de santé publique.

Quelques préconisations aux acteurs de l'urbanisme dans les territoires :

- Favoriser la mutualisation d'expériences et de bonnes pratiques « urbanisme durable et activité physique », notamment par la mise en réseau des acteurs (ex : Région, Agences d'urbanisme, Animateurs territoriaux de santé, Acteurs du Plan régional santé-environnement…). Pourquoi pas un colloque régionale sur ce thème ?
- Susciter l'émergence locale de projets pilotes
- Encourager les professionnels de la construction et de l'urbanisme, notamment les architectes, à s'impliquer dans les démarches participatives locales, avec les habitants et les élus, en amont des projets.
- Faire des liens entre activités physiques et sportives et indicateurs territorialisés de bien-être

3.2.5. La Richardais (35) : exemple d'une commune pionnière dans la prise en compte locale des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint

Sur recommandation du CRER Bretagne, le CESR de Bretagne a auditionné M. Daniel HOUDOT, Adjoint au Maire chargé du sport-santé à La Richardais[475], commune littorale d'Ille-et-Vilaine de 2247 habitants[476], près de Dinard.

- Organisation d'une réunion locale permettant d'engager une réflexion transversale sur le sport, la santé, l'environnement, l'urbanisme et la nutrition.

A l'initiative de ce dernier et de Mme Florence Hulot, Adjointe au maire chargée du développement durable à Saint-Lunaire (35), une rencontre s'est tenue à Saint-Malo le 13 septembre 2008 afin d'engager une réflexion transversale sur le sport, la santé, l'environnement et la nutrition.

Celle-ci a rassemblé des acteurs d'horizons très divers : professionnels de santé médicaux[477] et paramédicaux, des élus locaux, des diététiciens, des représentants du mouvement sportif, l'animatrice territoriale de santé du Pays de Saint-Malo…

La Richardais inscrit cette réflexion pluridisciplinaire dans le cadre de l'élaboration de son Plan Local d'Urbanisme. Les activités physiques et sportives sont ainsi considérées dans une perspective environnementale intégrée aux enjeux du développement durable et de la qualité de vie locale.

L'approche territoriale paraît faciliter la transversalité et la prise en compte de la diversité culturelle des acteurs concernés. Agenda 21 local, Plan Local d'Urbanisme, Programme national nutrition santé… sont autant d'outils structurants au niveau local pour rassembler les acteurs, mobiliser la population et promouvoir l'approche sociétale des activités physiques et sportives.

- Organisation d'une rencontre avec les parents d'élèves et la population sur les constats de l'INSERM et les recommandations du rapport Toussaint

Le jeudi 12 novembre 2009, la commune de la Richardais, à l'initiative de son Adjoint au sport-santé, a invité les parents d'élèves des écoles primaires ainsi que les personnes intéressées à assister à une réunion d'information et de sensibilisation sur les constats de l'INSERM et les propositions du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par l'activité physique et sportive» (2008) qui en

[475] Audition CESR de Bretagne à Rennes du 4 novembre 2008
[476] source INSEE : RP 2006
[477] Participait notamment à la réunion le Professeur François Carré, Médecin en cardiologie du sport et physiologiste au CHU Pontchaillou, Rennes. Ce dernier est aussi membre du groupe de travail national sur le Programme National de Prévention par les APS.

découlent. Ces derniers ont pu entendre le Docteur Jean-Paul GOUËLLO, médecin chef de la réanimation polyvalente à l'hôpital de St Malo et spécialiste en santé publique[478].

- La démarche de la Richardais : une préfiguration de futurs « plan locaux de prévention par l'activité physique ou sportive » ?

L'approche transversale et multifactorielle de la santé et de l'activité physique, dont la pratique sportive, qui est celle de la Richardais, sa volonté de mobiliser la population locale, son approche « éco-environnementale », pour reprendre l'expression québécoise[479], sa recherche de mise en action territoriale des recommandations du rapport Toussaint par le biais notamment de son Plan local d'urbanisme, pourraient servir d'exemple à d'autres collectivités locales de la région Bretagne.

Elle montre aussi l'importance de l'impulsion et du volontarisme d'un élu référent ayant une approche globale, sociétale et participative des activités physiques et sportives et de leur relation avec la santé au niveau territorial.

Au final, la démarche de la Richardais pourrait bien préfigurer l'élaboration et la mise en œuvre de futurs « plan locaux de prévention par l'activité physique ou sportive », en cohérence avec le plan national (PNAPS), le plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive (PRAPS) et le plan régional santé-environnement de la Bretagne (PRSE2).

3.2.6. Préconisations au Conseil régional de Bretagne

Même s'il faut rappeler que la Région Bretagne n'a que peu de compétences et de moyens pour contribuer aux politiques de santé publique en Bretagne, la nouvelle organisation de la santé en région résultant de la loi Hôpital Patiens Santé Territoires du 21 juillet 2009 n'a pas retiré la possibilité, pour les conseils régionaux, de prendre des initiatives, selon ses compétences, dans le domaine de la santé. Cette possibilité, créée par la Loi 2004-806 du 9 août 2004, reste d'actualité à la date à laquelle nous écrivons ces lignes (01/2010)[480].

Code de la santé publique
– article L 1424-1 -
sur la compétence du conseil régional en matière de santé

« Dans le cadre des compétences qui lui sont reconnues par l'article L. 4221-1 du code général des collectivités territoriales, le conseil régional peut définir des objectifs particuliers à la région en matière de santé. Il élabore et met en œuvre les actions régionales correspondantes. Il informe le représentant de l'Etat dans la région sur le contenu de ces actions et les moyens qu'il y consacre ».

***Code général des collectivités territoriales* – article L 4221-1 -**

« Le conseil régional règle par ses délibérations les affaires de la région.
Il a compétence pour promouvoir le développement économique, social, sanitaire, culturel et scientifique de la région et l'aménagement de son territoire et pour assurer la préservation de son identité, dans le respect de l'intégrité, de l'autonomie et des attributions des départements et des communes.
Il peut engager des actions complémentaires de celles de l'Etat, des autres collectivités territoriales et des établissements publics situés dans la région, dans les domaines et les conditions fixés par les lois déterminant la répartition des compétences entre l'Etat, les communes, les départements et les régions ».

[478] Voir Ouest-France, article du 16 décembre 2009, Canton de Dinard, La Richardais « Sport et santé : deux marathoniens donnent leurs conseils », Entretien avec Daniel Houdot et le Dr Jean-Paul Gouëllo.
[479] Voir plus haut « Kino-Québec ».
[480] Elle pourrait être remise en cause par la réforme territoriale annoncée par l'Etat fin 2009 si les Régions perdaient leur clause générale de compétence.

Pour cette partie consacrée à *l'approche environnementale* de la santé par l'activité physique, dont la pratique sportive, quelles préconisations le CESR de Bretagne peut-il formuler au Conseil régional de Bretagne en se fondant, essentiellement, sur les recommandations du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement- Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS) » ?

Compte tenu du caractère transversal et multifactoriel de la stratégie à mettre en œuvre pour imaginer et aménager des environnements de vie favorisant la pratique régulière d'une activité physique, plusieurs politiques sectorielles pourraient être concernées, dans la limite des compétences et moyens du Conseil régional.

Voici quelques suggestions pouvant servir de base de réflexion pour chercher à mieux intégrer la dimension activité physique, sport et santé, dans le cadre de quelques politiques existantes du Conseil régional.

Pour limiter au maximum leur impact budgétaire, le « faire faire », les incitations et les effets de levier sont à privilégier.

3.2.6.1. Ecologie urbaine : intégrer la promotion de la santé par l'activité physique dans le dispositif ECO-FAUR

Le dispositif ECO-FAUR de la Région Bretagne a pour objectif de promouvoir la réalisation d'études et de travaux d'aménagement urbain pensés dans une logique de développement durable. Un appel à projets régional est lancé chaque année.

La Région apporte un soutien à la fois technique et financier aux communes bretonnes qui souhaitent mener des opérations d'aménagement durables: réflexion globale sur l'avenir de la commune, qualité et innovation environnementale, économies d'énergie et gestion de l'eau, mixité sociale, association des habitants au projet, etc.

Ses bénéficiaires potentiels sont toutes les communes et groupements de communes de Bretagne quelles que soient le contexte ou la taille de la collectivité.

Les projets sélectionnés et soutenus par la Région Bretagne dans le cadre de l'ECO FAUR sont les opérations d'aménagement qui intègrent les dimensions de l'urbanisme durable (selon le type de projet) : approche globale, innovation environnementale, gestion économe et durable. Il accompagne trois grandes catégories de réalisations : l'aménagement d'espaces publics ou paysagers, la création ou la réhabilitation de quartiers, la réalisation d'équipements ou de bâtiments publics.

Préconisation : un volet « KINO-FAUR »
dans l'ECO-FAUR de la Région Bretagne

Le CESR de Bretagne suggère que les recommandations éco-environnementales du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive et de sa future déclinaison régionale, le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive (PRAPS) Bretagne ou « Kino-Bretagne », soient intégrées à la politique d'écologie urbaine et d'urbanisme durable de l'ECO-FAUR de la Région Bretagne, dans un volet qui pourrait s'intituler « Kino-Faur » (de *kinesis*, mouvement en grec)

Il s'agit d'inciter les maîtres d'œuvre et maîtres d'ouvrage des opérations d'urbanisme ou d'aménagement en Bretagne à concevoir et réaliser des environnements favorisant la pratique régulière d'une activité physique favorable à la santé.

Exemples de projets à soutenir : mobilité active par les déplacements doux, voies cyclables et cheminements piétonniers réellement sécurisés, accessibles et agréables, aires de jeux récréatives ou sportives pour enfant et adolescents à proximité du domicile, réalisation de corridors scolaires

sécurisés pour accéder aux établissements d'enseignement à force humaine, cages d'escaliers attractives, etc.

Les opérations soutenues par la Région devraient prendre en compte les besoins spécifiques des personnes vulnérables et à mobilité réduite (ex : enfants, personnes âgées, personnes en situation de handicap…) pour qu'elles puissent avoir accès, elles-aussi, selon leur âge et leurs capacités, à la pratique régulière d'une activité physique dans l'espace public, avec et parmi les autres habitants.

3.2.6.2. Politique formation – Etablissements d'enseignement – Programme pluriannuel d'investissement dans les lycées (PPI) : intégrer la promotion de la pratique régulière de l'activité physique par les élèves

En sa qualité de maître d'ouvrage des investissements réalisés dans les lycées publics, la Région Bretagne dispose ici directement d'un moyen d'aménager, en partenariat avec les acteurs locaux concernés, un environnement favorisant la pratique régulière d'une activité physique des lycéennes et lycéens. En termes de santé publique, compte tenu de la forte baisse de l'activité physique et de la pratique sportive à l'adolescence, notamment chez les filles, la Région a ici un rôle majeur à jouer en concertation étroite avec l'Education nationale et les communes d'implantation des établissements.

Cet environnement devrait, en plus des moyens dévolus à l'EPS, intégrer l'activité physique quotidienne des élèves *dans* l'enceinte de l'établissement lui-même (ex : cages d'escaliers agréables, cours de récréation « actives » et sportives…), mais aussi dans ses abords et son accès.

Sur ce dernier point concernant l'accès aux lycées, la Région pourrait, en concertation avec les acteurs locaux concernés, chercher à multiplier les cheminements piétonniers et les voies cyclables sous forme de « corridors scolaires » réellement sécurisés et suffisamment agréables pour attirer les élèves. Pour la majorité des élèves qui viennent à l'école en voiture avec leurs parents ou qui utilisent un transport en commun, ces corridors scolaires peuvent être créés entre un lieu de dépose non situé à proximité immédiate de l'établissement et ce dernier.

Dans la mesure du possible, ces corridors scolaires, devraient aussi comporter des abris, voire éventuellement être partiellement couverts, pour ne pas décourager les élèves de marcher lorsqu'il pleut. Ces corridors scolaires stimulant l'activité physique quotidienne pourraient aussi profiter aux personnels enseignants et non enseignants (ex : TOS) de l'établissement.

La sécurité réelle et le sentiment de sécurité dans l'accès aux établissements par la mobilité active est aussi à prendre en compte : sécurité routière, prévention du risque d'agression (ex : éclairage de qualité, visibilité extérieure des élèves, caméras de vidéos surveillance, présence d'adultes surveillants ou de policiers municipaux…). Les élèves doivent se sentir en sécurité mais aussi leurs parents.

Pour favoriser les changements de comportements des élèves vers un mode de vie plus actif, il convient de les sensibiliser, avec le concours de leurs enseignants et de leurs parents, aux bienfaits d'une pratique régulière de l'activité physique, dont le sport, pour leur santé actuelle et future. L'avis des lycéennes et lycéens est aussi à prendre en compte, par exemple, en sollicitant le Conseil régional des lycéens et apprentis de Bretagne ou, dans les lycées, les délégué(e)s des élèves.
La Région pourrait aussi promouvoir ces actions de prévention en direction des jeunes apprentis et des centres de formation d'apprentis (CFA) avec lesquelles elle entretient des relations étroites.

3.2.6.3. Politique territoriale

Lorsqu'elle contractualise avec les territoires (ex : contrats de Pays), sur certains projets d'aménagements ou de construction, la Région pourrait valoriser, dans ses critères de sélection des projets ceux ayant trait à la promotion de la mobilité douce et active et, d'une manière générale, à la promotion d'une pratique régulière de l'activité physique et du sport.

Comme l'a montré l'analyse des contrats de pays, elle le fait déjà largement en soutenant de multiples projets d'équipements sportifs dans les territoires, ce qui contribue à activer physiquement les bretonnes et les bretons. Toutefois, il faut rappeler, qu'en moyenne, l'activité sportive ne représente que 7 % de la dépense énergétique favorable à la santé[481], ce taux pouvant bien sûr varier selon les individus, la nature, l'intensité, la durée et la fréquence de la pratique.

3.2.6.4. Politique multimodale des déplacements et des transports

Le Schéma régional multimodal des déplacements et des transports (SRMDT) de la Région Bretagne, intègre déjà la promotion de la mobilité douce en Bretagne. Il pourrait sans doute encore s'enrichir de la prise en compte de recommandations du rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement- Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive » (2008), pour intégrer plus explicitement la dimension santé par l'activité physique dans la politique transport de la Région Bretagne.

Par exemple, en complément et sur le modèle de son Schéma directeur d'accessibilité, la Région Bretagne pourrait engager une concertation avec les autres autorités organisatrices de transports en Bretagne pour promouvoir, partout où c'est possible, la mobilité active multimodale, par exemple dans l'accès et au sein des gares. Cette préoccupation pourrait être incluse dans les projets d'aménagements liés à BGV et à la rénovation des gares et points d'arrêt des TER (à l'occasion par exemple des travaux de mise en accessibilité).

Il s'agit, comme le recommande le rapport Toussaint, d'intégrer systématiquement la mobilité active dans la chaîne des déplacements, lorsque ce n'est pas déjà fait ou suffisamment fait.

3.2.6.5. Politiques sectorielles « sport » et « santé publique »

L'enjeu est ici de développer de nouvelles passerelles entre la politique sectorielle « sport » de la Région Bretagne et celle portant sur « la promotion de la santé publique ». Celles-ci pourraient ainsi intégrer plus fortement l'approche éco-environnementale, nécessairement transversale, de la promotion de la pratique régulière de l'activité physique favorable à la santé, dont la pratique sportive.

3.3. Approche populationnelle : toute la population est concernée, mais certains publics plus que d'autres – exemple des enfants, adolescent(e)s et des étudiant(e)s

Par *approche populationnelle*, nous entendons une approche globale de la santé d'un groupe de population et/ou d'un territoire particulier, présentant certaines caractéristiques communes. Il est alors possible de cibler cette population par un programme spécifique de prévention. L'approche populationnelle prend en compte les déterminants éco-

[481] Cf. Rapport de Jean-François Toussaint

environnementaux de l'activité physique du groupe de population concerné, tel que nous les avons décrits ci-avant[482].

L'approche populationnelle, au Québec, est souvent présentée comme complémentaire à *l'approche individuelle* qui, comme son nom l'indique, cible les individus dans une logique davantage curative que préventive afin de développer, par exemple par des méthodes cognitivo-behaviorales[483], les « habiletés d'autogestion » des personnes.

Le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive de Bretagne, « Kino-Bretagne », pourrait cibler certains groupes de population chez lesquels il paraît important, dans un but de santé publique, de développer la pratique régulière d'une activité physique selon les recommandations en vigueur.

Nous ne pourrons ici développer les recommandations ciblant tous les groupes de populations concernés. L'un n'est pas moins important que l'autre, mais il nous a semblé que l'enjeu d'accroître le niveau d'activité physique chez les enfants, adolescents et étudiants les plus sédentaires, notamment chez les filles, était majeur pour la santé à long terme.

Pour les autres publics, nous invitons le lecteur à se reporter directement aux recommandations de l'INSERM, au rapport de Jean-François Toussaint ainsi qu'aux autres parties du présent rapport où leur situation est abordée, notamment dans la dernière partie du rapport, dans le chapitre « Accès de tous ». Il s'agit notamment des groupes de population suivants qui sont souvent présentés comme prioritaires des politiques de prévention par l'activité physique : filles et femmes ; personnes âgées ; personnes en situation de handicap ; malades chroniques ; personnes issues de milieux défavorisés ; personnes en milieu de travail (voir point suivant), personnes détenues[484].

Le Plan régional de santé publique de Bretagne en vigueur a déjà une approche populationnelle pour certains de ces groupes qu'il considère comme prioritaires en plus des jeunes : personnes âgés, milieux de travail et personnes détenues.

Nous présentons donc ci-après les seules recommandations du rapport de Jean-François Toussaint visant à promouvoir un mode de vie physiquement actif, chez les enfants –filles et garçons-, chez les adolescents et adolescentes et enfin chez les étudiant(e)s. Pour ces deux dernières catégories, la Région Bretagne est plus particulièrement concernée en raison de ses compétences dans le domaine de la formation initiale, dont les lycéennes et lycéens ainsi que les apprenti(e)s, en premier lieu[485].

S'agissant des enfants, ce sont essentiellement les communes et autres acteurs locaux de proximité qui sont concernés par ces propositions d'action. Et leur responsabilité n'en est que plus grande puisqu'il est aujourd'hui établi qu'il existe *un continuum* entre le niveau d'activité physique ou sportive des enfants et celui des adultes qu'ils deviendront[486].

Pour une approche plus globale des jeunes en Bretagne, nous renvoyons le lecteur à une précédente étude du CESR de Bretagne : « Les jeunes de 16 à 25 ans : une chance pour la Bretagne » (2003). Et plus spécifiquement sur la santé des jeunes en Bretagne aux nombreux travaux de références de l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB).

[482] Kino-Québec, « Stratégies éprouvées et prometteuses », Comité scientifique, 2004
[483] actions sur les pensées et les comportements individuels
[484] liste non exhaustive
[485]
[486] Voir étude INSERM « Activité physique : contextes et effets sur la santé » (2008)

3.3.1. Enfants, adolescent(e)s et étudiant(e)s

Nous reviendrons, dans la partie suivante portant sur l'éducation et la formation par le sport, à la question de l'éducation physique et sportive à l'école ainsi que celle de l'éducation informelle des enfants et adolescent(e)s en club sportif. Celles-ci contribuent à stimuler et augmenter le niveau d'activité physique des enfants et adolescent(e)s tout en leur apportant bien d'autres bénéfices sur le plan de leur développement personnel, social ou culturel.

Mais nous avons vu que, pour une grande partie des jeunes, elles sont loin d'être suffisantes pour atteindre les niveaux d'activité physique favorables à la santé : la force d'inertie de la sédentarité est plus forte au quotidien, en particulier pour les filles et adolescentes.

Que recommande le Plan national de prévention par l'activité physique et sportive (PNAPS) proposé par Jean-François Toussaint pour faire bouger les enfants, adolescent(e)s et étudiant(e)s ?

Avant d'examiner ces recommandations, nous présenterons une expérimentation française qui montre qu'il est possible, par une stratégie multifactorielle ou « multi-niveaux », d'accroître le niveau d'activité physique des adolescentes et adolescents. Cette action exemplaire a été dénommée « Intervention auprès des collégiens centrée sur l'activité physique et la sédentarité » ou ICAPS.
Nous verrons enfin quelles suggestions peuvent être faites au Conseil régional de Bretagne, pour ce qui concerne son public jeune de prédilection, à savoir les lycéennes, lycéens et apprenti(e)s.

3.3.1.1. La stratégie multi-niveaux « ICAPS » auprès de collégiens et ses enseignements[487]

Le groupe de travail sur le PNAPS chargé d'élaborer une stratégie en direction des enfants et adolescents était coordonné par le Professeur Chantal Simon, médecin nutritionniste à l'Université Louis Pasteur de Strasbourg, qui est à l'initiative de l'étude ICAPS[488]. D'où l'importance de partir de cette expérimentation française encourageante, devenue référence internationale, pour bien saisir les fondements des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint.

Cette étude-action a été menée entre 2002 et 2006 auprès de près de 1000 collégiens du Bas-Rhin, l'un des départements français les plus affectés par l'excès pondéral et l'obésité ainsi que par la mortalité cardiovasculaire[489]. Un millier d'élèves entrés en sixième en 2002 a donc été suivi médicalement[490] pendant quatre années pour évaluer l'impact d'une action « multi-niveaux » ciblant l'impact de l'activité physique et de la sédentarité sur l'évolution pondérale et le risque vasculaire.

[487] Sources : 1) Rapport Toussaint p 42 ; 2) http://www.mangerbouger.fr/pro/spip.php?article115 , consulté le 12 décembre 2009 ; 3) Communiqué de presse ICAPS « 1, 2, 3…Bougez ! » consulté sur http://www.mangerbouger.fr/pro/IMG/pdf/dossier_press_icaps_BD_v1-3.pdf , consulté le 12 décembre 2009 ; 4) http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition/liste_posters/48.pdf, fiche synthétique consultée le 12 décembre 2009

[488] Professeure Chantal Simon, « Successfull overweight prevention in adolescents by increasing physical activity : a 4 year randomized controlled intervention", International Journal of Obesity, 2008

[489] à l'inverse de la Bretagne qui a l'une des prévalences de l'obésité les plus faibles des régions françaises, même si on observe, chez les enfants, un « rattrapage » accéléré inquiétant depuis ces dernières années.

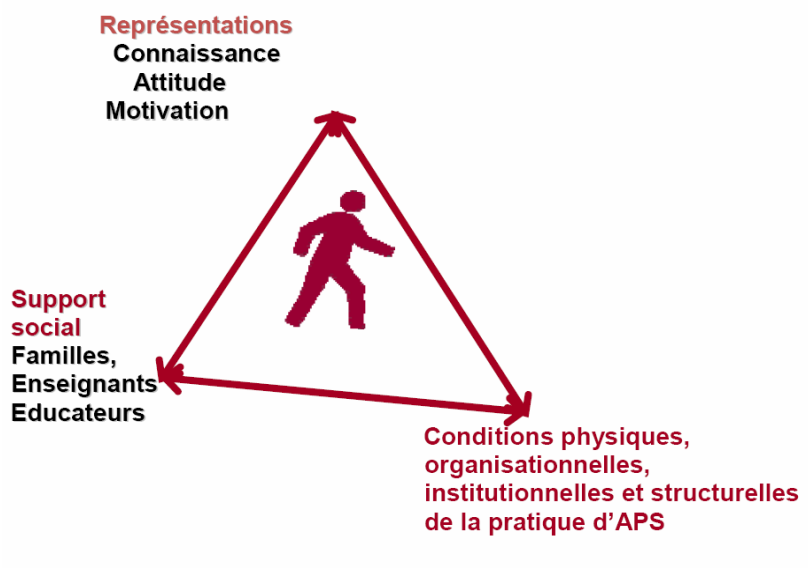
[490] bilan médical périodique : anthropométrie, pression artérielle, prise de sang

A) ICAPS : une stratégie qui agit simultanément sur 3 niveaux d'action

La stratégie « multi-niveaux » d'ICAPS reposait sur 3 niveaux d'action *simultanés* :

- L'adolescent(e) et ses représentations de l'activité physique (connaissances, attitudes, motivation) par des séances d'information, des débats, mais aussi grâce au type d'activités proposées ;
- L'environnement social immédiat de l'enfant afin qu'il relaie l'information, favorise et soutienne les changements de comportements (familles, enseignants, éducateurs…) ;
- Les conditions physiques, institutionnelles, organisationnelles et structurelles de la pratique afin que le jeune puisse mettre en pratique les compétences acquises.

Figure 82. La stratégie « multi-niveaux » d'ICAPS pour augmenter le niveau d'activité physique des adolescent(e)s entre 2002 et 2006 dans le Bas-Rhin



Source : ICAPS, Professeur Chantal Simon. Graphique Extrait du rapport de M. Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement- PNAPS » (2008), p 42

Il est précisé que cette approche, qualifiée de « socio-écologique » par les chercheurs, supposait un large partenariat avec les collectivités territoriales et le réseau associatif. Le programme a par ailleurs été conçu, comme nous allons le voir, pour promouvoir l'activité physique *à l'école* mais également *en dehors*, pendant les loisirs et dans la vie quotidienne des adolescents.

B) ICAPS en pratique : une mobilisation et des initiatives à tous les niveaux pour faire bouger les adolescentes et adolescents

En pratique, 8 collèges étaient concernés : 4 collèges « témoins » où les élèves ont conservé leur activité physique habituelle et 4 collèges « actions » auxquels la stratégie « multi-niveaux » a été appliquée. L'équipe d'ICAPS en précise les modalités : « D'accès libre et gratuit, proposé en plus des cours d'EPS que les enfants ont suivi de façon normale, le programme ne ciblait pas uniquement l'environnement scolaire mais impliquait différents acteurs : les équipes administratives et pédagogiques des collèges, les équipes médicales scolaires, les associations sportives, les familles, les collectivités territoriales, etc. Il n'y a

pas eu d'action spécifique sur les habitudes alimentaires. L'intervention comprenait une composante éducative visant à modifier l'attitude et la motivation des adolescents vis-à-vis de l'activité physique. Les parents et éducateurs ont été incités à encourager les enfants à augmenter leur activité physique. De nouvelles activités physiques ont été proposées pendant la pause de midi, les heures de permanence et en période périscolaire, en prenant en compte les obstacles à la pratique (manque de temps, horaires inappropriés, éloignement et inaccessibilité des installations sportives, coût, impression d'incompétence physique,…) afin d'encourager les adolescents à utiliser les connaissances acquises. Les activités, académiques ou moins formelles pendant les pauses, ont été organisées par des éducateurs sportifs sans référence à un quelconque aspect de compétition. Le plaisir de participer et le jeu ont été mis en exergue afin de favoriser la pratique des enfants manquant de confiance en eux[491]».

C) Un réseau de partenaires très développé

ICAPS est exemplaire aussi du point de vue de la gouvernance et de la mise en synergie des acteurs publics et privés parties prenantes de l'action[492].

Côté institutionnel, on note la présence de collectivités territoriales (communes, conseil général) mais aussi celle du Comité régional olympique et sportif d'Alsace (CROS). Pour l'Etat, la mobilisation conjointe du Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports (avec la DRDJS Alsace) et celle de l'Education nationale (avec l'Inspection académique du Bas-Rhin). Côté scientifique, l'Université Louis Pasteur de Strasbourg, l'INSERM, l'INRA étaient présents ainsi qu'un comité scientifique indépendant. L'Assurance maladie a également encouragé le projet.

En prolongement, sur le terrain, ont été mobilisés : les associations sportives et centres socioculturels, les associations de parents d'élèves, les nombreux intervenants sous la responsabilité, les chefs d'établissement, les enseignants de toutes disciplines, etc., ainsi que les élèves eux-mêmes.

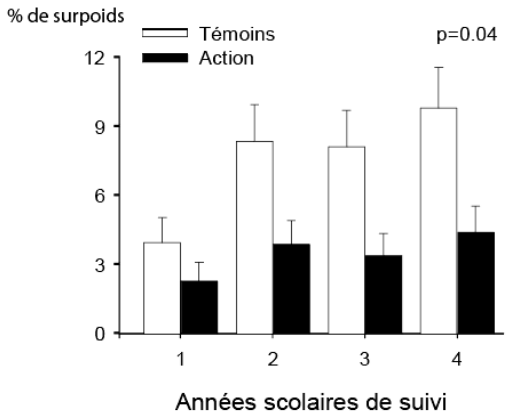
[491] ICAPS, communiqué de presse précité.
[492] ICAPS, communiqué de presse précité, p 15

D) Des résultats très encourageants et scientifiquement validés : « Il est possible de faire bouger les adolescents pour améliorer leur santé[493] »

Les résultats d'ICAPS sont très encourageants et démontrent qu'à partir d'une stratégie « multi-niveaux » de proximité, agissant à la fois sur les déterminants individuels et environnementaux des activités physiques et sportives, « il est possible de faire bouger les adolescents pour améliorer leur santé ».

En effet, à l'issue des quatre années de l'étude-action, le bilan est le suivant : « Le programme ICAPS induit une augmentation de l'activité physique de loisirs de près d'une heure par semaine et une diminution du temps passé quotidiennement devant la télévision. Il s'accompagne d'une moindre prise de poids au cours de l'adolescence et prévient les risques de surpoids. Ainsi, pour les enfants de poids normal, le risque de se trouver en surpoids à la fin de l'étude est diminué de plus de 50% dans les collèges « action ». L'intervention est de plus associée, indépendamment de ses effets sur le poids, à une diminution de certains facteurs de risque cardiovasculaire, par exemple une augmentation du HDL-cholestérol (le bon cholestérol)[494]. »

Figure 83. ICAPS – Bilan 2002-2006 – Proportion de surpoids chez les adolescents de poids normal au départ (selon les critères internationaux de l'IOTF)



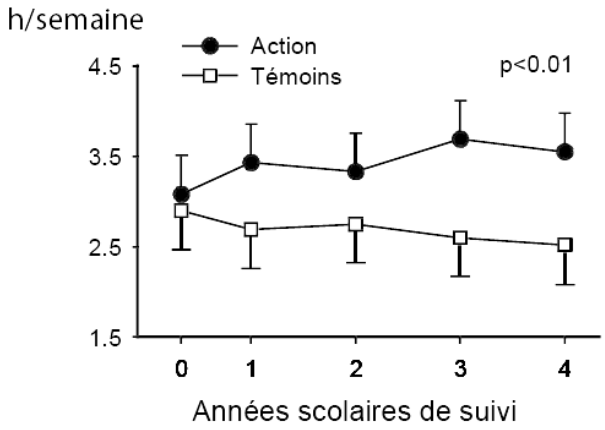
Source : ICAPS, Bilan, communiqué de presse

ICAPS a aussi fortement stimulé la pratique régulière d'une activité physique ou sportive *encadrée* chez les adolescents des collèges « action ». Et, il faut le souligner : l'augmentation a été similaire chez les filles et les garçons.

Plus précisément, « à la fin de l'étude, 79% des adolescents 'action' pratiquaient régulièrement au moins une activité physique encadrée (en association ou dans le cadre d'ICAPS). A l'inverse, confirmant les données antérieures obtenues chez les adolescents français et européens, la participation régulière à des activités encadrées, en dehors des cours d'EPS, diminuait de 65% à 47% chez les adolescents 'témoins'. »

[493] ICAPS, communiqué de presse précité.
[494] ICAPS, Communiqué de presse précité.

Figure 84. Bilan ICAPS – 2002-2006 – Evolution de l'activité physique de loisirs encadrée (heures par semaine)



Source : ICAPS, Bilan, communiqué de presse

Dans leur bilan, les chercheurs signalent enfin des bénéfices collatéraux d'ICAPS. D'une part, les collégiens ayant suivi le programme ont augmenté de façon significative leur confiance en eux face à l'activité physique (sentiment de compétence), même en présence d'obstacles (stress, devoirs, fatigue…) ; or, ce paramètre est habituellement considéré comme un bon prédicteur de changements de long terme. D'autre part, ICAPS induit une augmentation de l'activité physique de l'entourage des adolescents, notamment des mères : à la fin de l'étude 25,7 % des mères d'adolescents ayant suivi ICAPS déclaraient pratiquer une activité physique de loisirs régulière contre 15,7% pour celles des collégiens 'témoins'.

E) Les clés du succès selon l'équipe d'ICAPS

Pour terminer, nous redonnons la parole à l'équipe d'ICAPS qui, dans son communiqué presse de bilan analyse les clés de ce succès remarquable : « Nous pensons qu'avoir mis 'le pied à l'étrier' des adolescents grâce à une offre d'activités physiques facilement accessibles et ludiques a été déterminante d'une part pour initier la pratique des plus sédentaires. D'autre part, ces activités ont permis de modifier leurs attitudes et leurs compétences physiques, ce qui, à son tour, a favorisé l'adhésion des adolescents aux activités proposées dans le cadre du programme ou en dehors de celui-ci. Le fait d'offrir des activités pendant les pauses et immédiatement après les cours, à proximité des établissements scolaires, a permis qu'ils surmontent plus facilement les obstacles à la pratique d'une activité physique de loisirs, au premier rang desquelles les contraintes de temps ou de transport ou, pour les parents, les inquiétudes concernant la sécurité.

Un autre point déterminant a été le développement de stratégies différentes selon les contextes sociaux et environnementaux des différents collèges permettant ainsi de s'adapter aux besoins et contraintes des adolescents (horaires de cours, proximité des lieux de sport, …). Autrement dit, il n'y a pas une recette unique mais un programme à décliner. »

3.3.1.2. Préconisation au Conseil régional de Bretagne : en partenariat avec le Rectorat, l'ARS, le CROS Bretagne et l'ORSB susciter l'expérimentation d'un programme de type ICAPS dans des lycées volontaires en Bretagne – ILAPS -

Au vu des résultats bénéfiques de l'expérimentation ICAPS pour les collégiens, une question vient à l'esprit : un tel programme permettant d'améliorer l'état de santé des adolescentes et adolescents par l'activité physique régulière doit-il s'arrêter à la porte du lycée ?

Le CESR de Bretagne suggère que le Conseil régional de Bretagne, selon ses compétences et moyens, suscite un partenariat de différents acteurs régionaux et locaux volontaires qui permettrait d'expérimenter un programme de type ICAPS au niveau de quelques lycées candidats en Bretagne.

Il pourrait y associer, à titre consultatif, le Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne qui s'est montré très attentif à la question de l'activité physique, du sport et de la santé lors de l'enquête menée par le CESR de Bretagne pour la présente étude[495].

Si le Conseil régional n'était pas en mesure de porter cette initiative, un autre acteur régional, comme le Rectorat d'académie, l'Agence Régionale de Santé, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale ou le CROS Bretagne pourrait le faire

Par référence à l'étude-action ICAPS qui était destinée aux collégiens, ce programme pourrait s'intituler, sous réserve de l'aval de l'équipe ICAPS : Intervention auprès des *lycéens* centrée sur l'activité physique et la sédentarité ou *ILAPS.*

Il pourrait être fait appel à l'expertise et aux conseils de l'équipe d'ICAPS, dont le Professeur Chantal Simon, initiatrice et coordinatrice de la recherche-action. L'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB) qui suit de près la santé des jeunes en Bretagne serait chargé, avec l'équipe ICAPS, du pilotage et de l'adaptation de l'étude-action aux spécificités régionales.

A titre indicatif et non exhaustif, pourraient par exemple faire partie du comité de pilotage régional d'ILAPS : Le Rectorat d'académie de Rennes, l'Agence régionale de santé, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale de Bretagne, le Comité régional olympique et sportif de Bretagne, le Conseil régional de Bretagne, le réseau des Caisses d'allocations familiales, la Chambre régionale de l'économie sociale dont la Mutualité Bretagne, l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé en Bretagne, l'Université (UFR STAPS, Sciences de l'éducation, Facultés de médecine notamment), l'INSERM, l'Ecole des hautes études en santé publique (EHESP) de Rennes, antenne de Bretagne de l'Ecole normale supérieure de Cachan (Master sport santé-société), etc.

Sur le terrain, comme ce fût le cas pour ICAPS, tous les acteurs publics et privés de la communauté éducative territoriale concernée, situés dans les environnements de vie des lycéens, seraient mobilisés : en premier lieu, les lycéennes et lycéens eux-mêmes, les chefs d'établissement et les enseignants, les parents, les communes, leurs élus et leur réseau associatif- notamment sportif, socioculturel et environnemental-, le réseau des acteurs sanitaires, sociaux et médico-sociaux du territoire, etc.

[495] Les résultats de cette enquête par questionnaire réalisée par le CESR de Bretagne avec l'aide des services du Conseil régional, sont présentés plus loin dans le chapitre suivant du rapport, dans la partie « Accès de tous ».

Des entreprises privées locales, partageant les objectifs du programme, pourraient également, dans le cadre de leur responsabilité sociale, être impliquées dans ce partenariat au service de la santé des lycéennes et lycéens.

L'environnement numérique des lycéennes et lycéens pourrait également être un levier à actionner pour stimuler l'envie des jeunes et guider leurs efforts vers un mode de vie physiquement actif. Le site Web du « défi 5/30 » de Kino-Québec en est un bon exemple, quoique ici, s'agissant d'adolescent(e)s, c'est plutôt d'un défi « 5/60 » (5 fruits et légumes et 60 mn d'activité physique par jour) dont il faudrait parler. Enfin, on peut déjà commencer avec l'objectif des 30 mn pour certain(e)s…

3.3.1.3. Recommandations générales pour promouvoir la santé des enfants et des adolescent(e)s par une pratique régulière de l'activité physique

Après cette introduction sur ICAPS et notre suggestion de son expérimentation auprès de lycéennes et lycéens en Bretagne, nous reprenons le fil conducteur des propositions formulées par le Professeur Jean-François Toussaint pour promouvoir, d'une manière générale, l'activité physique régulière chez les enfants et les adolescents –filles et garçons.

A) Les principaux constats fondant les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive chez les enfants et adolescent(e)s

1) Bilan sur le contexte de l'activité physique des enfants et adolescent(e)s

Avant de présenter ses recommandations, le groupe de travail « enfants et adolescents », du rapport Toussaint, coordonné par le Professeur Chantal Simon, fait la synthèse des constats qui en sont le fondement. Nous reproduisons intégralement, ci-après, sous forme d'encadré, le texte de ce bilan très dense et qui va à l'essentiel. L'expérience ICAPS qui vient d'être présentée est en filigrane ainsi que l'état des lieux de la sédentarité, de l'activité physique et des pratiques sportives que nous avons dressé au début de cette partie consacrée à la santé.

Rapport de Jean-François Toussaint – « Retrouver sa liberté de mouvement- Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive » - Synthèse sur le contexte de l'activité physique des enfants et adolescents - Extraits[496]

« Les données sur les relations entre APS et état de santé indiquent que l'enfance et l'adolescence sont des périodes privilégiées d'un programme visant à augmenter le niveau d'activité physique de la population générale. Elles soulignent que ces actions doivent viser l'obtention d'un mode de vie actif pendant l'enfance et l'adolescence mais aussi son maintien pendant toute la vie. Dans cette perspective, les stratégies à large échelle doivent favoriser la participation des jeunes à des APS qui leur procurent du plaisir tout en leur permettant d'acquérir les habiletés motrices nécessaires aux changements de comportement et d'acquisition de saines habitudes de vie. A ce titre, les adolescentes requièrent une attention particulière, tout comme les jeunes des milieux moins favorisés.

Malgré une offre globale d'activités physiques ou sportives relativement importante, que cela soit dans le cadre des établissements scolaires, du milieu associatif ou des centres d'accueil pour mineurs, un grand nombre d'enfants et d'adolescents ne pratiquent pas d'autre activité physique que celle proposée de façon obligatoire dans le cadre des programmes scolaires. De façon globale, la pratique d'activité physique à l'école et pendant les loisirs ne suffit pas à compenser l'effondrement des activités physiques dans la vie quotidienne. Les principaux freins à la pratique sont une offre reposant encore trop souvent sur une pratique de type compétitive, le manque de temps, l'éloignement des lieux de pratique, la non disponibilité des parents pour accompagner leur enfant, et le manque de sécurité perçue.

[496] Reprise des encadrés figurant en pages 36-40-43

Les stratégies de prévention qui ont le plus grand potentiel d'efficacité chez les jeunes sont les stratégies multi-niveaux qui ciblent à la fois les connaissances et les représentations de l'activité physique d'une part, les conditions physiques et organisationnelles d'activités physiques ou sportives d'autre part. L'objectif est que tous les jeunes puissent acquérir les aptitudes nécessaires à la pratique d'activité physique et que l'existence de nombreuses opportunités d'activités variées, attractives et facilement accessibles lui permette de mettre en œuvre les compétences acquises, favorisant ainsi le maintien des changements de comportements à long terme.

Les établissements scolaires représentent un point d'ancrage privilégié pour de telles stratégies, qui nécessitent par ailleurs une approche transversale et la collaboration synergique de différents acteurs. »

2) Faire des établissements scolaires le point d'ancrage d'une stratégie multifactorielle pour lutter contre les inégalités de santé : un enjeu démocratique

Nous reviendrons, dans la partie suivante, sur certains de ces constats, lorsque nous aborderons l'éducation par le sport en particulier le dernier paragraphe de l'encadré qui dit que « les établissements scolaires représentent un point d'ancrage privilégié pour de telles stratégies, qui nécessitent par ailleurs une approche transversale et la collaboration synergique de différents acteurs ».

Cette idée nous semble particulièrement importante, pour deux raisons en particulier relevées par Jean-François Toussaint : « Tout d'abord, et avant tout, les établissements scolaires sont un moyen unique d'accéder à l'éducation de tous les jeunes, y compris ceux des milieux socio-économiquement défavorisés, dont on sait qu'ils sont particulièrement vulnérables en termes d'inactivité physique et d'état de santé. D'autre part, les établissements scolaires offrent de nombreuses occasions d'activité physique qui ne se limitent pas aux cours d'EPS obligatoires mais incluent les intercours, les récréations et les périodes périscolaires, autant d'occasions de proposer des activités variées sur le site scolaire, les rendant ainsi facilement accessibles ».

Faire des établissements scolaires le point d'ancrage de la promotion de l'activité physique régulière favorable à la santé, dont la pratique sportive, est en effet un enjeu démocratique de lutte contre les inégalités de santé entre les enfants et adolescents de toutes origines et de toutes conditions. Nous ajouterons que ce port d'attache scolaire permet aussi de lutter contre les inégalités entre les filles et les garçons qui, nous l'avons vu, en termes d'activité physique, sont flagrantes, au détriment de la santé actuelle et future des filles et adolescentes.

L'égal accès à l'activité physique est facilité par un égal accès à un environnement physique, social et organisationnel qui stimule -ou devrait stimuler- les possibilités d'activités, le plaisir, le goût de l'effort, l'estime de soi et la confiance en soi des élèves. Progressivement, ceux-ci sont amenés à acquérir l'habitus d'un mode de vie physiquement actif dont l'espoir est qu'il se prolonge à l'âge adulte.

Que ce soit avec EPODE pour les élèves des écoles primaires ou ICAPS pour les collégiennes et collégiens, cette stratégie multifactorielle ancrée sur le milieu scolaire, compte tenu de ses résultats très encourageants -en France comme à l'étranger-, semble très prometteuse pour l'avenir. Mais, au-delà de quelques expérimentations locales, quand pourra-t-elle être généralisée ? La Bretagne, déjà forte de la densité de son tissu sportif, pourrait-elle prendre d'autres initiatives en ce sens pour devenir l'une des régions françaises les plus « proactives » pour les enfants et les jeunes en anticipant la mise en application régionale des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint ?

B) Présentation et analyse des 8 propositions du rapport Toussaint pour développer un style de vie physiquement actif chez les enfants et adolescent(e)s

Nous présentons ces propositions sous forme de tableau synthétique (pages suivantes) avec quelques observations issues de la réflexion du CESR de Bretagne. Quelques actions relevant spécifiquement de la compétence de l'Etat au niveau national ne sont pas mentionnées (texte original du rapport Toussaint cité entre guillemet).

A qui peuvent s'adresser ces préconisations ?

Ces propositions d'action s'adressent à l'ensemble des acteurs publics et privés en relation avec les enfants, adolescents et jeunes en Bretagne. Le Conseil régional de Bretagne n'est que l'un d'entre-eux, ses compétences et moyens d'action étant nécessairement limités. D'où l'intérêt d'actions partenariales et territorialisées pour que les acteurs concernés, chacun en ce qui le concerne, à son niveau –même modeste-, agissent ensemble dans l'intérêt de la santé des enfants et des adolescents.

Tableau 23. Propositions du rapport de Jean-François Toussaint pour développer l'activité physique des enfants et adolescent(e)s – Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS)[497] - Tableau de synthèse réalisé par le CESR de Bretagne avec observations[498]

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
1) « Faire évoluer les représentations des activités physiques ou sportives et promouvoir leur pratique par les jeunes grâce au relais des campagnes nationales par des opérations de promotion régionales et locales ciblant plus spécifiquement le jeune et ses parents »		
-Image des APS souvent trop centrée sur la compétence et la compétition -Enjeu de valoriser la pratique dans le cadre des programmes scolaires et en dehors	-Campagne de promotion d'événements multisports en pratique conviviale, voir familiale, sans exigence d'un haut niveau technique -Responsabiliser les médias sur l'image des APS qu'ils véhiculent auprès des jeunes	-Sexuer les campagnes pour cibler les attentes des filles et adolescentes -Valoriser « l'esprit sportif » en suivant les recommandations de l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play (CNOSF) -Mobiliser les médias régionaux (Ouest-France, Télégramme, France 3 Ouest, télévisions locales, etc.) -Utiliser l'environnement numérique des jeunes (Web, réseaux sociaux…)
2) « Sensibiliser les personnes en contact, dans leur métier, avec les enfants et les adolescents aux bénéfices santé de l'activité physique chez le jeune et les inciter à avoir une attitude proactive vis-à-vis d'elles »		
-Rôle de relai essentiel exercé par les professionnels en contact avec les jeunes : offre d'activités et attitudes proactives	-Informer et sensibiliser : éducateurs et animateurs des associations, équipes pédagogiques (de toutes disciplines) et administratives des établissements scolaires, personnels des collectivités locales (services enfance, personnels de cantine…), assistantes maternelles, personnel des gardes et activités périscolaires -Prévoir des modules de formation	-Mobiliser le réseau d'information et de formation de l'Education nationale -Collectivités locales (élus et agents) : action du CNFPT Bretagne, des Centre de Gestion départementaux et de l'ARIC -Intégrer un module «activité physique et santé » dans toutes les formations sanitaires et sociales.

[497] Projet de plan national de prévention par l'activité physique ou sportive – Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement », 2008, pp 32-49
[498] Texte original entre guillemets, coupures signalées par (…). Tous les exemples d'action ne sont pas repris dans le tableau, certains relevant de la compétence de l'Etat central au niveau national

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
3) « Sensibiliser les professionnels pour que chaque enfant réalise effectivement les temps d'activités physiques ou sportives prévus dans les programmes »		
-Horaires prévus dans les programmes souvent inférieurs dans la pratique (déplacement, hétérogénéité de pratique des élèves, dispenses…) -Niveau d'activité physique quotidienne recommandée souvent insuffisante -Attentes et motivations des élèves parfois négligées	-Sensibiliser l'ensemble des enseignants aux bienfaits de l'activité physique régulière pour la santé des jeunes -Organisation de l'EPS (horaire, localisation, contenu): effectivité des temps d'activité physique prévus par les programmes ; pratique d'intensité modérée à élevée suffisante pendant les séances ; enseignement des compétences nécessaires à un mode de vie actif -Diversifier l'offre d'activités physiques et sportives en collège et lycée, notamment en direction des adolescentes et des élèves les moins compétents -Agir sur les représentations des élèves et de leurs parents pour valoriser un mode de vie physiquement actif (ex : dispenses d'EPS non justifiées) -Promouvoir la pratique d'APS pendant le temps scolaire en dehors de l'EPS dans les cours de récréations : aménagement des cours, encadrement des activités pour favoriser le jeu, assouplissement du règlement de l'école si besoin (ex : utilisation de ballons en mousse), encadrement conjoint avec associations ou clubs sportifs	-voir chapitre sur l'éducation et la formation par les activités physiques et sportive. -Impliquer aussi les associations de sport scolaire (USEP, UNSS, UGSEL) et les parents d'élèves -Mobiliser le mouvement sportif local, les élus et agents des collectivités locales (Cf. élu référent « activité physique et santé ») -Prendre en compte les attentes et la parole des élèves (Cf. enquête auprès du Conseil régional des jeunes) -Sensibiliser les services techniques des collectivités locales sur les aménagements de l'environnement physique favorisant l'activité physique régulière (CNFPT)
4) « Faire des établissements scolaires un point d'ancrage privilégié des actions facilitant la pratique d'activités physiques ou sportives hors temps scolaire, grâce à une offre d'activités variées et conviviales s'appuyant sur une synergie entre éducation nationale, associations, clubs sportifs, accueils collectifs de mineurs (ACM)[499] et collectivités territoriales »		
-Accès de tous les élèves aux bienfaits d'une pratique régulière des APS, notamment les adolescentes, les jeunes de milieux défavorisés et ceux rebutés par la compétition -Tremplin pour une pratique	-« Offrir le matin avant les cours, entre midi et deux heures, pendant les intercours, le soir immédiatement après les cours, des activités physiques et sportives variées et attractives, encadrées par un animateur sportif ou par les associations sportives scolaires sur le site scolaire ». -Faciliter le transport vers les APS après l'école, notamment en cas d'éloignement des lieux de pratique -Développer le volet sportif de l'accompagnement éducatif	-Trouver des moyens innovants pour cofinancer cette nouvelle offre d'activités physiques ou sportives -Importance d'une réflexion sur les risques juridiques encourus par les adultes encadrants et sur les moyens de surmonter cet obstacle majeur au développement de l'APS chez les enfants et adolescents : acceptation du risque, concertation avec les assureurs -Mobiliser l'ensemble des professionnels enseignants et

[499] ACM : centres de vacances, centres de loisirs…

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
autonome -Utilisation du temps scolaire pour rendre plus facilement accessible une offre diversifiée en dehors du soir, du mercredi et des WE -Nécessité de passerelles entre les acteurs de l'offre d'APS : associations sportives scolaires, clubs sportifs, ACM, collectivités locales, etc. -Besoin de trouver des financements pérennes	-Animer les temps du midi et du soir par des APS et/ou de l'aide aux devoirs -Proposer des APS non structurées, encadrées, pendant les temps de pause en alternative aux heures de permanence -Réserver des temps d'APS pour les élèves internes au même titre que les temps d'étude, dans l'établissement ou en dehors -Nécessité d'une action concertée entre les équipes administratives des établissements, les associations sportives (scolaires ou non), les ACM et les collectivités territoriales, intégrant une réflexion sur les aspects réglementaires et les responsabilités -Désignation d'un élu municipal référent « mobilité active » -Sensibiliser et former les professionnels en contact avec les enfants et adolescents	non enseignants -Enjeu crucial des passerelles pour créer une synergie de partenariats publics et privés au service de la santé et du bien-être des enfants et adolescents -Encourager plus fortement la pratique des filles et adolescentes pendant les temps structurés ou non structurés des APS (temps périscolaire notamment)
5) « Encourager et favoriser la diversification de l'offre d'activité physique ou sportive par les associations et les clubs, en accord avec l'attente des jeunes ne souhaitant pas faire de compétition, et proposer des activités associant les jeunes et leurs parents »		
-La pratique compétitive peut ne pas convenir à certains jeunes dont les attentes vont plutôt vers le plaisir et la socialisation -La pratique en famille favorise celle des plus jeunes -En complément de l'offre existante, la prise en compte de ces éléments permettrait de toucher davantage d'enfants et d'adolescents	-« Favoriser le virage initié par le mouvement sportif visant à proposer une approche non compétitive, à côté d'une pratique préparant à la compétition, répondant ainsi aux attentes de certains jeunes et de leurs parents » -Développer une offre associative d'activité conjointe mais distincte pour l'enfant et son accompagnant (ex : occuper les parents pendant les séances) -Explorer les freins organisationnels et associatifs au développement des pratiques multisports de découverte ou d'initiation - Hors temps scolaire, ouvrir les équipements des écoles aux associations sportives pour proposer des APS variées et ludiques, en particulier le samedi matin, et maintenir les transports scolaires en conséquence. - Mise en place d'animations d'accès libres (éducateurs communal ou associatif) dans les parcs, espaces de loisirs…	-Le mouvement olympique et sportif a déjà pris conscience de la nécessité de diversifier son offre d'APS pour répondre à de nouvelles attentes et attirer de nouveaux publics. L'action est à relayer au niveau régional, départemental et communal par ses représentants ainsi que par les Ligues, comités et clubs. Des soutiens publics sont à développer en ce sens. -La prise en compte de la gestion des temps et des attentes des parents, notamment des mères, est un enjeu important. -Le mixage d'activités sportives et culturelles dans des lieux et temps communs aux parents et enfants est sans doute une voie à explorer. -Hors temps scolaire, le transport des enfants aux activités pourrait être facilité par l'organisation locale de pédibus ou vélobus vers les lieux d'activités sportives et socioculturels.

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
		-Possibilité doit être donnée aux enfants et adolescents d'avoir des activités physiques et ludo-sportives *non structurées* pour se dépenser librement et spontanément, en sécurité, à proximité du domicile (Cf. Travaux du Pr Roger Mackett) -Il faut des actions ciblées pour répondre aux attentes féminines : filles, adolescentes, mères, grands-mères…
6) « Améliorer la mise à disposition et l'accessibilité en toute sécurité des équipements et lieux d'activités physiques ou sportives sur l'ensemble du territoire et ainsi contribuer à favoriser les différents types de pratiques encadrées ou non »		
-La proximité et l'accessibilité des installations favorisent la pratique des jeunes, notamment ceux issus de milieux défavorisés -Enjeu de dépasser les freins : éloignement, absence de parent accompagnant, horaires, sûreté et sécurité -Manque ou saturation des équipements de qualité dans certains territoires ; inégalités rural/urbain	-« Promouvoir une politique d'investissement active et de modernisation des équipements sportifs, y compris des petits équipements de proximité, sans oublier les aspects de sécurité ». -Réalisation de voies pédestres et cyclables, aménagement de parcs et squares pour favoriser la pratique de loisir -Accès aux équipements scolaires (cours de récréation, gymnases) en dehors des heures de cours (soirée, week-end). -« Renforcer la coordination entre l'ensemble des acteurs du sport et mettre en cohérence les projets locaux, départementaux et régionaux d'équipements sportifs » -Favoriser l'adhésion des communes aux labels type « ville active »	-Les plannings d'utilisation des équipements sportifs publics communaux est souvent déjà saturé (créneaux scolaires et associatifs). En revanche, il semble possible d'intensifier l'usage de certains locaux et équipements sur des plages non exploitées, comme par exemple les installations scolaires et universitaires. -L'utilisation des cours et équipements scolaires est à explorer mais pause d'importantes difficultés en termes de responsabilité et de gestion du risque de dégradation. La mobilisation locale d'adultes bénévoles pour surveiller l'utilisation des équipements sur certains créneaux horaires pourrait être envisagée, un peu sur le modèle des volontaires pedibus (étudiants, parents, retraités…). -L'enjeu de la modernisation des équipements sportifs est important. Ils sont à considérer comme des investissements de qualité de vie locale et pas seulement comme une charge budgétaire. Leur usage ne doit pas, de fait, être privatisé au profit d'une seule discipline sportive (comportement parfois peu civique de certains clubs) -Les communes devraient porter une égale attention aux petits aménagements, parfois peu coûteux, qui permette aux jeunes de pratiquer librement des activités

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
		physiques ou sportives non encadrées (sécurité, agrément, propreté, éclairage, proximité, accessibilité…). -Une bonne gouvernance locale est la clé de voûte de la réussite de ces actions.
7) « Développer des plans de déplacements actifs entre le domicile et l'école s'appuyant sur un référent 'activité physique' »		
-Les activités physiques quotidiennes sont une composante majeure de la dépense énergétique totale (enjeu du maintien des changements de comportement)	-Plans de déplacements actifs entre le domicile et l'école par une démarche interactive entre établissements scolaires, enfants, parents et communes ; -Nommer un « référent mobilité active » -Agir sur l'environnement physique et structurel aux abords des établissements scolaires pour inciter et sécuriser la mobilité active : périmètre scolaire piétonnier aux heures d'entrée e de sortie des classes, voies pédestres et cyclables sécurisées, lieux de dépose excentrés de l'école. -Encadrement des déplacements actifs vers l'école depuis le domicile ou des lieux de dépose excentrés (pedibus -carapatte, vélobus, …) -Actions de sensibilisation des acteurs concernés	-De nombreuses actions sont déjà mises en place localement en ce sens. -Il faut sans doute encore améliorer la sécurisation et l'agrément des déplacements actifs en recherchant la continuité des voies et espaces de mobilité active. -la mise en place réglementaire et physique, aux heures de déplacement scolaire, de périmètres de sécurité « mobilité active » est une mesure peu coûteuse. -La création de « corridors scolaires » sécurisés et agréables aux abords des établissements est à systématiser chaque fois que possible localement -Pour favoriser la mobilité active domicile-école, il faut aussi agir sur le sentiment de sécurité des parents et des élèves -Les déplacements actifs peuvent aussi être encouragés en dehors des temps scolaire, par exemple pour se rendre aux activités de loisirs, sportives ou autres, des enfants. -La nomination d'un référent mobilité active, par exemple un adjoint au maire assisté d'un agent communal, ou d'un personnel scolaire, semble indispensable pour coordonner et dynamiser la politique locale de déplacements actifs -A côté des arguments environnementaux en faveur des déplacements doux, sensibiliser localement le public sur les enjeux en termes d'activité physique et de santé. Par exemple, parler systématiquement de « mobilité douce

Justifications	Exemples d'actions	Observations du CESR de Bretagne
		et active ».
8) « Mettre en place des incitations financières facilitant l'accès du plus grand nombre à la pratique physique ou sportive, notamment familiale »		
-Réduire les inégalités sociales et financières d'accès à la pratique des APS	-Harmoniser les dispositifs d'aides financières (« chèque active », coupon-sport, chèque sport, aides des caisses d'allocations familiales…) -Prise en charge du coût de la licence sportive pour les publics prioritaires du plan régional de santé -Favoriser la pratique familiale associative : tarifs d'inscription, création d'une licence familiale	-la mise en cohérence des dispositifs nationaux et locaux d'aide à la pratique sportive reste à faire. -Lier « chèque sport » et publics prioritaires figurant dans le plan régional de santé est intéressant pour promouvoir la dimension santé publique des APS et la responsabilité des clubs en ce domaine. Pour les publics prioritaires, il pourrait, par exemple être majorée (ex : adolescente, personnes en situation de handicap, mères…) -Les financeurs publics des aides à la licence sportive pourraient engager une réflexion sur les moyens complémentaires à mettre en œuvre pour favoriser un mode de vie physiquement actif : la pratique en club sportif, à elle seule, permet rarement d'atteindre les niveaux d'activités physiques favorables à la santé des enfants et adolescents. -La pratique sportive familiale, notamment celle des mères, favorise celle des enfants, d'où l'intérêt d'étudier la mise en place de licences familiales multisports et, pourquoi pas, en mixant sport et accès à d'autres activités socioculturelles locales.

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – PNAPS », 2008- Tableau de synthèse réalisé par le CESR de Bretagne avec ses observations (texte original entre guillemets)

3.3.2. Promouvoir l'activité physique des étudiants à l'Université

Le projet de Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive fait des propositions pour promouvoir l'activité physique des étudiants inscrits à l'Université.

Dans le chapitre consacré à l'éducation par le sport, nous avons déjà mentionné le rapport de Gérard Auneau et Stéphane Diagana sur le développement du sport à l'Université (juillet 2008) proposant de rendre le sport *obligatoire* pour tous les étudiants de licence à raison d'un semestre par diplôme, pour revaloriser la pratique physique et sportive à l'université, l'adapter aux souhaits et aux besoins de l'étudiant, et redonner au sport une véritable place au sein de la formation universitaire. Ce rapport préconise aussi de « construire et mettre en œuvre des contenus de formation liés à la santé » ainsi qu' « une campagne de lutte contre la sédentarité des étudiants ».

Le rapport de Jean-François Toussaint s'inscrit dans le prolongement de ces propositions mais il va plus loin sur le volet de la santé par les activités physiques et sportives[500]. Nous ne détaillerons pas ici toutes ces recommandations, certaines s'adressant directement à l'Etat central.

Jean-François Toussaint souligne que « le passage à l'université constitue une brève charnière de 3 à 5 ans qui se situe entre un monde scolaire très encadré et l'autonomie de la vie adulte » et qu' « il convient d'aménager cette transition pour accroître les connaissances en santé des étudiants et leur donner les moyens de les appliquer par une pratique physique appropriée ».

La proposition principale du rapport est de créer un programme national baptisé « UNIVER'SANTE » regroupant l'ensemble des informations et actions visant à promouvoir la santé par les APS chez les étudiantes et les étudiants. Il s'agit, en pratique, de créer une alliance entre les services universitaires des APS (SUAPS) et les services interuniversitaires de médecine préventive et de promotion de la santé (SIUMPSS). Dans chaque université serait créée une commission « UNIVER'SANTE ».
A noter que cette proposition principale du rapport repose sur l'examen de plusieurs bonnes pratiques locales, dont l'action « UNIVER'SANTE » mise en place en Bretagne par l'Université de Rennes 2 à destination des étudiants comme des personnels (voir encadré ci-après).

Préconisation du CESR

Le CESR de Bretagne suggère que l'Université européenne de Bretagne se saisisse des propositions du rapport Toussaint pour envisager les possibilités de mise en œuvre, dans les universités de la Bretagne, du programme « UNIVER'SANTE ».

Il serait nécessaire d'y associer les représentants des étudiants, du Rectorat d'académie, du CROUS, du CRIJ Bretagne, du Comité régional olympique et sportif Bretagne, de la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale, de l'Observatoire régionale de la santé en Bretagne, de l'Agence régionale de santé et de l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé.

Enfin, le CESR souligne aussi l'intérêt pour l'ensemble des autres acteurs de l'enseignement supérieur en Bretagne de se saisir des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint, comme par exemple la Conférence des grandes écoles de Bretagne, mais aussi le

[500] Rapport cité, pp 51-60

réseau des IUT et établissements préparant aux BTS, les instituts et écoles de formation aux métiers des secteurs sanitaire et social, etc.

Univers'santé à l'Université de Rennes 2[501]

Objectif : Promouvoir la santé des étudiants et des personnels de l'Université en favorisant une pratique régulière de l'activité physique, une alimentation saine et une hygiène de vie.

Partenaires : Universités Rennes 2 (UFR STAPS et SIUAPS) et Rennes 1, MGEN, MAIF, LMDE, CASDEN…

Actions : offre d'APS hebdomadaires pour les personnels, en partie effectuées sur le temps de travail avec information santé
- journée annuelle sur la relation APS, nutrition, hygiène de vie et santé
- enseignement annuel théorique et pratique en direction des étudiants suivant l'option sport (environ 8 000 étudiants concernés)
- module d'enseignement spécifique, théorique et pratique, au premier semestre de Licence
- projet de recherches sur les effets préventifs dès la seconde année.

3.4. Approche par le travail : la prévention et la promotion de la santé par l'activité physique ou sportive en milieu professionnel en prenant en compte la taille et les contraintes des entreprises

La promotion de la santé des salariés par l'activité physique régulière, dont le sport, en milieu professionnel –privé comme public – est une formule gagnant-gagnant.

En premier lieu nous présenterons les principaux constats et recommandations du rapport du Professeur Jean-François Toussaint[502] visant à stimuler un mode de vie physiquement actif chez les salariés. En second lieu, nous verrons que le sport en entreprise est un élément qui, quoique davantage orienté vers les pratiques sportives classiques, permet d'augmenter le niveau d'activité physique des personnes dans l'emploi. Enfin, nous ferons quelques suggestions au Conseil régional à ce sujet.

3.4.1. La promotion de l'activité physique régulière des salariés : une formule gagnant-gagnant

Le rapport Toussaint comporte 42 recommandations pour promouvoir la pratique régulière d'une activité physique favorable à la santé des salariés comme à celle de l'entreprise. Toutes ne seront pas détaillées ici. Nous reprendrons, sous forme sélective, quelques éléments importants de contexte ainsi que certaines recommandations essentielles du rapport.

3.4.1.1. Contexte : passer d'une logique de gestion du risque professionnel à celles de prévention et de bien-être au travail

Le constat figurant dans le rapport est le suivant : « L'activité physique est absente des représentations du mieux-être au travail même s'il existe quelques démarches pionnières actuellement en France qui peuvent être comparées aux expériences du Canada, de l'Union européenne ou de l'Organisation mondiale de la santé ». Il est précisé que « la pratique de l'activité physique ou sportive, n'est certainement pas la clef de tous les maux qui menacent

[501] Source : Rapport Diagana-Auneau, pp54-55 – Univers'santé de Rennes 2 est cité comme exemplaire au niveau national dans ce rapport.
[502] Jean-François Toussaint, « Retrouver sa liberté de mouvement –Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive - PNAPS», 2008, pp 61-96

les entreprises, mais elle a fait la preuve de son efficacité dans les études scientifiques sur plusieurs critères révélateurs d'une bonne santé des salariés en entreprise et de l'entreprise elle-même ».
Un autre élément à prendre en compte est la possibilité d'encourager un mode de vie physiquement actif auprès d'une grande partie de la population française : « Le cadre de l'entreprise est légitime et pertinent pour favoriser l'APS auprès de la moitié de la population française de plus de 15 ans ».

L'enjeu est de « passer d'une politique de prévention du risque à une démarche santé/bien-être » puisqu' « aujourd'hui, la santé au travail est surtout assimilée à la gestion du risque professionnel », même si des progrès récents sont à noter, par exemple dans la prise en compte des troubles musculo-squelettiques et psychosociaux associés au travail.

Il est également souligné que, s'agissant des entreprises privées soumises à la contrainte d'un environnement concurrentiel, le facteur temps et coût de l'activité physique en entreprise est à prendre en compte en permanence. Il en va de même de la diversité des secteurs d'activité, des métiers, des tailles, des moyens humains et financiers, ainsi que de la localisation des entreprises.

En Bretagne, des entreprises agissent déjà pour promouvoir la santé de leurs salariés par l'exercice physique régulier. Pour quelques exemples en Bretagne, nous renvoyons le lecteur au chapitre 2 de la présente partie.

Exemples de quelques démarches pionnières actuellement en France[503]

- Echauffement des compagnons sur les chantiers dont le but est d'éviter les accidents survenant souvent dès les premières heures de travail, avec des résultats significatifs
- Organisation d'événements type journées ou semaines « santé et bien-être »
- Opérations de sensibilisation et d'accompagnement via les intranets ou les revues internes
- Journées spécifiques pour les salariés avec leurs enfants
- Implantation de salles de sport dans l'entreprise ou accès à des équipements de prestataires externes
- Cours de relaxation, yoga
- Participation à des événements sportifs (marathons, courses…)

3.4.1.2. Les bénéfices pour l'entreprise de l'activité physique régulière des salariés

Il est aujourd'hui avéré que l'activité physique améliore le climat social et le bien-être au travail, limite l'absentéisme, contribue à la productivité de l'entreprise, valorise son image et la rend plus attractive lors des recrutements (pour des exemples en Bretagne, voir le chapitre 2, « les bénéfices »).

Elle permet aussi de réduire les risques de survenue d'accidents du travail[504] ou de maladies professionnelles, telles que ceux liés à certains troubles musculo-squelettiques ou psychosociaux, dont le stress au travail.

Les modes de déplacement des salariés pour se rendre au travail ou à l'occasion de ce dernier, sont également à considérer comme des déterminants de santé des salariés qui bénéficient aussi à l'entreprise. En ce sens, la mobilité active (marche, vélo) est à favoriser chaque fois que possible, par exemple dans les Plans de déplacement en entreprise (PDE) et en prévoyant, chaque fois que possible, des vestiaires, casiers et douches pour les salariés.

[503] Source : Rapport Toussaint p 66
[504] voir des exemples d'initiatives en ce sens en Bretagne ci-avant dans la partie « bénéfices pour la santé »

Un exemple d'encouragement à la mobilité active :
le Challenge individuel inter-sites organisé par la Région Bretagne dans le cadre de la semaine de la mobilité 2009

But : sensibiliser pendant une semaine les agents aux modes de déplacement alternatifs à la voiture et les incitant à modifier leurs habitudes lors des trajets domicile-travail dans six catégories : marche à pied, vélo, transports en commun, covoiturage, multimodalité, autre
Action : Chaque jour les agents volontaires renseignent un tableau en arrivant sur leur lieu de travail et un barème permet de coter les actions : mode de déplacement (covoiturage 2, transports en commun 3, vélo 4, marche 4 ; bonification croissante selon la distance ; caractère exceptionnel (2) ou quotidien (1).
Prix : un jury interne attribue des lots aux agents les plus méritants ayant obtenu le plus grand nombre de points (IPOD, kit d'éco-lavage, guide des voies vertes en Bretagne…).
Observations : la mobilité active est valorisée par le barème (marche, vélo), mais, dans le règlement du challenge, c'est davantage le volet « environnement » que «santé par l'activité physique» qui, jusqu'ici, a été mis en avant, cette action s'inscrivant dans le cadre de l'Agenda 21 interne de la Région Bretagne. Il faut signaler également qu'a été mis en place un plan de déplacement baptisé « Plinder » qui encourage, tout au long de l'année, les agents qui le peuvent à privilégier les déplacements doux, y compris en multimodalité, par des incitations financières.

3.4.1.3. Principales recommandations du rapport Toussaint

Une condition préalable est posée à toutes les actions proposées : la participation des salariés aux activités physiques ou sportives proposées doit être basée sur le volontariat. Il ne s'agit surtout pas d'ajouter de la pénibilité physique et du stress aux salariés par une pratique physique ou sportive contrainte. Les actions doivent donc être incitatives et respecter les choix et aptitudes de chacun.

Il est proposé de mobiliser les acteurs internes et externes de l'entreprise pour promouvoir l'activité physique régulière des salariés, mais aussi de prendre en compte la dimension environnementale. S'adapter à la taille et aux métiers de l'entreprise est également indispensable lors de la mise en œuvre des actions.

Deux groupes prioritaires ou à risque apparaissent :

- les professionnels des métiers à forte sédentarité, *y compris si les personnes ont une activité physique ou sportive le week-end* lorsque celle-ci ne permet pas d'atteindre un niveau d'activité favorable à la santé ;

- les professionnels des métiers qui requièrent un niveau élevé d'activité physique entraînant un risque important de troubles musculo-squelettiques.

Des moments de vie propices à l'abandon d'une activité physique ou sportive par les salariés sont également à cibler : entrée des jeunes dans l'entreprise, maternité et parentalité, mutations, passage à la retraite.

Nous reprenons, sous forme d'un tableau de synthèse les principales recommandations du rapport Toussaint en y ajoutant quelques observations régionales.

Pour la mise en œuvre volontaire de ces préconisations, le CESR suggère de s'appuyer, dans les entreprises qui en sont dotées, c'est-à-dire essentiellement celles dont l'effectif dépasse 50 salariés, sur l'organe du CHST et ses parties prenantes.

Pour les autres, c'est-à-dire pour les TPE-PME de moins de 50 salariés, qui représentent la très grande majorité des entreprises en Bretagne, et dans lesquelles la création d'un CHST n'est pas obligatoire, il semble important qu'un dialogue social s'engage entre les délégués du personnel et les directions en recherchant dans un esprit « gagnant-gagnant ». Les

instances consulaires, professionnelles ou interprofessionnelles, pourraient aussi, en particulier par des actions de sensibilisation et de formation, se saisir de cet enjeu de la santé au travail par l'activité physique régulière au sein des TPE et des PME de leur ressort.

Tableau 24. Principales recommandations du rapport de Jean-François Toussaint pour promouvoir la santé des salariés par l'activité physique et quelques observations du CESR de Bretagne (Tableau réalisé par le CESR de Bretagne)

Recommandations générales	Actions proposées	Observations CESR Bretagne
« Motiver les acteurs internes à l'entreprise »	Sensibiliser les directions et les DRH à l'intérêt d'une démarche activité physique ou sportive/ santé/ bien-être	-Tous les milieux professionnels sont concernés, entreprises privées, publiques, administrations…
	Sensibiliser les responsables syndicaux autour de la prévention et du bien-être en entreprise, incluant l'activité physique ou sportive	-Les partenaires sociaux doivent être encouragés à prendre des initiatives en ce sens. (ex : CHSCT)
	Favoriser la mise en place d'évaluation	
	Inclure l'activité physique ou sportive dans l'approche prévention/bien-être et l'évolution actuelle de la médecine du travail	-La médecine du travail est à impliquer dans l'élaboration et la mise en œuvre du futur Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive de la Bretagne. Ces moyens, souvent insuffisants, sont à développer en conséquence. -Lien avec l'ergonomie des postes de travail
« Mobiliser les acteurs externes »	Renforcer la participation des collectivités dans le domaine activité physique ou sportive/ santé/bien-être, notamment vis-à-vis des PME et TPE	-Conseil régional de Bretagne : Inclure, en concertation avec les partenaires, la santé par l'activité physique dans la « Charte bretonne de partenariat pour la qualité de l'emploi » -Mobiliser les chambres consulaires, les branches, filières et les organismes de formation
	Sensibiliser les conseillers CRAM à la démarche APS en entreprise	-En Bretagne, le service prévention de la CRAM développe déjà quelques actions activité physique/alimentation équilibrée/santé[505] auprès d'entreprises. A développer sur la base des bonnes pratiques d'entreprise. + ARACT Bretagne, ORSB, ARS, AIMT…

[505] CRAM Bretagne, Rapport d'activité 2007 et perspectives 2008, p15

Recommandations générales	Actions proposées	Observations CESR Bretagne
	Rapprocher le tissu associatif et sportif local du monde de l'entreprise	-Les acteurs du sport en entreprise développent déjà des actions (voir ci-après) -CROS, CDOS, Ligues, comités, clubs avec chambres consulaires, CRES, UPIB, CJD, CAPEB, etc.
	Inciter les fédérations sportives à développer une offre spécifique	-Cette offre existe déjà mais est sans doute à faire évoluer pour répondre aux nouvelles attentes des salariés, femmes et hommes, notamment pour la pratique de loisirs, de détente et de socialisation à caractère non compétitif
« Utiliser la composante environnementale »	Favoriser l'utilisation des locaux de l'entreprise pour développer l'APS – (exemple d'action : « retrouver la forme en 3 escaliers »)	-Ceci ne nécessite pas nécessairement de gros investissement, ex : petite salle de détente et d'activités physiques ludiques, un panier de basket, prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur… Créer des vestiaires, casiers et douches. -Sensibilisation et formation des architectes (Ecole d'Architecture), maîtres d'œuvres, ingénieurs du bâtiment …
	Initier une réflexion sur l'utilisation de l'environnement direct	-Favoriser les promenades actives pendant les pauses, du midi notamment, par l'aménagement d'un cadre de vie agréable aux abords de l'entreprise (ex : circuit de promenade dans les zones d'activités, zones commerciales ou zones artisanales…) -aménager les accès aux lieux d'implantation des entreprises pour favoriser la mobilité active (voies cyclables et cheminements piétonniers sécurisés et agréables) ; -Sensibilisation et formation des élus et agents locaux, des maîtres d'œuvre, des architectes, des chefs d'entreprise…

Recommandations générales	Actions proposées	Observations CESR Bretagne
	Favoriser la réalisation du Plan de déplacement en entreprise (PDE) en y intégrant le déterminant APS	-A systématiser en complément de la composante environnementale
	Intégrer la démarche APS en entreprise dans le cadre de la responsabilité sociale de l'entreprise	-Lien entre agendas 21, développement durable, environnement, activité physique et santé
« S'intégrer dans les dynamiques en cours »	Intégrer l'APS dans la rédaction du « Document unique » (évaluation des risques professionnels et mesures de prévention)	
	Capitaliser sur l'expérience du Plan national nutrition santé	-Se servir des nombreux outils du PNNS et de ses relais locaux
	Synergie avec les actions mises en place par le Ministère du travail	
	Formation des managers à la santé au travail, incluant l'APS	-Universités, Grandes-écoles, Ecoles de management, écoles de commerce, écoles de formation des cadres de l'administration
« S'adapter aux métiers et à la taille de l'entreprise »	Développer une spécificité TPE/PME dans chaque programme	-Mobiliser les réseaux professionnels des TPE et PME (ex : CAPEB), y compris de l'économie sociale (CRES)
	Mise en place d'un groupe d'entreprises partenaires	- Mutualiser les bonnes pratiques entre entreprises et/ou administrations
« Communiquer »	Considérer la demande des salariés au centre de la démarche	- Principe du volontariat des salariés et prise en compte de leurs attentes, souhaits et difficultés (évaluation régulière)
	Adapter les relais aux fonctions et au rôle de chacun des acteurs	- Responsabilité du management
	Insister sur l'articulation activité physique/santé	-Transversal à toutes les actions
	Mettre en place des populations prioritaires ou à risque	-Métiers sédentaires et métiers à forte mobilisation physique notamment

3.4.2. Le « sport en entreprise » contribue à l'activité physique régulière : quelques exemples en Bretagne

La pratique du sport en entreprise contribue à favoriser un mode de vie physiquement actif favorable à la santé des salariés.

Il est en revanche peu probable, qu'à elle seule, elle soit suffisante pour que la majorité des salariés atteignent les niveaux d'activité physique quotidiens favorables à la santé. Le plus souvent, elle sera donc à considérer comme *complémentaire* aux autres activités physiques de la vie quotidienne qui sont à encourager en milieu professionnel comme à l'extérieur (voir recommandations ci-avant).

Nous présentons ici les informations et réflexions tirées d'auditions réalisées par le CESR de Bretagne pour la présente étude, sachant que les bénéfices du sport en entreprise ne sont pas que sanitaires. Ils sont d'ailleurs probablement d'abord socio-sportifs, culturels, d'éducation populaire ou économiques. Ils auraient donc pu aussi être présentés dans la partie suivante portant sur le sport, la vie sociale et les territoires. Toutefois, il nous semble que ces exemples ont aussi leur place ici car, à travers ces auditions, il apparaît, y compris en creux, que la dimension activité physique/sport/santé est un champ à développer pour les acteurs du sport en entreprise en Bretagne, non seulement dans un but de santé au travail, mais encore dans un but de santé publique, *d'abord* pour la santé, le bien-être et la qualité de vie des salariés et de leur famille ; et la bonne santé des salariés profitera aussi à celle de leur entreprise.

Nous nous limiterons à la présentation de trois acteurs du sport en entreprise en Bretagne sur la base de leur audition par le CESR : le sport en entreprise de la Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT), PSA Peugeot Citroën La Janais (site de Rennes) ; la Ligue Ouest de la Fédération sportive de la Police française (FSPF).

3.4.2.1. Le sport en entreprise vu par la Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT)[506] à partir de l'audition de Serge Duigou

Ce point est une synthèse du CESR qui rend compte de la vision spécifique du sport en entreprise par la FSGT sur la base l'audition et de la contribution écrite de son représentant régional, M. Serge Duigou.

A) Histoire et contexte actuel du sport en entreprise en France

1) Histoire du sport en entreprise en France : sport patronal ou sport ouvrier ?

Selon Serge Duigou, le sport en entreprise s'est développé en France sous une double influence : celle des patrons et celle des ouvriers proches des partis politiques de gauche. A la fin du XIXème et au début du XXème siècle, des patrons et des branches professionnelles favorisent l'émergence de clubs sportifs au sein de l'entreprise (ex : Bon marché en 1890, PTT à Bordeaux en 1898, Crédit Lyonnais en 1902, Peugeot en 128, les cheminots en 1934…). Selon Serge Duigou, cet encouragement patronal à la pratique sportive des salariés s'inscrit principalement dans un projet économique d'optimisation des capacités productives de la main d'œuvre. Parallèlement, dès le début du XXème siècle, des clubs sportifs issus d'initiatives des ouvriers voient le jour en association étroite avec l'action des partis politiques de gauche : premiers clubs ouvriers créés en 1907 par de militants de la SFIO,

[506] Audition de M. Serge Duigou, Trésorier de la Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT) et sport en entreprise, CESR de Bretagne, le 27 janvier 2009.

création en 1908 de la Fédération Sportive Athlétique socialiste[507] puis, en 1934, de la Fédération Sportive et Gymnique du Travail[508] issue du regroupement de la Fédération Sportive du Travail (communiste) et de l'Union des Sociétés Sportives et Gymniques du Travail (socialiste).

Après la Seconde guerre mondiale, les comités d'entreprise (CE) favorisent le développement des pratiques socioculturelles et sportives des salariés. En 1950, la Fédération Française de Football crée, en son sein, une branche « sport à l'entreprise » : c'est le « sport corporatif ». Les pratiques sportives de masse se développent dans les années 1960 et 1970, avec une nouvelle attention au corps, au bien-être, aux relations sociales… Ce mouvement, accompagné par les CE, fait progresser le sport en entreprise. Mais, à partir du milieu des années 1970, les évolutions productives et managériales, les exigences de compétitivité, la montée de l'individualisme, l'augmentation du chômage, freinent le développement du sport en entreprise. Les pratiques sportives sont de plus en plus externalisées hors de l'entreprise, tendance encouragée par les CE qui financent les inscriptions en club extérieur.

Pour Serge Duigou, jusqu'au milieu des années 1970, deux facteurs principaux expliquent le développement du sport en entreprise :

-« le développement de l'industrie et l'amélioration des conditions de travail ;
-« le résultat des luttes pour conquérir des droits nouveaux pour pouvoir pratiquer sur le lieu de travail. »

Il note également « que les syndicats en général n'ont pas eu comme préoccupation, ni principale, ni secondaire, le développement du sport à l'entreprise »[509].

2) L'organisation actuelle du sport en entreprise en France : des pratiques auto-organisées au sport fédéral

Selon Serge Duigou, le sport en entreprise représente en France environ 8000 clubs et de 1.2 à 1.5 millions de pratiquants licenciés, effectif auquel il faudrait ajouter les sportifs qui pratiquent librement en entreprise sans être affiliés à une fédération.

En effet, l'organisation du sport en entreprise est multiforme. Il peut ainsi se pratiquer dans des cadres différents :

- Un club de sport d'entreprise affilié à une fédération délégataire comportant une dimension « corpo » (ex : Football d'entreprise de la FFF). Selon Serge Duigou, bien que certaines fédérations accordent une attention particulière au sport d'entreprise, celui-ci reste souvent dans l'ombre et dispose de peu de moyens.
- Un club relevant d'une fédération affinitaire comme la FSGT, la Fédération Française du Sport Travailliste (FFST) ou la Fédération Française du Sport d'entreprise (FFSE).

Une pratique auto-organisée au sein d'une entreprise sans affiliation à une fédération sportive délégataire ou affinitaire.
- Un club sportif extérieur à l'entreprise avec une aide de son comité d'entreprise (externalisation).
Le sport en entreprise est représenté au sein du CNOSF par le Conseil Interfédéral du sport en entreprise[510]. Il est aussi présent dans certains CROS, c'est le cas en Bretagne.

[507] A l'époque, tous les sportifs doivent être adhérents socialistes.
[508] La FSGT est issue du regroupement de la Fédération Sportive du Travail (communiste) et de l'Union des Sociétés Sportives et Gymniques du Travail (socialiste).
[509] Sur l'évolution historique de la FSGT, du « sport ouvrier » au « sport pour tous d'éducation populaire », voir l'article publié sur son site Web, intitulé « Histoire d'être digne »[509].

A noter également que de nombreux challenges inter-entreprises fonctionnent sous l'impulsion de leur CE, plus rarement d'un syndicat, ou par volonté de la direction.

Le sport en entreprise s'ouvre aussi à des pratiquants extérieurs à l'entreprise, dans une proportion variable.

En France, la FSGT compte environ 160 000 licenciés, 220 000 adhérents, 4500 clubs dont 1200 clubs d'entreprise répartis dans 90 départements et 69 comités départementaux. Plus de 80 activités sont pratiquées, des bébés nageurs jusqu'aux pratiques des seniors.

B) Les finalités et valeurs de la FSGT : conjuguer sport et éducation populaire

Serge Duigou définit la FSGT comme « une fédération doublement affiliée « sport » et « éducation populaire » […] « jouant toujours un rôle à l'articulation du mouvement social et du mouvement sportif ».

Les finalités de la FSGT et sa vision du sport - par Serge Duigou[511]

« Pour la FSGT le sport n'est pas une fin en soi, ce n'est pas non plus un simple divertissement ni un produit de consommation comme un autre.
La FSGT a une conception multisports du développement du sport dans le monde du travail. En effet la pratique sportive du travailleur évolue tout au long de sa vie, l'entreprise, avec ses structures sociales est un lieu favorable pour lui permettre de cheminer dans la richesse culturelle des pratiques.
De plus l'ouverture quasi permanente des pratiques sportives de l'entreprise aux familles des travailleurs et aux retraités élargie le spectre des âges au maximum.
Cette approche met au centre la personne ses transformations, la prise en compte de l'éventail des ses motivations (éducation, performance, entretien, rencontre) et justifie, à nos yeux, l'importance de la dimension multisports dans ce milieu.
Enfin la FSGT considère que le travailleur est par ailleurs un citoyen, que sa vie dans le monde du travail n'est pas isolée ni cloisonnée par rapport à sa vie dans la cité. C'est une approche non corporatiste du sport dans le milieu du travail.
Les compétitions organisées par la FSGT opèrent ce mélange entre la pratique des clubs à partir du monde du travail et la pratique des clubs à partir de la cité.
Pour la FSGT le sport est un moyen d'émancipation pour tous, de réalisation de soi. C'est une activité qui repose sur des valeurs de solidarité, de partage, de plaisir, de construction collective et du refus de l'intolérance ».
La FSGT s'appuie sur une vie associative moderne et de qualité reposant sur du bénévolat compétent, reconnu et soutenu par des professionnels militants ».

Pour saisir les différentes approches du sport en entreprise selon les fédérations affinitaires, nous reproduisons ci-après un extrait du site Web de la Fédération Française du Sport d'Entreprise (FFSE). Celle-ci fait notamment apparaître l'intérêt managérial d'une gestion des ressources humaines favorisant la pratique du sport en entreprise en insistant sur les bénéfices pouvant être retirés tant par les salariés que par l'entreprise.

[510] Collège des fédérations multisports et affinitaires
[511] Audition et contribution écrite pour le CESR du 27 janvier 2009

La Fédération Française du Sport en Entreprise (FFSE) – Extraits du site Web[512] – « Une certaine philosophie du sport…

Le sport d'entreprise est, avant tout, synonyme de sport de masse. Il offre aux salariés la possibilité de pratiquer via l'association sportive d'entreprise, une ou plusieurs disciplines sportives de loisir, de détente ou de compétition. Cependant, la notion d'élitisme n'est nullement prioritaire au sein du sport d'entreprise. De nombreux pratiquants s'investissent dans le sport, mais surtout pas à n'importe quel prix.

Dans une société de plus en plus individualiste, le besoin de se retrouver et de se rassembler par le sport est ressenti.

Hors du cadre professionnel, du bureau, de l'atelier, le sport d'entreprise, dans une salle, sur un stade, un court, un manège, une piste etc., permet de nouer et de développer des échanges entre salariés, qui auront rarement lieu dans l'entreprise du fait du système hiérarchique.

Bénéficiaire en premier lieu de ces qualités de contact, de camaraderie et de compétitivité exprimées dans la pratique sportive : l'entreprise elle-même.

Si le sport est d'abord indice de bonne santé (moins de fatigue, d'absentéisme, de stress, de tabagisme et d'alcoolisme, une meilleure récupération...) fait est de constater que les salariés impliqués au sein de l'association sportive sont souvent ceux qui s'investissent le plus dans la vie de l'entreprise et participent activement à sa réussite et à sa renommée.»

C) La FSGT en Bretagne

En Bretagne, la FSGT compte 14 000 licenciés dans 300 clubs répartis de manière très inégale dans les quatre départements bretons. En effet, le Finistère à lui seul compte 10 000 licenciés et 210 clubs ! Viennent ensuite les Côtes d'Armor avec 80 clubs et 2000 licenciés, puis 7 clubs dans le Morbihan et 3 clubs en Ille-et-Vilaine. Le poids du Finistère s'explique historiquement, car c'est à Brest que la FSGT s'est d'abord implantée (ex : club FSGT du secteur de la construction navale). La faible présence de la FSGT en Ille-et-Vilaine est compensée par le développement des activités « corpo » des fédérations sportives délégataires.

Même si globalement les effectifs de la FSGT se maintiennent, la tendance est à la baisse dans les entreprises du secteur concurrentiel, phénomène à relier avec les fermetures de sites industriels ou à la contraction de l'emploi dans certaines entreprises (ex : Manufactures de Tabac de Morlaix, Port de Brest, entreprise Jabil ou Thalès…). En revanche, dans le secteur public, l'effectif est relativement stabilisé (ex : mairie de Brest, Sécurité sociale, Université…). Serge Duigou, constate « une baisse des clubs d'entreprise et une augmentation des clubs locaux » notamment dans les communes périurbaines de Brest et celles situées en milieu rural. Quelques hypothèses explicatives sont avancées : déplacement de l'habitat, construction d'équipements sportifs, diversité de l'offre sportive. Sans oublier que l'enquête nationale du Ministère Jeunesse et Sports publiées en 2000 souligne que 61% des pratiques sportives sont aujourd'hui pratiquées « hors club ».

Quelques explications de baisse de l'effectif des clubs en entreprise de la FSGT[513] selon Serge Duigou

« - Fermeture de l'entreprise
- Choix de ne prendre des licences que pour ceux qui font de la compétition.
- Favoriser la pratiques des salariés dans des clubs commerciaux ou près de chez eux en prenant en charge partiellement le prix de la licence (cela contribue pour certain à l'augmentation du pouvoir d'achat)
- Le manque d'installations sportives.
- L'augmentation des intérimaires dans l'entreprise.
- Des pratiques FSGT qui ne correspondent pas ou plus à la demande actuelle.
- La difficulté pour trouver de la relève au niveau des responsabilités.
- La législation et le juridique qui pèsent de plus en plus.
- Des syndicats ou des Comités d'Entreprise pour qui le sport reste secondaire. »

[512] http://www.ffse.fr/, consulté le 28 mai 2009, rubrique Fédération/Présentation.
[513] Serge Duigou, extraits de l'audition et contribution écrite pour le CESR du 27 janvier 2009

D) Quelques défis et préconisations

Serge Duigou entrevoit trois défis principaux pour le développement du sport en entreprise :

1) Prendre en compte « la demande sociale des non compétiteurs »

Il souligne trois conditions indispensables à ses yeux pour « garantir le développement d'une activité physique et sportive, éducative pour tous :

Que la pratique soit intégrée dans la cadre de la vie proche ;
Qu'elle réponde à une diversité de besoins liés à la diversité des capacités, possibilités et motivations de chacun et aux aspects de santé ;
Qu'elle soit organisée dans des associations fédérées qui favorisent l'échange, l'éducation mutuelle, l'apprentissage de la vie en société. Organisée sous une base d'animation bénévole ou en combinant bénévolat et salariat. Avoir un coût abordable. »

2) Maintenir ou créer les équipements sportifs à proximité des lieux de travail

Le deuxième défi concerne les équipements sportifs. Il s'agit :

De sauvegarder la fonction sportive du patrimoine des équipements sportifs du sport en entreprise (ne pas le transformer en magasin ou en garage) ;

Dans les zones industrielles ou commerciales, maintenir ou créer les équipements sportifs situés à proximité des lieux de travail (ex : gymnase). Lors de la création de nouvelles zones d'entreprises intégrer, dès la conception, un équipement sportif avec un multi-financement comparable à celui des crèches d'entreprise**.** Les équipements de proximité limitent les déplacements et contribuent aux économies d'énergie et de temps.

3) Trouver de nouvelles règles de financement du sport en entreprise

Serge Duigou note que le sport en entreprise dépend beaucoup du financement des comités d'entreprise. Or, ce financement étant basé sur la masse salariale, lorsque les effectifs de l'entreprise s'amenuisent, le CE perd de sa capacité de financement du sport en entreprise ou des activités physiques et sportives pratiquées à l'extérieur.

3.4.2.2. Le sport en entreprise à PSA Peugeot Citroën La Janais, site de Rennes[514] à partir de l'audition de M. Francis Deparday

A) Etat des lieux

1) Origines : de l'Athlétique club Citroën à l'Association sportive, de loisirs et culturelle du site PSA Peugeot Citroën La Janais

Au niveau national, c'est en 1929, aux usines Citroën situées quai de Javel[515] à Paris, que le sport en entreprise fait son apparition chez le constructeur automobile : une cinquantaine de salariés se regroupe alors pour pratiquer la natation. Trois ans plus tard, d'autres activités voient le jour : basket, football, lutte, rugby, patinage, hockey sur glace et cyclisme. En 1932 est créé l'Athlétique Club Citroën (ACC).

[514] Audition CESR de Bretagne de M. Francis Deparday, responsable de l'Association Sport, loisirs, culture (ASLC), PSA Peugeot Citroën La Janais Rennes, le 27 janvier 2009 à Rennes.
[515] aujourd'hui quai André Citroën

En Bretagne, c'est à l'usine de la Barre Thomas de Rennes que démarre, en 1958, le sport en entreprise. Celui-ci se développe ensuite sur le site de Rennes La Janais à partir de 1963. L'ACC devient commune aux deux sites de production automobile. En janvier 2002 est créée l'Association sportive, de loisirs et culturelle (ASLC) qui, comme son nom l'indique, ne se limite pas au sport en entreprise. Un partenariat étroit est tissé avec le Comité d'établissement (CE), puisque l'association est rattachée à ses œuvres sociales.

2) L'ASCL en 2009 : de nombreuses activités et évènements sportifs proposés aux salariés du site et à leurs familles

Pour ce qui concerne ses activités sportives, l'ASLC compte aujourd'hui 1380 adhérents répartis dans 17 sections sportives de compétition (550 adhérents) et 13 sections de sport-loisirs (830 adhérents)[516]. A noter que l'association est exclusivement gérée par des salariés bénévoles et ne dispose donc pas de permanents. Quant aux sections, elles disposent d'une grande autonomie de fonctionnement.

Les adhérents sont aussi bien les salariés du site que des membres de leurs familles. Au-delà de ses adhérents, l'association organise des événements pour s'ouvrir à d'autres publics : 29 événements sportifs « open » rassemblent près de 2000 participants et la fête annuelle CE/ASLC, 11 000. Des journées « découvertes » permettent également de promouvoir les activités sportives au-delà des seuls adhérents.

Le budget annuel de l'ASLC, toutes activités confondues est d'environ 300 000 €[517]. Les recettes proviennent presque essentiellement du CE (293 000 € en 2008) et des adhésions des membres (10 000 €). En 2008, 78 000 € ont été consacrés au sport de compétition et 54 000 € au sport-loisirs[518], dépenses auxquelles il faut ajouter des frais de location de terrains et d'équipements, d'achat de matériel, d'assurances et des rencontres sportives intersites de PSA.

La pratique annuelle d'une activité sportive revient environ à 80 € par personne, l'ASLC prenant à sa charge une partie du coût total. Des équipements socioculturels et sportifs, dont le complexe sportif de La Calvenais, sont mis à la disposition des salariés et de leurs familles.

Quelques exemples d'activités sportives organisées par l'ASLC en 2009 : randonnée des Rois, sports mécaniques, sports nature et triathlon, poney, aviron, renforcement musculaire, volley, plongée sous-marine, yoga, taï-chi-chuan, voile…sans oublier le sport de compétition le plus populaire du site : le football.

Les salariés sont régulièrement informés des activités et évènements sportifs organisés par l'ASLC : affichage en usine, journal interne…

A noter que les activités sportives ont lieu en dehors du temps de travail, le midi ou le soir, avec toutefois une exception : une journée d'autorisation d'absence est accordée annuellement aux salariés qui participent aux compétitions.

[516] 1710 adhérents sont aussi inscrits dans les activités de loisirs socioculturels
[517] auxquels il faut ajouter des dépenses exceptionnelles pour l'organisation d'évènements (ex : 50ème anniversaire) qui sont compensées par des recettes exceptionnelles provenant du CE.
[518] Et 38 000 € aux loisirs socioculturels

B) Enjeux

1) Accessibilité sociale aux pratiques sportives de loisirs et de compétition

Le sport en entreprise est rattaché aux œuvres sociales du comité d'établissement du site. L'un des enjeux est donc de permettre au plus grand nombre de salariés qui le souhaitent, ainsi qu'à leurs familles, d'accéder à la pratique sportive de leur choix, que celle-ci soit orientée vers la compétition ou le loisir.

L'ASLC en mettant à disposition des pratiquants des installations, des matériels sportifs, en leur garantissant des assurances, en prenant financièrement à sa charge une partie du coût de la pratique, favorise l'accessibilité des sports au plus grand nombre.

2) Bien-être et convivialité

Le sport en entreprise est source de bien-être individuel et collectif. La médecine du travail de l'entreprise, avec la Direction des Ressources Humaines, sont conscients des effets bénéfiques de la pratique sportive sur la santé tant physique que psychologique des salariés.

Socialisant, il favorise la création de liens de convivialité, d'amitié et de solidarité entre des salariés. Toutefois, en pratique, certaines disciplines, même en étant ouvertes à tous, ne semblent pas favoriser la mixité sociale. Par exemple, les cadres sont nettement majoritaires au golf, les techniciens au volley. A l'inverse, la randonnée ou le football favorisent le brassage social.

3) Ouverture sur l'extérieur

Parce qu'elle utilise des terrains ou installations extérieurs à l'entreprise, l'ASLC s'intègre à la vie locale, notamment lors de l'organisation d'événements open ou de sa fête annuelle.

Les rencontres interentreprises de PSA permettent aussi aux salariés concernés de voyager et de s'ouvrir.

4) Image de l'entreprise

Longtemps le sport en entreprise a été favorisé pour promouvoir l'image de l'entreprise. De bons résultats sportifs sont un levier de communication externe, de même que le sponsoring.

Aujourd'hui, selon M. Deparday, les objectifs du bien-être et des loisirs priment sur ces considérations.

5) Valeurs sportives et valeurs d'entreprise : jusqu'où sont elles compatibles et acceptables ?

Enfin, certaines valeurs sportives sont proches des valeurs de l'entreprise. Sont citées : l'esprit d'équipe, l'excellence, l'exemplarité…

La notion de compétences sportives transférables au monde professionnel apparaît nettement ici, étant entendu, qu'au-delà du bien-être du salarié et du mieux vivre ensemble en entreprise, certains apprentissages sportifs peuvent améliorer la performance au travail.

On touche là une limite de la promotion du sport et de l'activité physique en entreprise. Certains salariés ou leurs représentants syndicaux pourraient refuser une instrumentalisation du sport en entreprise à des fins de rendement économique. L'activité

physique en entreprise, au-lieu d'être considérée comme une opportunité de bien-être et de santé, pourrait alors apparaître comme un prolongement du « culte de la performance », c'est-à-dire être vécu comme une contrainte, voire une aliénation du corps du salarié – ou de ses choix comportementaux personnels- à des fins plus productives que sportives.

Cette critique doit être prise au sérieux, car le monde du travail, pour de nombreux ouvriers, reste marqué par la pénibilité physique, voire les atteintes à la santé (ex : troubles musculo-squelettiques ou TMS). Même s'il est présenté comme un moyen de prévention, le sport en entreprise peut être rejeté par certains car vécu comme une instrumentalisation.

Face à ce soupçon, il n'est pas non plus interdit de penser que le salarié comme l'entreprise puissent retirer un bénéfice partagé d'une pratique du sport en entreprise.

Il parait donc important de faire prévaloir le respect des choix individuels, la recherche de bien-être et la convivialité en refusant toute instrumentalisation du sport en entreprise à des fins *exclusivement* économiques.

Dans ces conditions, il est sans doute possible de développer davantage, sur la base du volontariat individuel et en lien avec la médecine du travail, l'activité physique et le sport en entreprise comme un élément de la prévention de l'apparition de certaines maladies professionnelles et surtout, comme un des moyens d'amélioration du bien-être et de la santé des salariés et de leurs familles.

3.4.2.3. La Ligue Ouest de la Fédération Sportive de la Police Française (FSPF)[519]

A) Projet national de la FSPF

La Fédération sportive de la police française, à caractère multisports, propose aux agents qui le souhaitent de pratiquer la (ou les) discipline(s) de leur choix, du sport de loisir au sport de haut niveau.

Les statuts nationaux de la FSPF précisent son projet sportif (voir encadré ci-après) qui s'inscrit aussi, comme c'est souvent le cas pour le sport en entreprise, dans un projet de renforcement des qualités physiques et morales nécessaires à l'exercice du métier et dans une recherche de cohésion interne. La Fédération affiche aussi, dans son règlement, sa volonté de prendre en compte l'environnement et le développement durable.

Statut et règlement de la FSPF – Extrait[520] -
« TITRE I - BUT ET COMPOSITION

Article 1 :
La " FEDERATION SPORTIVE DE LA POLICE FRANCAISE " fondée en 1947, est une fédération agréée multisports regroupant des associations sportives et constituée sous forme d'association, conformément à la loi du 1er juillet 1901 relative au contrat d'association ou à la loi locale en vigueur dans les départements du Haut-Rhin, du Bas-Rhin et de la Moselle, et qui a pour objet de :
- développer la pratique des activités physiques et sportives au sein des associations sportives de police affiliées, en vue de préserver et d'améliorer la santé et la condition physique de ses membres,
- encourager toutes initiatives propres à garantir la formation physique et morale de ses membres,
- favoriser le développement des sports de compétition au sein de la police nationale,
- organiser des championnats Police dans les différentes disciplines conformément à la réglementation en vigueur sur la pratique des sports et selon les définitions propres à chaque fédération délégataire,

[519] Audition de M. Frédéric Allaire, secrétaire général de La Ligue Ouest de la Fédération Sportive de la Police Française (FSPF), CESR de Bretagne, le 27 janvier 2009, Rennes
[520] Edition 2008 - http://www.france-police-sport.org/documents/FSPF_statuts_reglements.pdf , consulté le 29 mai 2009.

- procéder aux sélections, en vue de la formation des équipes nationales chargées de représenter la fédération au niveau national et international,
- faciliter l'entraînement et la préparation des sportifs de haut niveau en fonction dans la Police Nationale,
- valoriser l'image de marque de la Police Nationale et favoriser le rapprochement police population.

Elle peut s'affilier ou conclure des conventions avec toutes les fédérations sportives agréées tant au plan national qu'international. Elle est membre :
- du Comité National Olympique et Sportif Français,
- de l'Union Sportive des Polices d'Europe,
- de l'Union Sportive Internationale des Polices.

La fédération a pour objectif l'accès de tous à la pratique des activités physiques et sportives en prenant en compte l'environnement et le développement durable. Elle s'interdit toute discrimination. Elle veille au respect de ces principes par ses membres, ainsi qu'au respect du code de déontologie de la Police Nationale et de la charte de déontologie du sport du Comité National Olympique et Sportif Français. »

B) La Ligue Ouest de la FSPF

En 2007, la Ligue Ouest de la FSPF comptait 1437 licenciés, soit 9.28 % d'augmentation par rapport à l'année précédente. A noter que les femmes licenciées représentaient 10.82 % de l'effectif (voir point 6 ci-après).

Au total, les licenciés de la Ligue Ouest de la FSPF représentaient 16.55 % de l'effectif des agents de la police nationale sur la zone géographique « Grand Ouest » de son ressort[521].

C) Promouvoir le sport de haut niveau

La police nationale compte en son sein de nombreux sportifs de haut niveau participant régulièrement aux plus prestigieuses compétitions internationales, telles que les Jeux Olympiques (ex : Tir à l'arc, Hand, Canoë…).

D) Renforcer la cohésion interne et s'ouvrir sur l'extérieur

Au-delà des pratiques sportives affinitaires entre policiers ayant pour effet de renforcer la cohésion interne, la FSPF a également la volonté de s'ouvrir sur la société civile en organisant des rencontres sportives de découverte ou en participant à des championnats inter-entreprises.

A noter également que les rencontres sportives peuvent contribuer à faciliter le rapprochement en cours entre la police et la gendarmerie,=.

E) Mettre le pied à l'étrier sportif

Enfin, M. Allaire, lors de son audition, a insisté sur le fait que le sport en entreprise est aussi l'occasion pour les agents éloignés de la pratique sportive régulière de mettre le pied à l'étrier avant de s'orienter, s'ils le souhaitent, vers une pratique en club ordinaire relevant d'une fédération sportive délégataire.

F) Promouvoir le sport féminin dans la police

La FSPF, tant au niveau national que régional, développe de nombreuses actions pour promouvoir les pratiques sportives des femmes exerçant dans la Police nationale.

[521] Source des données chiffrées : Mot du Président de la Ligue Ouest de la FSPF prononcé à l'occasion des vœux 2008. www.ligueouest-fspf.com (consulté le 29 mai 2009).

Par exemple, le 28 avril 2009, la Ligue Ouest de la FSPF a organisé, à Saint-Sébastien sur Loire en Loire-Atlantique[522], une journée dénommée « La Flic Ouest » qui a permis à environ 130 femmes policières de s'adonner à 5 disciplines sportives : golf, tir à l'arc, Equitation, course à pied, tir à la sarbacane. Cette manifestation était parrainée par une collègue sportive de haut niveau, la judokate Virginie Henry, qui combat régulièrement lors des plus grandes compétitions internationales[523].

3.4.3. Suggestions au Conseil régional pour promouvoir la santé par l'activité physique en milieu de travail

Compte tenu de l'enjeu de santé publique représenté, d'une part, par la lutte contre la sédentarité au travail, d'autre part, par les bénéfices préventifs de l'activité physique, de l'exercice physique ou de la pratique sportive en milieu professionnel, pendant le travail ou à défaut de possibilité, en dehors, il est suggéré au Conseil régional d'agir dans deux directions : le volet interne « Région responsable » de son Agenda 21 et son volet externe, « Région partenaire ».

3.4.3.1. Exemplarité interne : intégrer la promotion d'un mode de vie physiquement actif au travail dans le volet « Région responsable » de l'Agenda 21

En posant comme préalable le respect absolu des libertés individuelles (principe de volontariat), de l'âge, des capacités et situation individuelles de chacun des agents, la prévention par l'activité physique pourrait être intégrée dans le volet interne « Région responsable » de l'Agenda 21 de la Région Bretagne.

En effet, comme il a su le faire depuis quelques années dans le but de faire contribuer ses activités internes et agents à une meilleure préservation de l'environnement, le Conseil régional pourrait également rechercher cet effet d'exemplarité en intégrant davantage la prévention par l'activité physique ou sportive dans la vie quotidienne de ses agents et services.

Il pourrait, pour cela, s'appuyer sur son service de Médecine du travail et sur ses agents préventeurs en santé-sécurité, pour réfléchir à la manière d'intégrer, dans la vie quotidienne des agents, par *des mesures exclusivement informatives et incitatives* et non contraignantes, des actions de prévention par l'activité physique, l'exercice physique ou la pratique sportive, pendant et en dehors du temps de travail.

Le personnel ayant des métiers à forte mobilisation physique, d'une part, et les agents dont les activités professionnelles sont les plus sédentaires, d'autre part, devraient être considérés comme cibles prioritaires des campagnes de sensibilisation, d'information et d'incitation.

Par exemple, une information sur les bénéfices pour la santé de la pratique régulière de l'activité physique et du sport, y compris le « sport en entreprise » au sein de la Région, pourrait être régulièrement mise en avant dans « Kelenn », l'Intranet du Conseil régional. Ce dernier pourrait aussi encourager les agents qui le peuvent à prendre l'escalier au lieu de l'ascenseur (ex : défi « 3 escaliers, 3 fois par jour »), à faire des « pauses actives », à s'inscrire à un club sportif (ex : étudier la faisabilité d'un « chèque actif » ou « chèque sport » pour les agents -directement ou par l'intermédiaire d'un comité d'entreprise).

[522] La Ligue Ouest regroupe une zone géographie très vaste, en gros le ¼ Nord Ouest de la France : Basse Normandie, Pays de la Loire, Bretagne…
[523] Pour aller plus loin : site national de la FSPF : http://www.france-police-sport.org/ et site de la Ligue Ouest de la FSFP : http://www.ligueouest-fspf.com/

S'agissant de la promotion de la mobilité active (marche, vélo, etc.) sur les trajets domicile-travail ou pendant le travail, un plan de déplacements intitulé «Plinder », déjà fortement incitatif, est déjà en place. A côté des bénéfices environnementaux des déplacements doux, celui-ci pourrait mettre davantage en avant, dans sa communication, les bienfaits de la pratique régulière de l'activité physique par la mobilité active.

A) Promotion externe auprès des partenaires économiques et sociaux : inclure la promotion d'un mode de vie physiquement actif au travail dans le volet « Région partenaire » de l'Agenda 21

Dans la limite de ses compétences, moyens et politiques, le Conseil régional dispose déjà certains outils qui pourraient être mobilisés pour promouvoir, avec ses partenaires, les bénéfices de l'activité physique régulière – incluant l'exercice physique et la pratique sportive – en milieu de travail.

Considérant les coûts individuels, sanitaires, sociaux et économiques de la morbidité, voire de la mortalité prématurée, corrélés aux conséquences dommageables de la sédentarité professionnelle (ex : risque cardio-vasculaire) comme de certaines tâches physiques pathogènes des salariés (ex : troubles musculo-squelettiques) - mais aussi des non-salariés - le Conseil régional pourrait encourager l'Agence régionale pour l'amélioration des conditions de travail (ARACT) de Bretagne à réfléchir à des actions régionales et territoriales incitatives de prévention par l'activité physique adaptée en milieu professionnel.

Les services de prévention des sociétés d'assurance et des organismes de protection sociale (régimes obligatoires[524] ou complémentaires[525]) pourraient être associés à cette démarche, de même que l'Agence régionale de santé, l'Observatoire régional de la santé en Bretagne, l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé de Bretagne.

L'échange et la valorisation de bonnes pratiques professionnelles d'entreprises ou d'administrations en Bretagne en ce domaine pourraient également être envisagés en mobilisant les réseaux socioprofessionnels des filières, branches et secteurs d'activités de l'économie régionale, en y associant le réseau des chambres consulaires par exemple, y compris la Chambre régionale de l'économie sociale.

Le CESR de Bretagne suggère également au Conseil régional de Bretagne et à ses partenaires signataires de la Charte bretonne de partenariat pour la qualité de l'emploi (octobre 2008) de discuter de l'opportunité et de la possibilité d'intégrer la prévention santé par l'activité physique en milieu professionnel.

La Région a fédéré l'ensemble des acteurs économiques bretons (patronat, chambres consulaires, principaux syndicats représentatifs) autour de la « Charte bretonne de partenariat pour la qualité de l'emploi »[526]. Cette charte engage tous les acteurs économiques à faire progresser la qualité de l'emploi dans cinq axes stratégiques : l'égalité professionnelle femmes/hommes, l'amélioration des conditions de travail et d'emploi, la formation et la qualification des salariés, la pratique du dialogue social, le respect des principes du développement durable[527].

Dans le préambule de cette Charte, est cité le Schéma régional de développement économique (SRDE) de la région : « Le conseil régional souhaite engager un partenariat

[524] CRAM, RSI, MSA, …
[525] Réseau de la Mutualité française Bretagne notamment
[526] Partenaires signataires de la Charte : Conseil régional, Chambre régionale de métiers et de l'artisanat, Union patronale de Bretagne, Chambre régionale de commerce et d'industrie, Union professionnelle artisanale, Chambre régionale d'agriculture, UR CFTC, UR CFDT, UR CFE-CGC, CR CGT
[527] Source : http://www.bretagne.fr/ , consulté le 17 décembre 2009

équilibré avec les entreprises qui permettra de mieux prendre en compte les femmes et les hommes qui font l'activité de l'entreprise, en considérant que leur développement personnel, leur reconnaissance et leur bien-être au travail, sont aussi source d'efficacité économique dans un monde où l'immatériel, et donc les savoirs, prennent une part grandissante dans le développement des entreprises[528]. »

Le CESR de Bretagne suggère que soit intégrée, dans la Charte et/ou dans ses mesures d'application, la prévention santé par l'activité physique en milieu professionnel, en particulier comme élément de lutte contre les troubles musculo-squelettiques et les risques psychosociaux.

Enfin, au sein de la Région Bretagne, le CESR de Bretagne suggère à l'ensemble des organismes socioprofessionnels représentés *en son sein* de se saisir, chacun en ce qui le concerne et en partenariat, de cet enjeu majeur de la prévention et de la promotion de la santé par l'activité physique en milieu de travail et dans les activités liées au travail.

3.5. Approche individuelle et cognitivo-comportementale : renforcer la communication sur les bienfaits des modes de vie physiquement actifs

3.5.1. Ne pas négliger les stratégies individuelles et les combiner avec les interventions environnementales et populationnelles

Les stratégies d'intervention présentées dans les points précédents visaient principalement à agir sur les environnements et milieux de vie pour favoriser la pratique régulière d'une activité physique favorable à la santé. Cette approche environnementale, particulièrement innovante, est complémentaire d'une approche ciblant certains groupes de population.

Il ne faudrait pas pour autant négliger les stratégies de type individuel qui, même si elles apparaissent plus classiques car plus anciennes, ont également fait leurs preuves. Nous ne ferons ici que les mentionner sans les développer. La cible est ici l'individu, dans son contexte personnel, interpersonnel et microsocial. Il s'agit d'induire, *dans un but de santé publique*, un changement de comportement par différentes influences de proximité, en agissant en particulier sur ses représentations de l'activité physique et de ses bénéfices sur la santé en lien avec son individualité.

Les actions visent à mobiliser les personnes pour faire évoluer les représentations et les comportements : information-communication médias, conseils médicaux personnalisés, action sur les motivations et l'estime de soi, renforcement des compétences-psychosociales et de l'efficacité personnelle perçue, etc. Cette stratégie individuelle peut parfois être stimulée par la mise en place de dynamiques de groupe de proximité. Mais attention toutefois à ne pas tomber dans la manipulation : pour susciter une réelle appropriation libre et volontaire, de même que pour des raisons éthiques et déontologiques, il est nécessaire que ces techniques de type « psycho-comportemental » affichent explicitement la volonté d'inciter à bouger plus et faire du sport.

L'enjeu est de parvenir à combiner, adapter le plus efficacement possible, dans le respect des libertés individuelles, ces différentes stratégies d'action multifactorielles et multi-niveaux, à la fois « éprouvées et prometteuses », pour reprendre le titre d'un rapport de Kino-Québec, dans un but de santé publique et, d'une manière générale, de qualité de vie individuelle, collective et environnementale.

[528] Charte bretonne de partenariat pour la qualité de l'emploi, octobre 2008, p 2

3.5.2. Communiquer pour faire changer les représentations et les comportements en valorisant le plaisir et le bien-être

Le plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS) proposé par Jean-François Toussaint insiste sur l'importance d'une stratégie de communication visant à faire évoluer les représentations et les comportements vis-à-vis de la pratique régulière d'une activité physique favorable à la santé.

Pour relever ce défi de la communication, le PNAPS propose une approche concertée, intégrée et transversale permettant de combiner différentes cibles et méthodes d'intervention : informative, comportementale et sociale, environnementale et politique.

Elle doit reposer sur une analyse des principaux freins à la pratique régulière d'une activité physique et sur son coût d'opportunité : « Quelles concessions le public peut-il faire pour pratiquer l'APS, en termes de temps, de mode de vie, d'argent ou de risque ? ».

Cette campagne de communication que l'auteur envisage au niveau national devra selon lui être « relayée par les acteurs indispensables de son application régionale » : professionnels de santé, élus locaux, familles, enseignants, entreprises, sportifs de haut niveau à forte notoriété médiatique, etc.

Il est recommandé que le contenu des messages aux populations s'appuie sur les valeurs de plaisir, de bien-être et sociabilité.

Le premier relai visé est celui de « la famille permettant de cibler prioritairement les enfants et, de façons indirecte, les parents et grands-parents ». Le modèle parental influence particulièrement la pratique d'activités physiques ou sportives des enfants. Il est en particulier rappelé que « le rôle de la mère est tout particulièrement discriminant puisque l'écart de pratique entre les garçons et les filles disparaît si la mère pratique régulièrement un sport ».

Les autres relais à mobiliser sont notamment : les médias, l'événementiel sportif et leurs partenaires économiques, les lieux de vie tels que l'école, l'entreprise et le mouvement sportif à travers le réseau des clubs d'activités physiques ou sportives.

Cette stratégie de communication pourrait aussi mobiliser les méthodes éprouvées du marketing sociétal, avec les réserves déontologiques déjà énoncées, à savoir la nécessité de respecter les droits et libertés individuels des personnes, pour ne pas tomber dans la manipulation mentale.

D'autres points sont soulignés : la nécessite de rendre accessible à toutes et à tous l'information sur les bienfaits de l'activité physique, de respecter les libertés individuelles et donc le principe de libre consentement et de volontariat, dont nous venons de souligner la nécessité.

Enfin, pour stimuler l'envie, le goût et le plaisir de bouger, les collectivités locales ont une responsabilité essentielle. D'une part, Jean-François Toussaint souligne que «la communication nationale n'aura d'impact réel qu'à la condition d'être relayée en local par des actions concrètes de proximité ». D'autre part, les collectivités locales « sont les seules capables de mener l'action de façon globale jusque dans la vie quotidienne de chacun. ». Le programme de prévention de l'obésité infantile « EPODE », dont Vitré est le territoire pionnier en Bretagne, est cité comme exemplaire à ce titre.

3.6. Former aux nouveaux métiers « activité physique-sport-santé » et sécuriser les emplois afférents

3.6.1. La santé par l'activité physique : un enjeu pluridisciplinaire et interdisciplinaire

En ce qui concerne la formation, les propositions du rapport de Jean-François Toussaint relèvent, pour beaucoup, d'actions nationales. Rien n'empêche pourtant d'étudier, d'anticiper, voire éventuellement d'expérimenter, au niveau régional et local, certaines d'entre elles.

3.6.1.1. Améliorer la connaissance des effets de l'activité physique sur la santé dans les études médicales

Comme nous l'avons déjà signalé et comme le souligne le rapport Toussaint « la formation initiale des médecins, quant à la connaissance sur les effets de l'activité physique, est quasi inexistante avant l'examen classant national », d'où le fait que « la très grande majorité des médecins n'a donc aucune formation en médecine du sport ni en médecine des activités physiques pour la santé, à l'exception des deux heures de l'item 111 de l'examen classant national ».

Le Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive proposé par le Professeur Toussaint recommande donc de renforcer la formation initiale et continue des médecins à la hauteur de l'importance des enjeux relatifs à l'activité physique et à la santé tels que mis en évidence par les travaux de l'INSERM en 2008.

Ces formations devraient inclure des enseignements sur la prescription médicale des activités physiques ou sportives dans une visée préventive ou thérapeutique, et donc comprendre un volet sur l'éducation à la santé et l'éducation thérapeutique des patients, sportifs et non sportifs.

3.6.1.2. Former des spécialistes des activités physiques ou sportives et de la santé : les « actiphysiciens »

Le rapport Toussaint propose, en complément des formations déjà existantes, de former des spécialistes de la santé par les activités physiques ou sportives : les « actiphysiciens ». Tous les niveaux de formation seraient concernés, du niveau III au niveau I (voir tableau ci-après). La plupart des nouveaux métiers proposés sont le prolongement de formations qui existent déjà.

Tableau 25. Propositions du rapport Toussaint pour la formation d'opérateurs « actiphysiciens » en prolongement de formations existantes en activité physique-sport et santé

Niveaux de qualification	Formations	Métiers	Fonctions
IV	Ex : BP JEPS « Activités physiques pour tous », « Activités gymniques de la forme et de la force»[529]	Animateurs (cours collectifs forme, musculation…)	Animation
III	BTS « Sport et activité physique » mention « Activité physique »	Educateurs médico-sportif (EMS) ou « Actiphysiciens »	Encadrement des séances d'activité physique avec les patients
II	Licence Activité physique adaptée (APS)- Santé	« Concepteurs actiphysiciens »	Complètent les fonctions d'EMS actuels. Conçoivent les séances d'APA en lien avec les médecins prescripteurs. Emploi possible à l'hôpital
I	Master APA-Santé	« Ingénieurs actiphysiciens »	Chefs de projets APA
I supérieur	Docteur STAP mention APA-santé	« Docteurs actiphysiciens »	Développement de structures, coordination de réseaux, avec gestion ressources humaines

Source : Rapport de Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement- PNAPS » (2008), p 242 (Tableau synthèse réalisé par le CESR de Bretagne)

3.6.1.3. Favoriser la pluridisciplinarité et l'interdisciplinarité dans « les sciences du mouvement » et de la santé

Cette formation aux effets des activités physiques ou sportives sur la santé ne concerne pas que les médecins ou les futurs « actiphysiciens » : non seulement plusieurs disciplines sont concernées (pluridisciplinarité), mais il semble également souhaitable que celles-ci et leurs professionnels travaillent, autant que faire se peut, ensemble (interdisciplinarité).

Pour rassembler l'ensemble des formations concernées, Jean-François Toussaint propose de les regrouper sous le vocable de « sciences du mouvement » : « Dans ce contexte, il parait indispensable d'assurer une forte interdisciplinarité entre toutes les formations qui se préoccupent du mouvement et de mobilité. Des rapprochements significatifs, sous forme de tronc communs d'enseignements suivis de cours spécifiques par exemple, pourraient être

[529] En Bretagne, la formation au BP JEPS était dispensée par le CREPS de Dinard. A la date à laquelle nous écrivons ces lignes (12/2009), le CREPS de Dinard doit être remplacé par un « Centre d'excellence sportive » en relation étroite avec l'Université. Aux BP JEPS cités dans le tableau, nous ajoutons une formation bretonne innovante qui était réalisée au CREPS de Dinard : le certificat de spécialité d'animation et de maintien de l'autonomie de la personne (AMAP) qui répond parfaitement aux enjeux du vieillissement de la population (voir audition du Docteur Miche Trégaro ci-avant).

envisagés entre médecine, sciences et techniques des APS, kinésithérapie, ostéopathie, ergonomie, psychomotricité…au sein du dispositif LMD ».

Au Québec, il existe déjà des professionnels dont la spécialité est la science du mouvement ou *kinésiologie*[530] (de *kinesis* : mouvement en grec). Selon la Fédération des kinésiologues du Québec, « le kinésiologue est le professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique, qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance ». L'encadré ci-après décrit l'étendue de leur mission. Nous soulignons que parmi ses nombreuses activités, il intervient aussi bien en tant que conseil personnalisé APS-santé auprès des particuliers que dans les entreprises pour faire de la prévention par l'activité physique en santé du travail.

Les principales fonctions d'un *kinésiologue* au Québec
-Extraits du site Internet de la Fédération des kinésiologues du Québec[531]-

« Évaluation de la condition physique
- Évalue les déterminants de la condition physique:
- Composition corporelle
- Aptitude aérobie (fréquence cardiaque au repos et à l'effort, tension artérielle au repos et à l'effort
- Aptitude musculo-squelettique (la force, l'endurance, la puissance musculaire, l'équilibre et la posture)
- Flexibilité
- Évalue les facteurs de risques de la maladie cardiovasculaire.
- Évalue les habitudes de vie (nutrition sportive, sommeil, tabac, etc.).

Élaboration de programmes d'activités physiques favorisant le maintien et l'amélioration de la santé
- Conçoit des programmes d'entraînement physique spécifiques adaptés aux besoins des clients.
- Prescrit des exercices physiques et activités physiques efficaces et sécuritaires -en lien avec l'évaluation de la condition physique. Fait un suivi périodique des programmes d'activités physiques.
- Élabore, met en place et contrôle des programmes de santé, sécurité et mieux-être en milieu de travail et dans le secteur de la santé. Gère des programmes d'intervention pour les milieux communautaires et les milieux de travail.

Animation de programmes d'activités physiques auprès de différentes clientèles
- Agit comme entraîneur personnel. Anime des sessions d'exercices en groupe (gymnase, piscine, plein air, centres de conditionnement physique, etc.).
- Encadre, motive et suit les progrès du client.

Counseling en matière d'activité physique
- Établit une relation d'aide avec le participant sous forme d'une consultation individuelle.
- Recueille de l'information pertinente sur les besoins et intérêts en matière d'activité physique.
- Participe au processus de résolution de problèmes afin d'aider le participant à apporter les modifications à son mode de vie. Conseille en matière d'activité physique, d'habitudes de vie saines et de santé. Utilise l'approche par interview motivationnelle.

Promotion de la pratique de l'activité physique
- Fait de l'éducation auprès de la population à travers différents médias (journaux, magazines, télévision, radio, internet, livres, DVD d'exercices, conférences). Élabore du matériel éducatif.
- Élabore des politiques de promotion de l'activité physique dans le système des services de santé et des services sociaux.

Gestion de programmes d'activités physiques
- Gère et administre des programmes et des services d'activités physiques (centres sportifs, cliniques, milieux de travail, firmes de consultants, etc.). Gère les ressources humaines affectées aux programmes.

[530] Avertissement : nous faisons référence ici à la kinésiologie officiellement reconnue au Québec et non à certains mouvements homonymes à caractère plus ou moins ésotériques qui s'en réclament ailleurs, y compris en France. Voir le site Web de la fédération des kinésiologues du Québec : www.kinesiologue.com
[531] http://www.kinesiologue.com/public_kinesiologue_fonctions.php, consulté le 18 décembre 2009

Recherche dans le domaine de l'activité physique et de la santé
- Planifie, organise, dirige divers programmes de recherche touchant des domaines reliés à l'activité physique : Biomécanique, physiologie de l'exercice, psychologie de l'activité physique, sociologie de l'activité physique.

Entraînement sportif
- Planifie l'entraînement, la préparation physique et le suivi d'athlètes et d'équipes sportives »

3.6.1.4. Recommandation pour la formation des professeurs d'Education physique et sportive (EPS) : intégrer l'éducation à la santé par l'activité physique pour tous les élèves

Dans la partie suivante sur l'éducation par le sport, nous soulignerons que l'éducation physique et sportive a une mission particulière à développer : l'éducation à la santé des élèves – de tous les élèves, y compris pour les enfants et jeunes en situation de handicap.

Ce dernier aspect est essentiel pour le Professeur Toussaint qui préconise de renforcer la formation des professeurs d'EPS aux activités physiques adaptées (APA) pour les élèves en situation de handicap ou atteints d'inaptitudes partielles afin que, comme les autres élèves, ils puissent bénéficier d'une éducation physique et sportive républicaine dans le cadre du service public de l'éducation nationale.

Ceci suppose de dégager des moyens supplémentaires en formation initiale et continue des enseignants d'EPS.

Nous ajoutons que cette formation renforcée à l'éducation à la santé par l'activité physique et aux APA devrait aussi être dispensée aux professeurs des écoles, pour ce qui concerne l'EPS dans l'enseignement du premier degré.

3.6.2. Intégrer les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive dans la Stratégie régionale emploi-formation de la Région Bretagne, en lien avec ses partenaires

La Région Bretagne étant particulièrement concernée par l'enjeu essentiel de la formation, le CESR de Bretagne suggère que le conseil régional, ses élus et services concernés, se saisissent des propositions du rapport de Jean-François Toussaint pour envisager la possibilité de les intégrer dans la prochaine révision de la Stratégie régionale emploie formation (SREF) tout en les adaptant aux spécificités, possibilités et besoins régionaux.

Le conseil régional peut s'appuyer sur l'expertise du Groupement régional emploi-formation et, en son sein, sur le Centre de Ressources et d'Expertise du Sport et des Loisirs de Bretagne (CRESLB) dont la mission pourrait être élargie à la dimension « activité physique – sport – santé ».

Il pourrait être envisagé d'associer à l'élaboration et la mise en œuvre de cette stratégie de formation « activité physique-sport-santé » les acteurs régionaux suivants notamment : le Rectorat d'académie, l'Agence régionale de santé, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale, la Direction régionales de l'environnement, de l'aménagement et du logement (DREAL), le Comité régional olympique et sportif, la Chambre régionale de l'économie sociale (CRES), les centres de médecine du sport (CMS), le réseau de l'enseignement supérieur en Bretagne : les universités (UFR STAPS et médecine notamment), les grandes écoles (EHESP de Rennes, ENS Cachan…), l'IUFM de Bretagne (Professeurs des écoles, Professeurs d'EPS et des autres disciplines) les écoles et instituts de formation (formations sanitaires et sociales en particulier), l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé (IREPS), sans oublier le futur Campus de

d'excellence sportive (ex-CREPS de Dinard), le réseau de l'accueil, de l'information, de l'orientation et de l'accompagnement (AIOA), Institut régional du travail social (IRTS), etc.

Les collectivités locales ne doivent pas non plus être oubliées (« B15[532] », AMF Bretagne, ARIC Bretagne, CNFPT Bretagne…) : la dimension territoriale devrait systématiquement être intégrée dans les formations « activité physique-sport-santé » tant elle est essentielle à l'élaboration et à la mise en œuvre locale, au plus près des populations, de stratégies multifactorielles de promotion-prévention santé par l'activité physique ou sportive. Les stratégies territoriales et environnementales étant étroitement liées, il importe également que ces modules de formations soient proposés dans les enseignements supérieurs d'architecture, d'aménagement, d'urbanisme, d'environnement, de géographie, et du patrimoine, etc.

Le bénévolat étant aussi l'un des vecteurs de la santé par l'activité physique ou sportive, notamment à travers le mouvement sportif, il est souhaitable que des modules de formation en ce domaine soient ouverts aux bénévoles associatifs concernés.

En termes de formation, l'enjeu pour la Région Bretagne est donc d'anticiper les conséquences en termes d'emploi-formation du futur « Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive », que le CESR propose d'appeler « Kino-Bretagne ».

3.6.3. Sécuriser les emplois liés à ces formations et nouveaux métiers

Ces nouvelles formations et nouveaux métiers d' « actiphysiciens » pourraient être soutenus par des financements publics et/ou des partenariats public-privé innovants.

Le CESR suggère au Conseil régional, selon ses compétences et moyens, de contribuer, avec des partenaires, à l'émergence et à la sécurisation de ces emplois d'intérêt général, par exemple, si l'employeur est une association, en les rendant éligibles aux « emplois associatifs d'intérêt régional ».

3.7. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'éducation à la santé par l'activité physique, dont le sport, à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux

3.7.1. Intégrer l'éducation et la santé par les activités physiques et sportives dans les Agendas 21 pour fédérer les acteurs et favoriser les stratégies territoriales multifactorielles

Le territoire est un cadre de rencontre, de réflexion, de projet et d'action susceptible de fédérer la diversité des acteurs à impliquer dans l'élaboration et la mise en œuvre d'une stratégie multifactorielle et multi-niveaux de promotion de l'activité physique et du sport.

Nous aurons l'occasion de souligner l'importance d'une nouvelle gouvernance régionale et territoriale partenariale de l'éducation par le sport et l'activité physique dans la partie suivante. Cette mise en synergie territoriale, de l'échelon régional jusqu'au communal, incluant la participation démocratique de la société civile, qui favorise la co-éducation par le sport tout au long de la vie, est également fondamentale, nous l'avons vu, pour la prévention et la promotion de la santé par la pratique régulière des activités physiques ou sportives.

[532] En Bretagne, le B 15 désigne une instance de partenariat régional entre la Région, les Départements et les grandes agglomérations.

Par ailleurs, la prévention santé par les APS s'inscrit dans une démarche d'éducation à la santé et d'éducation thérapeutique des individus et populations. Il y a donc un point de rencontre entre l'éducation et la santé par les activités physiques et sportives.

Par conséquent, il nous semble particulièrement important, quel que soit l'échelon territorial impliqué, de relier les acteurs de l'éducation par les APS à ceux de la santé par les APS. L'établissement de ces passerelles est susceptible de démultiplier les effets bénéfiques des APS en matière éducative et sanitaire (voir partie suivante).

Il faut donc réunir les pôles régionaux et territoriaux d'éducation par les APS et de santé par les APS.

Pour amplifier les champs de coopération entre ces deux pôles, le CESR de Bretagne préconise l'organisation -aux niveaux régional et infra-régional- d'une conférence de consensus sur l'éducation et la santé par l'activité physique et le sport. L'initiative de cette conférence pourrait être prise par l'ARS, le Rectorat, le CROS Bretagne et l'ensemble des partenaires publics et privés locaux intéressés.

Considérant l'impératif de transversalité des actions à mener au niveau régional et dans les territoires, le CESR de Bretagne suggère d'intégrer la dimension « éducation-formation et santé par les APS » dans l'Agenda 21 de la Région Bretagne comme dans l'ensemble des agendas 21 territoriaux, lors de leur élaboration ou de leur révision. Elle s'inscrit en effet, tant par sa stratégie multifactorielle que par les finalités poursuivies, dans la méthode et l'esprit du développement durable, que ce soit dans sa dimension humaine et sociale en premier lieu, mais également dans ses dimensions environnementale et économique.

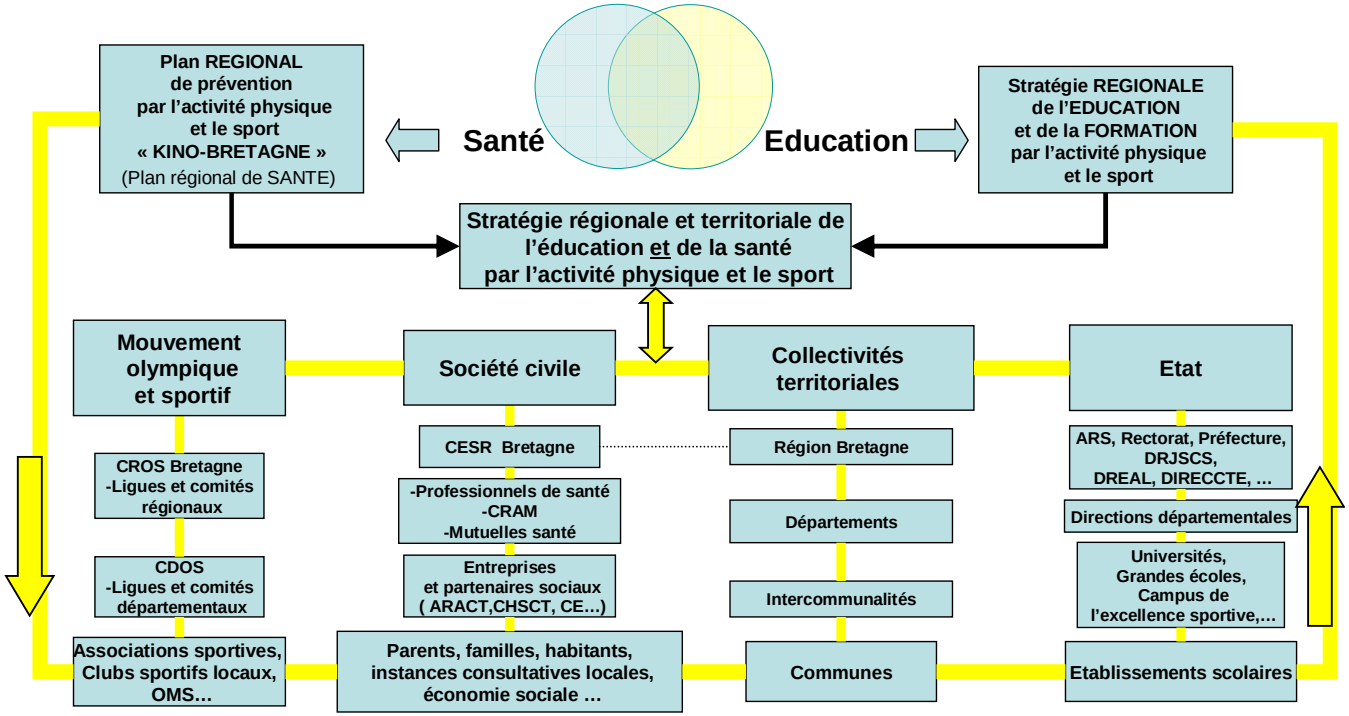
Les bénéfices de l'activité physique et du sport contribuent au développement durable de la personne humaine comme de ses territoires de vie.

Préconisation du CESR

Le CESR de Bretagne préconise qu'une réflexion régionale s'engage sur l'opportunité et la possibilité d'élaborer et de mettre en œuvre une stratégie régionale et territoriale de l'éducation et de la santé par l'activité physique et le sport. Le schéma de la page suivante est un exemple de la gouvernance partenariale qui pourrait être envisagées pour ce faire (liste non exhaustive).

L'enjeu principal de cette nouvelle gouvernance est de créer une synergie d'intérêt général en établissant des connexions, d'une part, *entre les stratégies territoriales* multi-niveaux de l'éducation et de la santé par les APS, d'autre part, *entre leurs acteurs*.

Figure 85. Proposition d'une stratégie régionale et territoriale d'éducation et de santé par l'activité physique et le sport en Bretagne



Source : CESR Bretagne, 2010

Deuxième partie

L’éducation et la formation par le sport tout au long de la vie

Introduction partie 2 : Le sport, une école de vie et de citoyenneté ?

Le sport est souvent présenté comme une école de vie et de citoyenneté, comme étant porteur, en soi, de vertus éducatives à portée universelle. Au-delà des déclarations, qu'en est-il vraiment ?

Pour aborder cette question, le CESR a choisi de retenir la notion d'éducation par le sport dans une perspective de formation tout au long de la vie. A quelles conditions le sport peut-il contribuer à l'éducation, c'est-à-dire au développement des capacités et qualités personnelles, sociales et civiques des individus ? Au-delà de ses apports éducatifs pendant l'enfance et l'adolescence, en quoi peut-il constituer un élément d'éducation permanente ou de formation tout au long de la vie par l'expérience qu'il permet d'acquérir, en particulier grâce au bénévolat ?

Nombreuses sont les déclarations de principe qui font état de la fonction éducative du sport. Encore plus abondants sont les exemples quotidiens de l'éducation par le sport dans les territoires. Afin de ne pas en rester à l'un ou à l'autre, il a semblé indispensable au CESR de Bretagne, pour traiter ce sujet, de croiser une réflexion générale avec des actions et expériences de terrain.

L'un des enseignements principaux de l'étude est que, dans les territoires, nul n'a le monopole de l'éducation par le sport. Qu'elle soit formelle ou non formelle, elle prend en effet de multiples visages et expressions. Ses acteurs sont aussi nombreux et divers que leurs actions : l'éducation par le sport, comme le sport lui-même est une mosaïque.

« Il faut tout un village pour élever un enfant », dit un adage africain. C'est cette idée de « co-éducation » par une « communauté éducative » que nous avons voulu mettre en avant dans cette partie.

Cette co-éducation par le sport implique naturellement les parents et l'école, mais aussi les clubs sportifs qui encadrent les enfants ainsi que les collectivités locales, au premier rang desquelles est la commune ; sans oublier, les enfants et jeunes eux-mêmes.

Comme nous l'avons déjà souligné dans la première partie sur la santé par l'activité physique et le sport, c'est bien dès l'enfance que se prend *l'habitus* d'un mode de vie physiquement actif et sportif, alors que l'adolescence, dès le collège, est marquée par un certain décrochage des pratiques, notamment chez les filles.

Si l'éducation des enfants par le sport, à l'âge de l'école primaire, est abordée dans un souci de continuité éducative, cette deuxième partie concerne surtout les adolescentes et adolescents, notamment les lycéennes et lycéens, ceux-ci étant davantage en relation avec les compétences de la Région Bretagne.

Le premier chapitre insiste sur l'idée que le sport n'est éducatif que s'il repose sur un projet d'éducation, une culture humaniste et des valeurs citoyennes, ce que l'Association pour un sport sans violence et le fair-play nomme « l'esprit sportif ».

Pour traiter de l'éducation et de la formation par le sport tout au long de la vie, nous présenterons, *dans un deuxième chapitre,* les résultats de l'enquête réalisée en 2009 par le CESR de Bretagne auprès de jeunes du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ). Celle-ci, par sa transversalité, constitue en effet une mise en perspective des questionnements et enjeux qui sont développés dans les chapitres suivants.

Le troisième chapitre part de l'école, institution républicaine d'un accès démocratique aux savoirs de tous les enfants. Nous y aborderons successivement l'éducation physique et sportive (EPS) et ses prolongements, notamment les associations sportives scolaires (ASS). Nous verrons également que le sport, au-delà même de son rôle de support de l'enseignement de l'EPS, peut constituer un élément de culture générale favorisant l'apprentissage de nombreuses autres disciplines scolaires.

Nous nous éloignerons ensuite de l'école pour constater, dans le *quatrième chapitre*, à travers de nombreux exemples, que l'éducation par le sport, notamment par le sport associatif fédéral, est une réalité diverse.

Enfin, dans un *cinquième chapitre*, nous verrons que, parce que l'éducation par le sport est plurielle et résulte de la conjugaison de multiples actions émanant de très nombreux acteurs, à l'école comme en dehors, l'enjeu de sa gouvernance régionale et territoriale apparaît comme essentiel pour son développement. Non moins essentielles, comme cela a déjà été montré dans la première partie du rapport sur la santé, sont les passerelles à consolider ou à établir entre, d'une part, les stratégies et acteurs de *l'éducation* par le sport en Bretagne, d'autre part, ceux de *la santé* par l'activité physique et le sport.

Chapitre 1

Le sport : une école de vie et de citoyenneté ?

1. La fonction éducative du sport est largement reconnue 314

2. Pourtant, le sport n'est éducatif que s'il sert un projet d'éducation fondé sur une culture humaniste 315

2.1. La fonction éducative du sport, pour le meilleur ou pour le pire 315

2.2. Le sport est le miroir et le théâtre des maux et contradictions de la société 316

2.3. L'éducation *du* sport doit précéder l'éducation *par* le sport 316

Introduction du chapitre 1 : Le « double visage » du sport

Le sport est souvent présenté comme une école de vie et de citoyenneté. Face à un tel consensus, il est pourtant des faits qui montrent que l'éducation par le sport ne va pas de soi. Lorsqu'est proclamée sa fonction éducative, de quel sport parle-t-on et de quelles valeurs se fait-il le vecteur ?

Le sport recouvre des univers dont les préoccupations éducatives sont variables, quand elles ne sont pas absentes. Ainsi, l'instrumentalisation éducative du sport peut servir la paix et la démocratie aussi bien que l'idéologie d'un régime belliciste, voire totalitaire.

Ce «double visage » du sport devrait inciter à la prudence car il est, comme toute activité humaine, le miroir et le théâtre des maux et contradictions de la société dans laquelle il s'incarne. Il est le plus souvent une école de la vie et de citoyenneté, mais il peut aussi être le reflet de tricheries, d'incivilités, de violences, de racisme, de discriminations, de sexisme, de dopage, de logiques exclusivement mercantiles, etc.

Le CESR de Bretagne souligne donc que le sport n'est éducatif (1.) que s'il sert un projet humaniste, démocratique et citoyen respectueux de la dignité, de la liberté et de l'intégrité physique et morale de la personne humaine; ce que l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play nomme « l'esprit sportif » (2.).

1. La fonction éducative du sport est largement reconnue

Le sport est souvent présenté comme une école de la vie, comme étant porteur, en soi, de vertus éducatives à portée universelle.

Ainsi, la Charte Olympique lie d'emblée sport, éthique, culture et éducation en proclamant dans ses principes fondamentaux : "L'Olympisme est une philosophie de vie, exaltant et combinant en un ensemble équilibré les qualités du corps, de la volonté et de l'esprit. Alliant le sport à la culture et à l'éducation, l'Olympisme se veut créateur d'un style de vie fondé sur la joie dans l'effort, la valeur éducative du bon exemple et le respect des principes éthiques fondamentaux[533]. Le but de l'Olympisme est de mettre le sport au service du développement harmonieux de l'homme en vue de promouvoir une société pacifique, soucieuse de préserver la dignité humaine[534]". L'idéal de Pierre de Coubertin, l'un des Pères fondateurs de l'Olympisme moderne, en admiration devant les publics schools anglaises de la fin du XIXème siècle, était fondamentalement un projet d'éducation par le sport[535] visant à revitaliser la jeunesse.

Ce rôle éducatif du sport est aussi régulièrement valorisé par l'UNESCO[536] qui, dans sa Charte internationale de l'éducation physique et du sport reconnaît que *"l'éducation physique et le sport constituent un élément de l'éducation permanente dans le système global d'éducation,* ainsi que par le Conseil de l'Europe[537] qui présente le sport comme *"facteur important du développement humain[538]".*

L'Union européenne, après avoir fait de 2004 "l'Année européenne de l'éducation par le sport", a produit, par l'intermédiaire de la Commission, un "Livre blanc sur le sport" en Europe préconisant de "favoriser le rôle du sport dans l'éducation et la formation" en motivant sa position: «Grâce au rôle qu'il joue dans l'éducation formelle et non formelle[539], le sport renforce le capital humain de l'Europe. Les valeurs véhiculées par le sport contribuent à développer les connaissances, la motivation, les compétences et le goût de l'effort personnel. Le temps consacré aux activités sportives à l'école et à l'université a des effets bénéfiques sur la santé et l'éducation qui doivent être valorisés[540]." Bien que le sport n'entre pas dans les compétences d'attribution de l'Union européenne, la Commission soutient dans son Livre blanc que "la pratique du sport et d'une activité physique peut-être soutenue par le programme d'éducation et de formation tout au long de la vie". Depuis l'entrée en vigueur du Traité de Lisbonne en décembre 2009, l'Union européenne se voit dotée d'une compétence sur le sport et reconnaît officiellement qu'elle « contribue à la promotion des enjeux européens du sport, tout en tenant compte de ses spécificités, de ses structures fondées sur le volontariat ainsi que de sa fonction sociale et éducative »[541] .

En France, le législateur, dans son Code du sport, a posé le principe général selon lequel "les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale"[542].

[533] Charte Olympique, en vigueur au 7 juillet 2007, Principes fondamentaux, article 1
[534] idem, article 2
[535] Auditions de Jean Durry, Luc Robène
[536] UNESCO, ex : Charte internationale de l'éducation physique et du sport de 1978
[537] Conseil de l'Europe, ex : Charte européenne du sport (1992) et Code d'éthique sportive (1992) –Accord Partiel Elargi sur le Sport (APES) (2007)
[538] Conseil de l'Europe, Charte européenne du sport (1992), article 1
[539] Sur l'éducation non formelle par le sport, Arnaud Mennesson, REC Rugby, Audition CESR
[540] Commission européenne, Livre blanc sur le sport, 11 juillet 2007, version Fr finale, pp 6-7
[541] Article 165 du Traité sur le fonctionnement de l'Union européenne en vigueur au 30/01/2010
[542] Code du sport, article L 100-1, Legifrance, consulté le 4 septembre 2009

En juin 2006, lors de l'adoption des grandes orientations de sa politique sportive, le Conseil régional de Bretagne présentait la pratique sportive comme "un outil éducatif" relevant de "l'évidence" en soulignant que "dans sa double composante, épanouissement individuel et apprentissage du collectif", elle "est irremplaçable dans la construction de valeurs citoyennes", et qu'elle "occupe une place grandissante dans les processus éducatifs"[543]. Après avoir rappelé sa compétence obligatoire pour assurer les conditions requises de l'éducation physique et sportive[544] dans les lycées (équipements sportifs des lycées ou utilisés par les lycéens notamment) et son soutien au sport scolaire, elle concluait : "la Région souhaite également démocratiser le sport en Bretagne, en accompagnant les projets en faveur d'une pratique sportive pour tous, en travaillant sur la fonction éducative et la cohésion sociale[545]".

Le rôle éducatif du sport est ainsi reconnu et proclamé par de nombreuses institutions, de l'international au local, qui l'associent souvent à ses dimensions éthiques, sociales et culturelles. Le sport contribuerait donc, comme par nature, par ses valeurs et actions à l'éducation, voire, pour reprendre la formule du philosophe Norbert Elias, à un processus de "civilisation"[546] caractérisé selon lui par la diminution de la violence dans les sociétés modernes occidentales[547].

2. Pourtant, le sport n'est éducatif que s'il sert un projet d'éducation fondé sur une culture humaniste

Tant que le sport et l'éducation ne sont ni définis, ni questionnés au regard de la réalité et de la diversité des pratiques, ce consensus quasi général sur les vertus proclamées ou autoproclamées de l'éducation par le sport semble relever de l'évidence. Qu'en est-il ? Le sport est-il toujours éducatif ? De quel(s) sport(s) et de quelles finalités éducatives parle-t-on ? A quelles conditions le sport peut-il être éducatif ?

2.1. La fonction éducative du sport, pour le meilleur ou pour le pire

Le sport se conjugue au singulier pluriel. La notion décrit des univers très divers dont les préoccupations éducatives sont variables, quand elles ne sont pas absentes. Ainsi, parle-t-on du « sport qui se pratique » ou du « sport qui se regarde », du sport amateur ou professionnel, du sport de masse ou du sport de haut niveau, du sport associatif ou du sport marchand, du service public du sport ou du sport à but lucratif, de l'éducation physique et sportive ou du sport compétitif fédéral, du sport en club ou du sport « auto-organisé », etc. ? Selon le champ sportif considéré, la portée éducative de l'activité peut varier considérablement.

Par exemple, le Comité national olympique français (CNOSF), à travers sa campagne récente « Le sport, c'est mieux dans un club », faisait la promotion du cadre éducatif du sport associatif fédéral en soutenant que les « finalités sociales et éducatives » du sport « se sont construites au sein du mouvement sportif et olympique[548] ». On retrouve également cette idée d'une éducation par l'associativité sportive dans le rapport du CES national «Le sport au service de la vie sociale[549] ».

[543] Politique sportive du Conseil régional, juin 2006, p 19
[544] Code de l'éducation, article L 214-4 : *« I.-Les équipements nécessaires à la pratique de l'éducation physique et sportive* doivent *être prévus à l'occasion de la création d'établissements publics locaux d'enseignement, ainsi que lors de l'établissement du schéma prévisionnel des formations mentionné à l'article L. 214-1 »*, legifrance, consulté le 9/09/2009
[545] Politique sportive du Conseil régional, juin 2006, p 45
[546] Elias, Norbert & Dunning, Eric: « Sport et civilisation. La violence maîtrisée ». Paris 1986, [1994].
[547] Audition de Dominique Bodin et Luc Robène -
[548] CNOSF, «La raison du plus sport », septembre 2006, p 141
[549] CES national, « Le sport au service de la vie sociale », rapporteur André Leclercq, 2007, pp II-29 à II-39.

De même, lorsqu'on parle de valeurs éducatives du sport ou d'éducation par le sport, les finalités éducatives sont rarement précisées comme si celles-ci allaient de soi. L'histoire montre que l'instrumentalisation éducative du sport peut servir l'homme comme l'asservir : les valeurs et les finalités éducatives du sport peuvent promouvoir la liberté et la démocratie comme le projet politique d'un régime totalitaire érigeant le racisme en doctrine d'Etat : que l'on pense aux jeunesses hitlériennes et aux JO de Munich en 1936… Sans aller jusqu'à ces extrêmes, on peut aussi penser à certaines pratiques managériales instrumentalisant le sport à l'excès dans une sorte de « culte à la performance » sans limites[550].

Jacques ROGGE, Président du Comité international olympique (CIO)
– Extrait d'un article publié par le journal Le Monde, le 2 octobre 2009-

«Ainsi que le pensait Pierre de Coubertin, fondateur de l'olympisme moderne, la compétition sportive sans valeurs ni culture n'est rien d'autre qu'un défilé militaire. Notre objectif est de mettre le sport au service de l'humanité et qu'il ait une influence positive sur la société. »

2.2. Le sport est le miroir et le théâtre des maux et contradictions de la société

L'espace sportif n'est pas un sanctuaire éducatif, il est le reflet de la société qui l'entoure, des comportements, des rapports de force, des inégalités et des désordres des groupes et individus qui la composent [551] : tricheries, incivilités, violences, racisme, discriminations et exclusions, sexisme, corruption, dopage, marchandisation…

Certains critiques radicaux du sport de compétition spectaculaire, tels Jean-Marie Brohm ou Marc Perelman, vont jusqu'à voir dans celui-ci une entreprise d'aliénation socioéconomique et politique des masses par les valeurs d'une société marchande capitaliste asservie au culte de la performance et du résultat à tout prix… Par exemple, pour ces auteurs, le football, sous sa forme spectaculaire et médiatique, n'est rien d'autre qu'une « peste émotionnelle[552] » et un moyen de contrôle social des masses, bien loin d'une éducation favorisant l'émancipation et l'épanouissement de la personne…

Toutes les formes de pratiques sportives ne sont donc pas éducatives par nature et l'éducation par le sport, à défaut d'être définie et finalisée, n'est qu'une coquille vide. D'où l'intérêt d'un débat démocratique permanent sur la légitimité, la définition et les finalités de l'éducation et du sport et, a fortiori, sur celles de l'éducation par le sport.

2.3. L'éducation *du* sport doit précéder l'éducation *par* le sport

Ainsi, avant de promouvoir l'éducation *par* le sport, il est encore plus important d'investir dans l'éducation *du* sport ou plutôt de *tous* les acteurs du sport, en développant une culture humaniste et une conscience éthique favorisant une pratique éducative du sport, condition sine qua non d'un sport éducatif, citoyen et respectueux de la personne humaine : du pratiquant à l'éducateur, en passant par le spectateur, le journaliste sportif, l'élu local, le sponsor…

Investir dans la présence et la qualité éducative de l'accompagnement humain du sport en même temps que dans les équipements, telle devrait être la priorité du mouvement sportif

[550] Alain Ehrenberg, « Le culte de la performance », 1991
[551] Audition de Dominique Bodin, Professeur des Universités, UFR STAPS, Chercheur au LARES, Université de Rennes 2, 30 septembre 2008
[552] Jean-Marie Brohm, Marc Perelman : « Le football, une peste émotionnelle », Folio actuel, 2006

et des pouvoirs publics. Dominique Bodin, lors de son audition, a résumé cette idée en soulignant que l'éducation par le sport, c'est « un terrain, un homme ». Selon lui, « ce n'est pas le sport fédéral ou l'EPS qui sont mauvais mais l'absence de projets éducatifs autres que compétitifs. Ce n'est pas le sport fédéral qui est mauvais mais l'absence de formation autre que technique au service de l'éducation des jeunes[553] ».

Au sein du mouvement olympique et sportif, l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play, défend régulièrement cette relation entre l'éthique, l'éducation, la citoyenneté et les pratiques sportives[554] à partir de la notion d' « esprit sportif » traduit dans un « Code du sportif » (voir encadré ci-après).

Figure 86. « Code du sportif » de l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play »

Source : CNOSF, AFSVFP, http://fairplay.franceolympique.com/, consulté le 30/01/2010

Pour ce qui concerne plus directement la formation des accompagnants, encadrants ou pratiquants sportifs, ou le soutien aux actions sportives, la Région Bretagne, comme l'ensemble des acteurs du sport en Bretagne (Etat, mouvement sportif, autres collectivités territoriales, etc.) ont un rôle important à jouer pour s'assurer que tous les acteurs et les projets sportifs aidés s'inscrivent dans une perspective éthique et éducative.

Les acteurs du sport en Bretagne et la Région pourraient, par exemple, s'inspirer de la « Charte de l'éducateur par le sport » proposée par L'Agence pour l'éducation par le sport (APELS) lors du Forum Educasport 2009 (voir encadré ci-après).
Dans ces conditions, pour que l'éducation par le sport ne soit pas un vœu pieux en contradiction avec les pratiques, elle peut contribuer, en partenariat, à faire que le sport, en

[553] Audition de Dominique Bodin, CESR Bretagne, 30 septembre 2008
[554] AFSVFP, http://www.fairplay.asso.fr/accueil.php

Bretagne, soit effectivement une formidable école de vie et de citoyenneté[555], parmi et avec d'autres. Et si aujourd'hui, alors que tant de responsables déplorent ce qui serait, à leurs yeux, un certain déficit d'éducation des jeunes, le sport se révélait être un des meilleurs leviers de réapprentissage des règles du vivre ensemble ?

[555] Agence pour l'éducation par le sport, Les cahiers de l'éducation par le sport, « La citoyenneté et le sport », mars, avril 2008.

Figure 87. Agence pour l'Education par le Sport –Charte de l'éducateur par le sport[556] présenté lors du Forum Educasport, les 25, 26,27 juin 2009 à Marseille

Agence pour l'Education par le Sport

LA CHARTE DE L'ÉDUCATEUR PAR LE SPORT

Le métier d'éducateur par le sport

L'éducateur par le sport s'adresse à chacun. Ses principaux objectifs relèvent du développement personnel et du bien-être, de la santé et de l'amélioration de la qualité de la vie, du renforcement du lien social, de l'émancipation et de l'autonomie des personnes qu'il accompagne. Il utilise les activités physiques et le sport comme support de ses actions éducatives. Il exerce son métier ou son activité au sein de structures associatives ou institutionnelles : sportives, sanitaires, sociales, scolaires, de prévention.

Il considère que :

- Les pratiques physiques et sportives, qu'elles soient compétitives ou non, peuvent être éducatives et socialisantes, grâce à l'universalité de leur langage et de leurs règles. Elles doivent occuper une place importante chez l'individu à tous les âges de la vie.
- La complexité et la diversité des publics, des pratiques et des espaces amènent les éducateurs à maîtriser des savoirs et des compétences tant sur le plan sportif que sur les plans de l'accompagnement des publics et de la conduite de projets.
- L'éducateur est le pilier des projets d'éducation par le sport, du fait de sa position d'interface et d'intermédiaire entre les usagers, les familles, les partenaires publics et privés.

Le rôle de l'éducateur par le sport est de :

- Faire aimer et transmettre les pratiques physiques et sportives, ainsi que la culture du sport avec ses savoirs et ses valeurs.
- Accompagner, former et éduquer chaque personne intéressée par le sport par la mise en oeuvre de démarches pédagogiques et techniques.
- Intégrer son activité dans le projet d'éducation et de société, suivant son lieu d'exercice (club, association, scolaire, hors structure), en lien et en réseau avec les acteurs sociaux, éducatifs et culturels.

Par son action, l'éducateur par le sport :

1. Participe à la prise d'autonomie de chaque individu et à la construction de la personnalité ainsi qu'au renforcement de la confiance en soi.
2. OEuvre au développement du lien social et du vivre ensemble des pratiquants, il organise et encadre la pratique de manière à favoriser le respect de soi et le respect d'autrui.
3. OEuvre à la prévention et à l'amélioration de la santé de chaque personne qu'il accompagne.

Sport & éducation
Sport & citoyenneté
Sport & insertion
Sport & handicap

Agence pour l'Éducation par le Sport - 47 rue Marx Dormoy - 75018 PARIS
Tél. : 01 44 54 94 94 - Fax : 01 44 54 94 95 - E-mail : contact@apels.org - www.apels.org

Source : Agence pour l'éducation par le sport, http://www.apels.org, consulté le 30/01/2010

[556] Texte définitif prévu en octobre 2009

Chapitre 2

Résultats de l'enquête menée auprès du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne*

1. Les principaux résultats de l'enquête réalisée auprès des jeunes du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 326
1.1. Quelques éléments méthodologiques 326
1.1.1. Profil de l'échantillon 326
1.1.2. Un échantillon de 73 jeunes à la représentativité limitée 326
1.1.3. Une enquête limitée qui appelle de futurs travaux scientifiques en Bretagne 327
1.1.4. Rappel : 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans ont une activité physique régulière insuffisante, notamment les filles 327
1.2. Les principaux résultats de l'enquête 328
1.2.1. La perception du niveau d'activité physique 328
1.2.2. Les jeunes et leurs représentations du sport 328
1.2.3. L'état de la pratique sportive des jeunes interrogés 329
1.2.4. Les lieux et modes de pratique sportive des jeunes 332
1.2.5. Le facteur temps : un élément déterminant de la pratique sportive des jeunes 333
1.2.6. Les motivations à faire du sport : des différences marquées entre filles et garçons 335
1.2.7. Le regard des jeunes sur l'offre des clubs sportifs locaux 338
1.2.8. Quelques raisons invoquées par les non sportifs 339
1.2.9. Opinion sur le coût de la pratique sportive 342
1.2.10. Sur l'éducation physique et sportive (EPS) à l'école 342
1.2.11. Sur les associations de sport scolaire (UNSS, UGSEL) et l'engagement bénévole sportif des jeunes 343
1.2.12. Sur l'activité physique réelle liée au sport virtuel 344
1.2.13. Urbanisme et activité physique : mieux aménager la ville peut stimuler la mobilité active des jeunes 345
1.3. Quelques enseignements issus de l'enquête réalisée auprès du CRJ 346

Introduction du chapitre 2 : Des résultats riches d'enseignement mais un échantillon de jeunes à la représentativité limitée

Le CESR de Bretagne a réalisé une enquête par questionnaire[557] auprès des 166 jeunes élus, dont 83 filles et autant de garçons, composant le Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ), assemblée consultative créée par le Conseil régional de Bretagne en lien avec ses compétences dans le champ de la formation initiale (lycées et apprentissage).

Distribués en séance plénière du CRJ, 73 questionnaires complétés par 37 filles et 36 garçons ont été collectés et analysés par le CESR.

Après avoir rappelé quelques éléments méthodologiques (1), nous présenterons les principaux résultats de l'enquête qui sont, pour la plupart, sexués (2). Enfin, nous ferons un bilan des enseignements de cette dernière (3).

Dans le prolongement de cette enquête par questionnaire, le CESR a rencontré neuf jeunes du CRJ afin d'échanger avec eux sur les moyens de promouvoir l'activité physique et le sport (APS) en Bretagne. Ceux-ci ne manquaient pas d'idées intéressantes pour les acteurs du sport. Nous en rendons compte dans la dernière partie du rapport, dans le chapitre consacré à l'accès de tous aux APS.

[557] Le questionnaire figure en annexe, à la fin du chapitre.

1. Les principaux résultats de l'enquête réalisée auprès des jeunes du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne

1.1. Quelques éléments méthodologiques

1.1.1. Profil de l'échantillon

L'enquête a été réalisée le 1er avril 2009 auprès des 166 jeunes membres du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ). Un questionnaire élaboré par le CESR de Bretagne a été distribué et collecté en séance plénière. 73 jeunes ont complété le questionnaire, dont 37 filles et 36 garçons. L'âge moyen de ces derniers est d'environ 17 ans. Très majoritairement lycéens (à 94,5% contre 5,5% d'apprentis), ils sont principalement issus de l'enseignement général (57,5%) et technologique (11%), même si 26% des jeunes répondants relèvent de l'enseignement professionnel et 4,1% de l'enseignement agricole. La classe de Première est la plus représentée parmi les enquêtés.

La majorité des jeunes, 61.6 %, déclare résider dans un territoire à dominante urbaine. Ceux qui habitent un territoire rural représentent 28.8 % de l'échantillon. Le reste ne se prononce pas.

Qui sont les 166 jeunes élu(e)s du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne[558] ?

Les modalités retenues pour les élections garantissent une représentativité, au sein du Conseil régional des jeunes (CRJ), des filles et des garçons, des lycéens et des apprentis, des pays et des départements bretons. Des élections sont tout d'abord organisées dans chaque établissement (lycée et centre d'apprentissage) pour choisir un «tandem» fille-garçon, élu parmi les délégués de classe, si possible de niveaux d'études différents. Puis, l'ensemble de ces «tandems» fille-garçon se réunit pour élire les 166 jeunes qui composeront le CRJ (83 filles et 83 garçons). Les jeunes du CRJ sont élus pour un mandat de deux années scolaires.
La répartition des élus entre lycéens (75) et apprentis (8) est proportionnelle à leur nombre en Bretagne (140 000 lycéens et 16 000 apprentis). Le scrutin tient aussi compte de la répartition par territoire : les 75 délégués lycéens représentent chacun des 21 pays bretons, les 8 délégués apprentis portent les couleurs d'un département. Enfin, l'équilibre est aussi assuré entre le public et le privé.

1.1.2. Un échantillon de 73 jeunes à la représentativité limitée

D'entrée de jeu, il faut clairement signifier que, bien que cette enquête soit très riche d'enseignements qualitatifs, compte tenu de l'étroitesse de notre échantillon, elle ne saurait être considérée, d'un point de vue scientifique[559], comme représentative de l'opinion de l'ensemble des jeunes en Bretagne.

En effet, le profil de ces jeunes lycéens et apprentis est singulier : élus par leurs pairs dans leur établissement pour les représenter, on peut faire l'hypothèse, a priori, qu'ils sont une force vive particulièrement engagée et active. Les informations ainsi recueillies seraient à apprécier en prenant en compte les caractéristiques spécifiques de ce groupe de jeunes, ce que ne permet pas entièrement notre enquête.

[558] Source : http://www.bretagne.fr/internet/jcms/c_14201/mode-de-scrutin, consulté le 1er janvier 2010
[559] Pour des études scientifiques sur la pratique sportive des jeunes, voire la partie 1 consacrée à la santé, notamment les travaux de l'Observatoire régional de la santé en Bretagne (ORSB)

Il n'empêche que ces jeunes interrogés sont les délégués élus d'environ 120 000 lycéens[560] et de près de 18 500 apprentis en Bretagne.

Avec 73 questionnaires complétés, le taux de réponse s'établit à 44 % de l'ensemble des élus du Conseil régional des jeunes (CRJ). Toutefois, l'échantillon reste assez représentatif de la composition d'ensemble du CRJ : parité filles-garçons, large majorité de lycéens, répartition géographique équilibrée …

Nous attirons l'attention du lecteur sur le caractère paritaire filles-garçons de notre échantillon, car, comme nous l'avons signalé dans les précédentes parties du rapport, le « décrochage physique et sportif » des *adolescentes* est un défi à relever

1.1.3. Une enquête limitée qui appelle de futurs travaux scientifiques en Bretagne

Cette enquête réalisée sur la base d'un questionnaire élaboré par le CESR de Bretagne, du fait de son caractère limité, est donc une invitation à de futurs travaux scientifiques sur le sujet. Outre une meilleure représentativité de l'échantillon des enquêtés, il serait intéressant que ces futurs travaux prennent aussi en compte l'origine socioculturelle et familiale des jeunes ainsi que leurs modes de vie. Sur le volet « activité physique et santé », ces travaux pourraient se référer à la méthodologie « International Physical Activity Questionnaire » (IPAQ)[561].

L'Université (ex : UFR STAPS et Médecine), l'ORSB, l'EHESP, l'ENS Cachan, l'ENSAI, le Rectorat, le CROS Bretagne et la Région Bretagne pourraient par exemple engager un partenariat de recherche en ce sens.

1.1.4. Rappel : 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans ont une activité physique régulière insuffisante, notamment les filles

Il a été souligné, dans la première partie du rapport consacré à la santé que stimuler l'activité physique régulière, dont la pratique sportive, à l'adolescence, notamment chez les filles, était un enjeu majeur de santé publique. Avant de présenter les résultats de l'enquête réalisée auprès du CRJ, il peut être rappelé que :

- selon l'INSERM, « L'activité physique ou sportive est un déterminant majeur de l'état de santé des individus et des populations à tous les âges de la vie » et qu' « il y a un continuum entre la pratique sportive juvénile et la pratique à l'âge adulte »
- les recommandations scientifiques pour le niveau d'activité physique régulière favorable à la santé des enfants et adolescents est *d'au moins* 1 heure d'activités physiques ou sportives d'intensité modérée (ex : marche rapide) à élevée (ex : jogging) par jour.
- la durée théorique des cours d'EPS *par semaine* est de 3 h en primaire, 4 h en 6ème, 3 h de la 5ème à la 3ème, 2 h au lycée (en réalité 1H15 effective en moyenne)
- en France, 4 adolescents sur 10 -et 8 adolescentes sur 10- n'atteignent pas le niveau d'activité physique régulière favorable à la santé (AFSSA, 2009)

[560] Rentrée 2008/2009 - Lycées : Education nationale (101 263 élèves), Enseignement agricole (17 423 élèves), Enseignement maritime (600 élèves environ)
[561] voir partie du rapport consacrée à la santé

1.2. Les principaux résultats de l'enquête

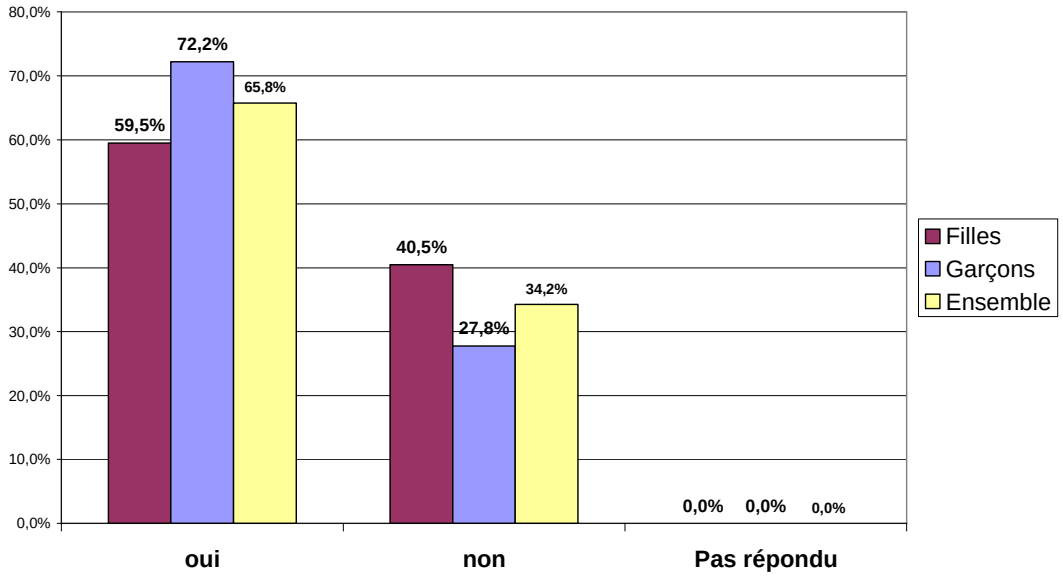
Le questionnaire du CESR de Bretagne utilisé pour l'enquête figure en annexe[562] en fin de rapport.

1.2.1. La perception du niveau d'activité physique

Avant d'aborder la notion de sport, la première question posée aux jeunes avait trait à la *perception* de leur *niveau d'activité physique au quotidien*. Les 2/3 des répondants (65,8 %) déclarent « avoir une activité physique quotidienne suffisante » et « bouger assez tous les jours ». Reste donc 1/3 de jeunes ayant le sentiment de ne pas avoir un mode de vie suffisamment actif.

On observe un écart entre la perception des filles et des garçons. Ceux-ci ont davantage l'impression de bouger suffisamment (72.2%) que celles-là (59.5%). Il faut donc souligner le fait que 4 filles sur 10 (40.5%) estiment que leur niveau d'activité physique régulière n'est pas suffisant.

Figure 88. Pensez-vous que votre activité physique au quotidien est suffisante ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.2. Les jeunes et leurs représentations du sport

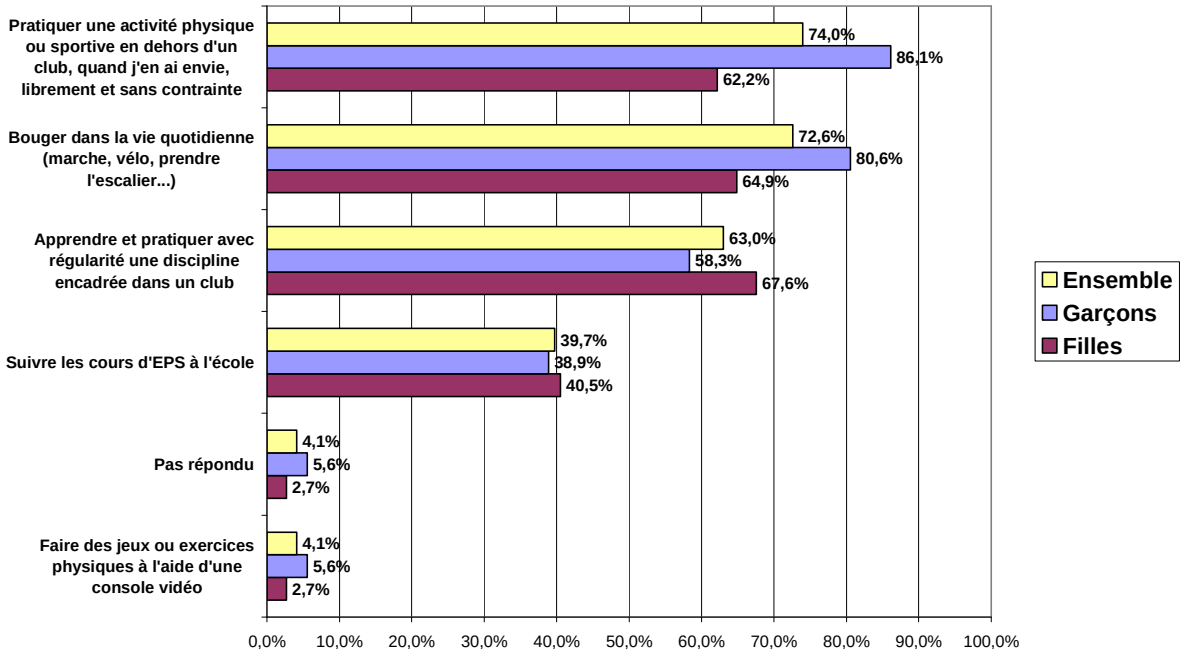
La deuxième question visait à évaluer la représentation que les jeunes interrogés se font du sport en général. On observe tout d'abord que, pour les 3/4 d'entre eux, « faire du sport » signifie autant *« pratiquer une activité physique ou sportive en dehors d'un club, quand j'en ai envie, librement et sans contrainte » (74%)* que *« bouger dans la vie quotidienne (marche, vélo, prendre l'escalier…) » (72,6%).* La pratique régulière et encadrée d'une discipline en club sportif est quant à elle citée par près des 2/3 des répondants (63%). 4

[562] voir à la fin du rapport

élèves sur 10 associent le sport à l'éducation physique et sportive (EPS). Quant au « sport virtuel », il n'est cité que par 4.1% des élèves.

S'agissant des différences par sexe, on constate que les garçons citent plus fréquemment la pratique libre et l'activité physique quotidienne que les filles. En revanche, celles-ci associent plus volontiers le sport à la pratique en club. D'une manière générale, elles semblent avoir une approche plus équilibrée des différentes formes d'activités physiques et sportives. Bien que faible, la proportion de garçons considérant le « sport virtuel » comme un sport (5.6%) est deux fois plus élevée que celle des filles (2.7%). En revanche, on n'observe pas d'écart sexué dans l'association entre sport et EPS.

Figure 89. Pour vous, « Faire du sport » signifie :



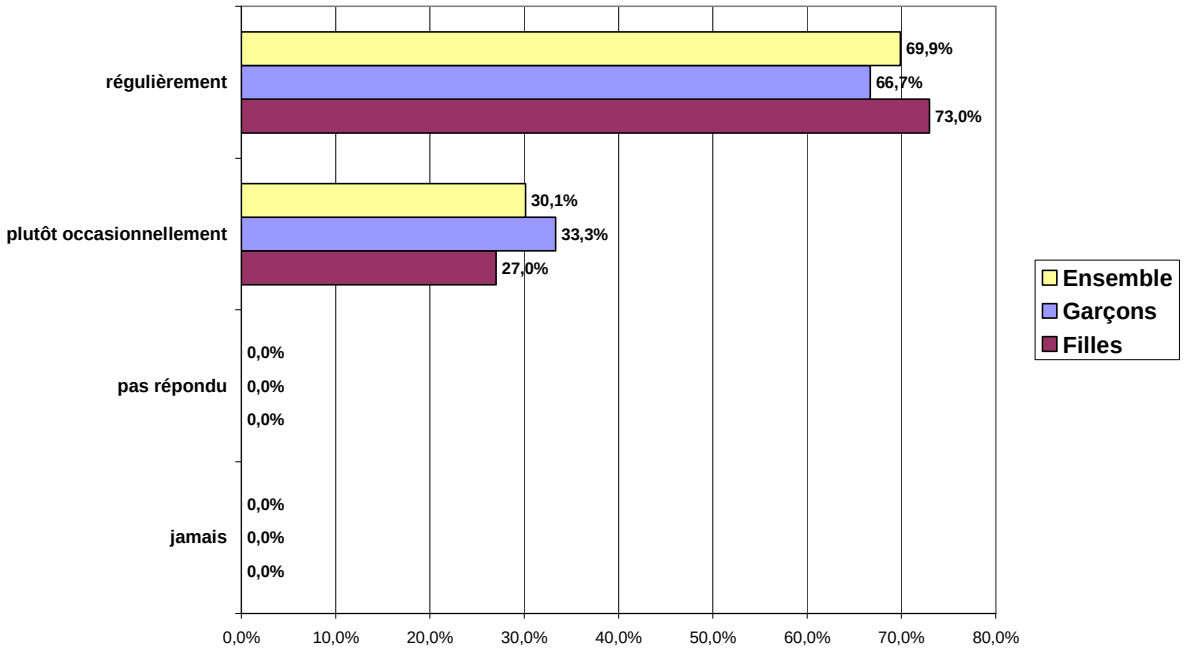
Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.3. L'état de la pratique sportive des jeunes interrogés

Les deux tiers de l'échantillon déclarent pratiquer régulièrement un sport et le reste, « plutôt occasionnellement ». Aucune personne interrogée ne déclare n'en pratiquer aucun.

Les filles disent un peu plus fréquemment que les garçons avoir une pratique sportive régulière (73% contre 66.7%). Pour autant, comme signalé ci-avant, leur sentiment de ne pas bouger suffisamment est plus important que celui des garçons. On peut émettre l'hypothèse qu'elles sous-estiment leur niveau d'activité physique régulier ou que les garçons surestiment le leur …

Figure 90. Faites-vous du sport actuellement ?

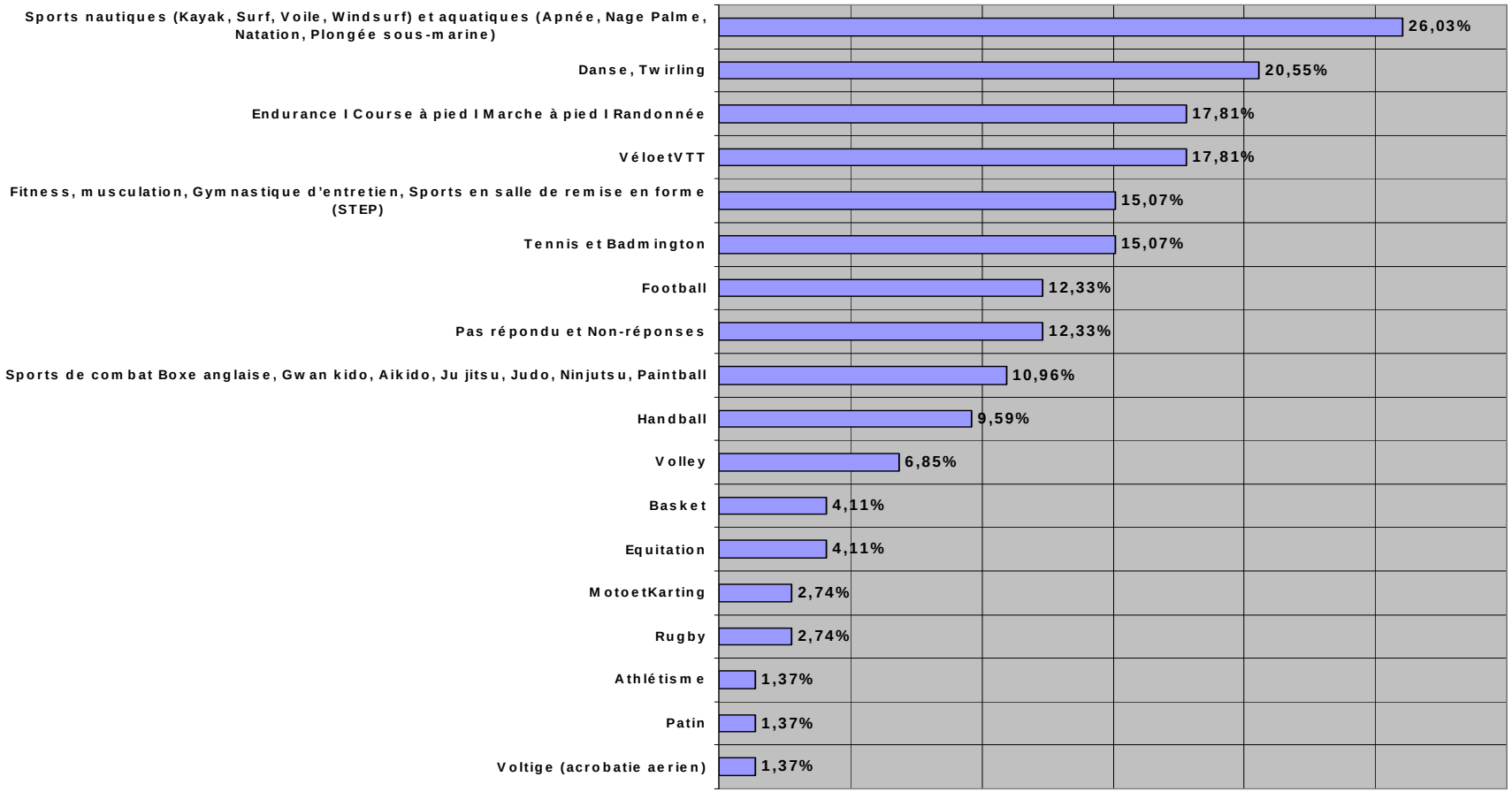


Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

Plus de 9 jeunes sur 10 pratiquaient *régulièrement* un sport *étant plus jeune*, alors que 7 sur 10 disent le faire actuellement. L'arrêt de la pratique régulière intervenant en moyenne vers 15 ans. Les 3/4 des jeunes interrogés ont des frères et sœurs ayant une pratique sportive régulière et 4 sur 10 ont au moins un parent dans ce cas.

Les pratiques sportives sont diversifiées, allant du tennis à la voile en passant par le judo, la danse ou la voltige aérienne. Se détachent néanmoins les sports de plein air (endurance, vélo, randonnée, 26 occurrences), les sports aquatiques et nautiques (19 occurrences), la danse (15), les sports de remise en forme (11 occurrences) et le tennis (10 occurrences).

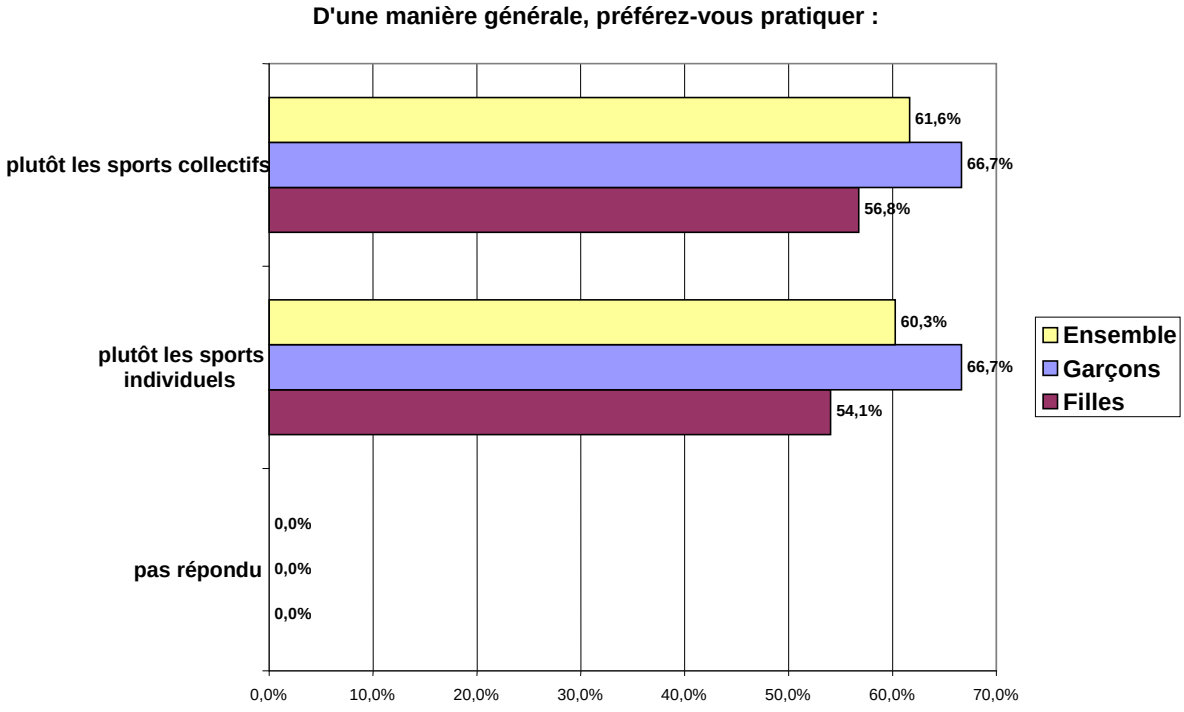
Figure 91. Sports pratiqués



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

En ce qui concerne les préférences sports collectifs / sports individuels, on observe un partage quasi parfait entre les deux choix possibles puisque 6 jeunes sur 10 citent également l'un et/ou l'autre. Les réponses ne font pas ressortir une préférence sexuée s'agissant du caractère collectif ou individuel du sport.

Figure 92. D'une manière générale, préférez-vous pratiquer :



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.4. Les lieux et modes de pratique sportive des jeunes

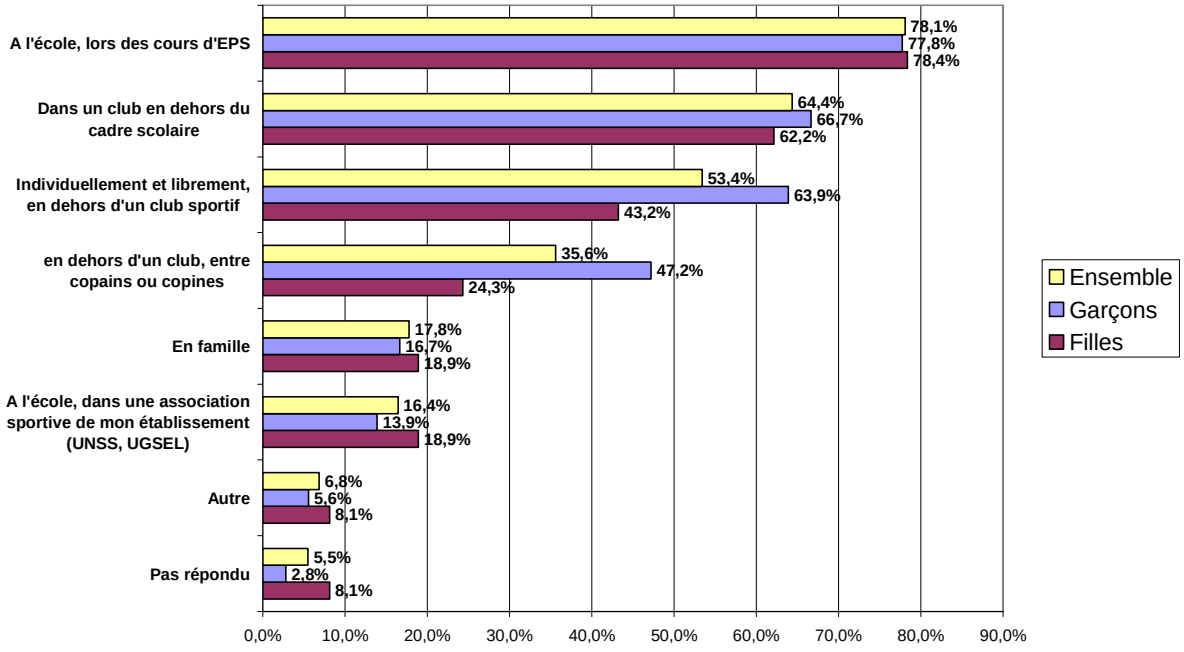
S'agissant des lieux de leurs pratiques sportives, « A l'école » est la réponse la plus fréquemment citée par les jeunes : 8 sur 10 mentionnent les cours d'EPS et 16% pratiquent au sein de leur établissement dans une association de sport scolaire (UNSS, UGSEL). On n'observe pas d'écart entre les réponses des filles et des garçons concernant l'EPS, en revanche ceux-ci citent moins le sport scolaire que celles-là.

Ensuite, la pratique sportive en club extrascolaire est citée par les 2/3 des jeunes (64,4%), dans des proportions assez proches entre filles (62,2%) et garçons (66,7%).

La pratique sportive individuelle et libre, en dehors d'un club, est mentionnée par environ la moitié des jeunes (53,4%), davantage par les garçons (63,9%) que par les filles (43,2%).

Enfin, le sport pratiqué en famille est loin d'être négligeable puisqu'il est cité par environ 1 jeune sur 5 (17,8%), sans écart marqué entre filles et garçons.

Figure 93. Où et dans quel(s) cadre(s) faites-vous du sport ?



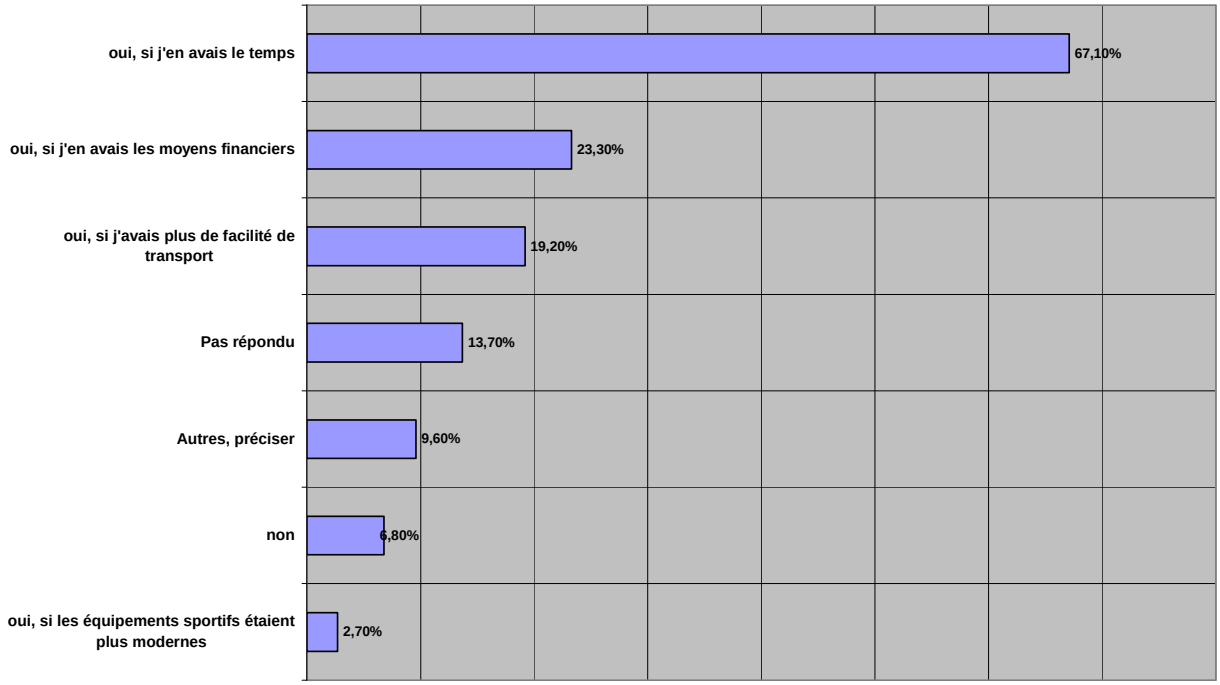
Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.5. Le facteur temps : un élément déterminant de la pratique sportive des jeunes

Concernant le temps consacré au sport, les jeunes disent pratiquer un sport au rythme moyen approximatif de 4 heures par semaine.

Le facteur temps apparaît comme essentiel pour la pratique sportive des jeunes. Ainsi, les 2/3 d'entre eux (67,10% des réponses) aimeraient pratiquer davantage de sport s'ils en avaient le temps. Sont ensuite évoqués les moyens financiers (28,80% des réponses) et les facilités de transport (18,20% des réponses). La modernité des équipements n'apparaît pas ici comme déterminante pour l'incitation à la pratique.

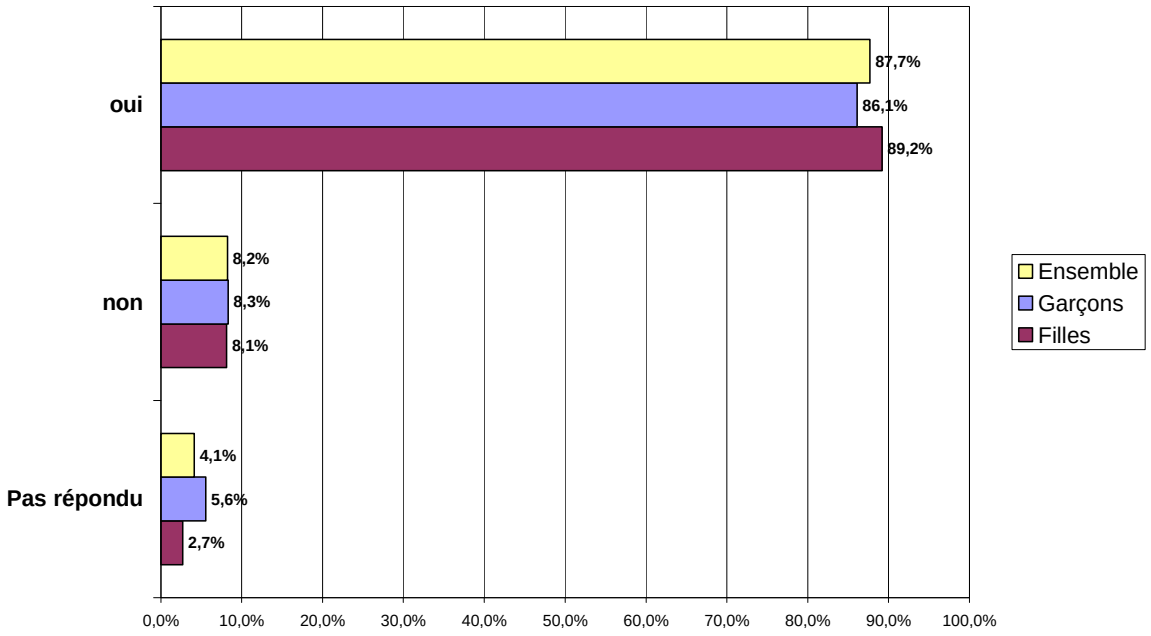
Figure 94. Aimeriez-vous pratiquer davantage de sport ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

Plus précisément, si l'on revient sur ce déterminant temporel, près de 9 jeunes sur 10 (87,7%), filles comme garçons, déclarent qu'ils pratiqueraient davantage de sport si les cours scolaires terminaient plus tôt**.** Ce temps sportif supplémentaire qui serait dégagé dans l'hypothèse d'un emploi du temps scolaire allégé, donnerait lieu à une augmentation de la pratique sportive à la fois en club et en dehors, les filles s'orientant davantage, dans ce cas de figure, vers la pratique en club, que les garçons.

Figure 95. Si vous terminiez les cours plus tôt, pratiqueriez-vous davantage de sport ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.6. Les motivations à faire du sport : des différences marquées entre filles et garçons

Chez les jeunes interrogés, le sport apparaît en tout premier lieu comme un moyen de « se défouler, d'évacuer le stress » (74 % des réponses). Le « plaisir » de pratiquer du sport vient en second (68,5 %), suivi par « l'importance de prendre soin de soi et d'être bien dans son corps et dans sa tête » (61,6 %).

Le sport apparaît ensuite comme un moyen de dépasser ses limites et d'avoir des sensations (42,5 %). La pratique du sport, c'est aussi un moment de socialisation et de détente avec des amis (41,1 %). L'aspect « compétition » est nettement moins mis en avant (19,2 %) et l'on privilégie plutôt, sur ce chapitre, l'apprentissage de la maîtrise de soi (23,3 %).

Les différences entre les motivations des filles et des garçons sont particulièrement marquées. Les filles pratiquent un peu plus fréquemment le sport pour se défouler et évacuer le stress que les garçons (8 sur 10, contre 7 garçons sur 10). En revanche, le sport pour le plaisir est beaucoup plus cité par ceux-ci que par celles-là (8 sur 10, contre 6 filles sur 10). La recherche de bien-être physique et mental est également plus souvent citée par les garçons (66,7 % contre 54,1% des filles), de même que le sport par goût de l'effort, du dépassement de soi et des sensations (50 % contre 37,8% des filles).

La proportion de réponses concernant le sport par goût de la compétition, de la « gagne » et de la performance est trois fois plus élevée chez les garçons que chez les filles (27,8% pour les garçons contre 10,8% pour les filles). De même, le score est deux fois plus important chez les garçons pour la motivation sportive visant à être plus fort face aux autres et à se défendre (11,1% contre 5,4% pour les filles).

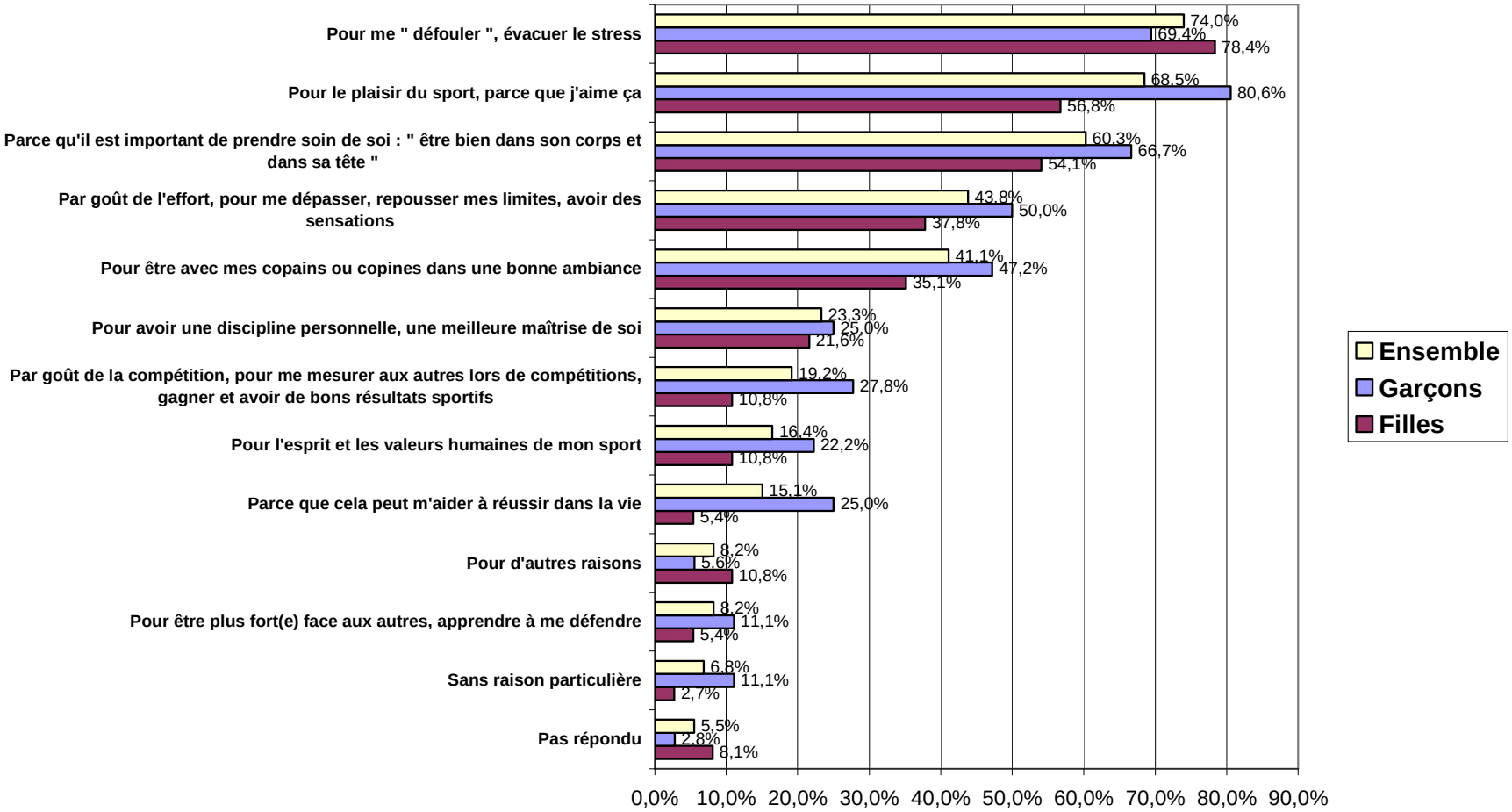
La proportion de garçons déclarant pratiquer « parce que le sport aide à réussir dans la vie » est quant à elle 5 fois plus élevée que celle des filles (25 % contre 5,4% pour les filles). Les garçons se disent aussi plus fréquemment attirés par l'esprit et les valeurs humaines de leur sport (22,2% contre 10,8% pour les filles) ainsi que, quoique l'écart soit ici plus réduit, par la recherche de convivialité amicale (47,2% des garçons contre 35,1 % des filles).

En revanche, on n'observe pas de différence prononcée entre filles et garçons concernant la motivation à faire du sport par discipline personnelle et recherche d'une meilleure maîtrise de soi (25 % contre 21,6% pour les filles).

Ce constat d'une forte sexuation des motivations à faire du sport, dans un public principalement constitué de lycéennes et lycéens, est un argument fort en faveur d'une *approche par le genre* des freins à la pratique sportive[563] chez les jeunes, ce qu'a par ailleurs souligné la sociologue Catherine Louveau, lors de son audition au CESR[564].

[563] Voir le point 2 suivant consacré aux pratiques féminines. Audition de Catherine Louveau notamment.
[564] Audition CESR de Bretagne, le 30 septembre 2008, Rennes

Figure 96. Pourquoi faites-vous du sport ?

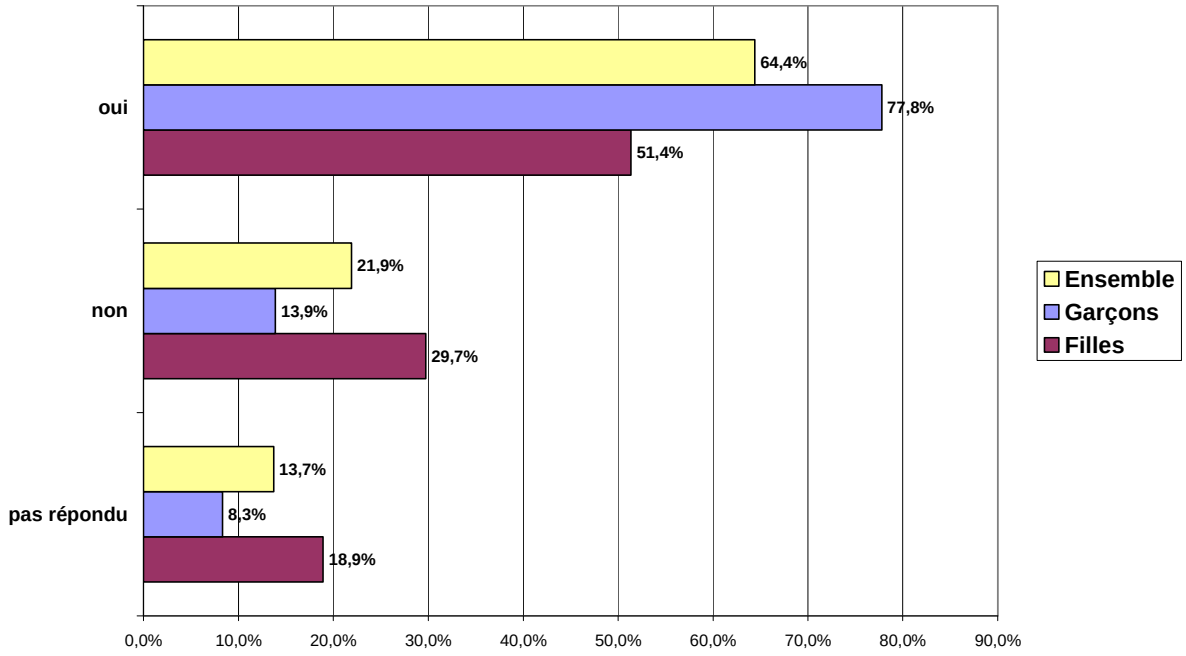


Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.7. Le regard des jeunes sur l'offre des clubs sportifs locaux

A noter que, d'une manière générale, la majorité des jeunes interrogés (64,4 %) s'estime satisfaite de l'offre locale proposée par les clubs sportifs en dehors du cadre scolaire. Toutefois, alors qu'environ 80 % expriment ce satisfecit, seulement la moitié des filles partage cette opinion positive. Près d'une fille sur trois fait état d'une insatisfaction par rapport aux activités sportives proposées par les clubs, le reste ne répondant pas à la question.

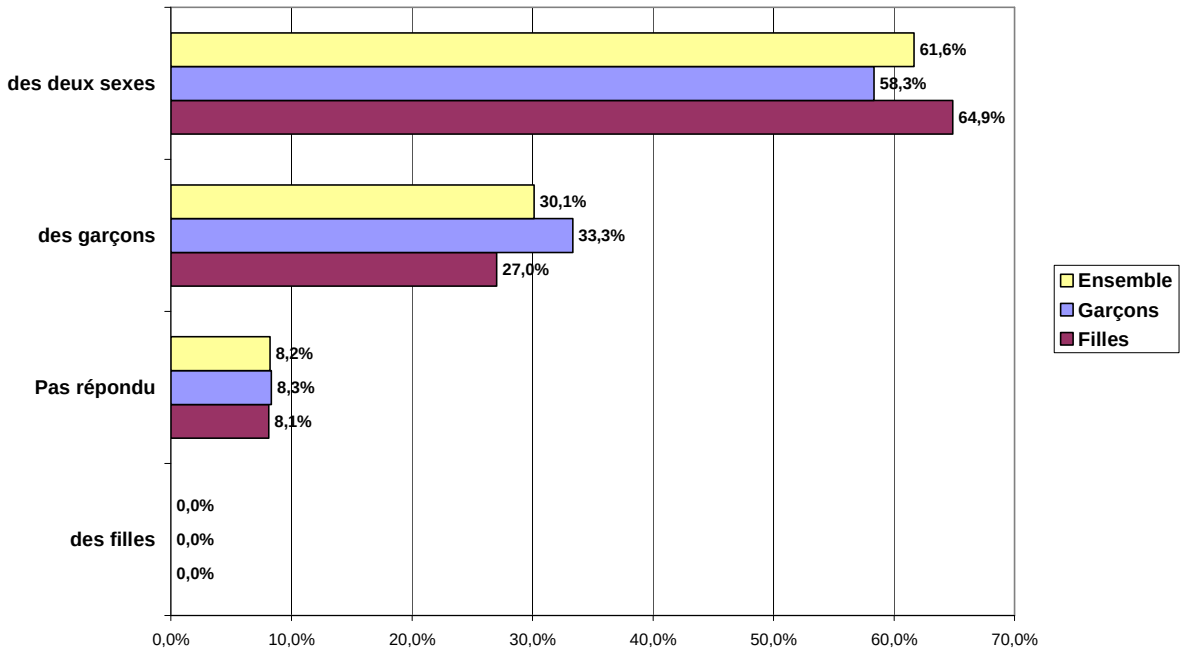
Figure 97. En dehors de l'école, l'offre locale des clubs sportifs répond-elle à vos envies et attentes ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

Interrogés également sur la question de savoir si l'offre d'activités sportives à l'adolescence répond plutôt aux attentes et envies des filles, des garçons, les jeunes pensent majoritairement qu'elle s'adresse indifféremment aux deux sexes à la fois (64,9% des filles contre 58,3% garçons). On note toutefois qu'environ 1/3 des filles comme des garçons pensent que l'offre sportive répond plutôt aux désirs des garçons qu'à ceux des filles, ce qui est loin d'être négligeable, d'autant plus que pas un seul jeune n'a répondu que cette offre répondait plutôt aux attentes et envies des filles…

Figure 98. L'offre d'activités sportives à l'adolescence répond plutôt aux attentes et envies :



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.8. Quelques raisons invoquées par les non sportifs

Le questionnaire s'adressait aussi aux jeunes ne pratiquant pas ou plus de sport et cherchait à en identifier les raisons. Une première difficulté d'interprétation surgit : alors qu'à la question « Faites-vous du sport actuellement », 100 % des jeunes répondent par l'affirmative (voir ci-avant), au moins occasionnellement, ils sont quand même 27% à donner une ou plusieurs raisons pour lesquelles ils ne pratiquent pas *ou plus* de sport. On peut émettre l'hypothèse qu'à la première question, la notion de sport était interprétée largement, incluant notamment l'EPS et l'activité physique quotidienne, alors que celle concernant la non-pratique a été perçue comme concernant la pratique régulière d'une discipline sportive en club. Quoiqu'il en soit, il est quand même intéressant d'analyser les réponses d'un tiers des jeunes enquêtés.

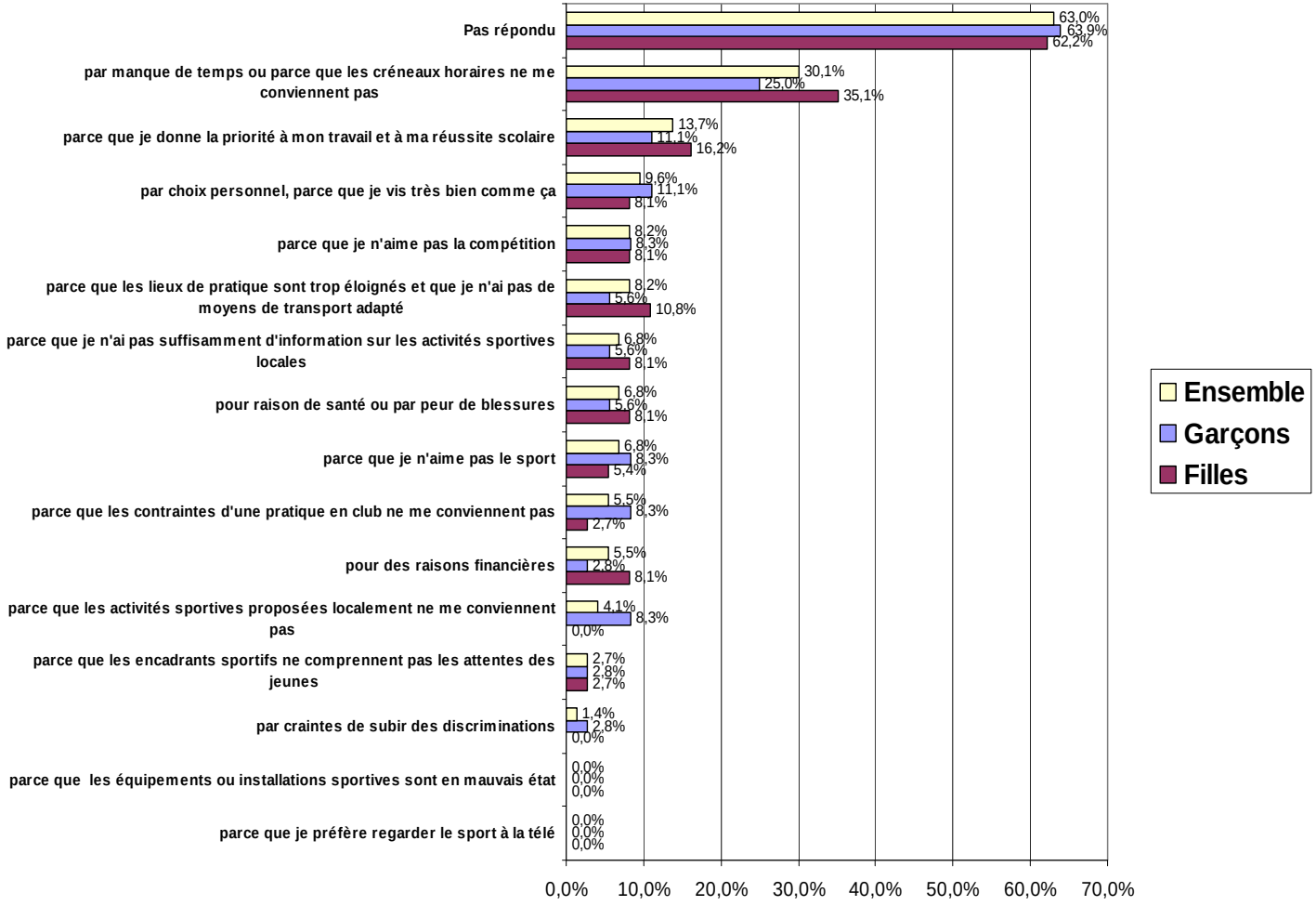
Pour ceux-ci, deux raisons sont principalement invoquées : le manque de temps ou l'inadaptation des horaires arrivent largement en tête (1/3 des répondants environ) et, dans une moindre mesure, la priorité donnée au travail et à la réussite scolaire (13,7% des répondants). 1 jeune sur 10 déclare vivre très bien sans faire de sport, et dans la même proportion, l'absence de pratique est justifiée par le rejet de la compétition, par des lieux de pratique trop éloignés ou faute de moyens de transport. D'autres, dans une proportion de 5 à 7% évoquent un manque d'information sur l'offre sportive locale ou son inadéquation, des raisons de santé, le rejet du sport en général, le caractère contraignant de la pratique en club ou des raisons financières.

Un répondant seulement mentionne la crainte de subir des discriminations et deux d'entre eux uniquement se réfèrent à une incompréhension des jeunes par les encadrants sportifs. Enfin, aucun ne cite le mauvais état des équipements sportifs comme dissuasif à la pratique sportive… ni le fait de préférer regarder le sport à la télé.

Comme pour la pratique, on observe un déterminant lié au sexe, plus ou moins marqué, des motifs invoqués pour la non pratique. Les filles mentionnent plus fréquemment que les garçons : le manque de temps, la priorité accordée au travail scolaire, les difficultés de déplacements, le manque d'information, les raisons de santé ou la peur des blessures, ainsi que les raisons financières. Les garçons non sportifs font quant à eux davantage référence à un choix de vie personnel, au fait de ne pas aimer le sport, au refus des contraintes d'une pratique en club ou à l'inadéquation de l'offre sportive locale par rapport à leurs attentes.

La non pratique par rejet de la compétition sportive est citée en proportion égale par les filles et les garçons (environ 8% des répondants), de même que l'incompréhension des encadrants sportifs vis-à-vis des jeunes (près de 3%).

Figure 99. Si vous ne faites pas ou plus de sport, pour quelles raisons ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009- Précision : 27 réponses, 46 non réponses

1.2.9. Opinion sur le coût de la pratique sportive

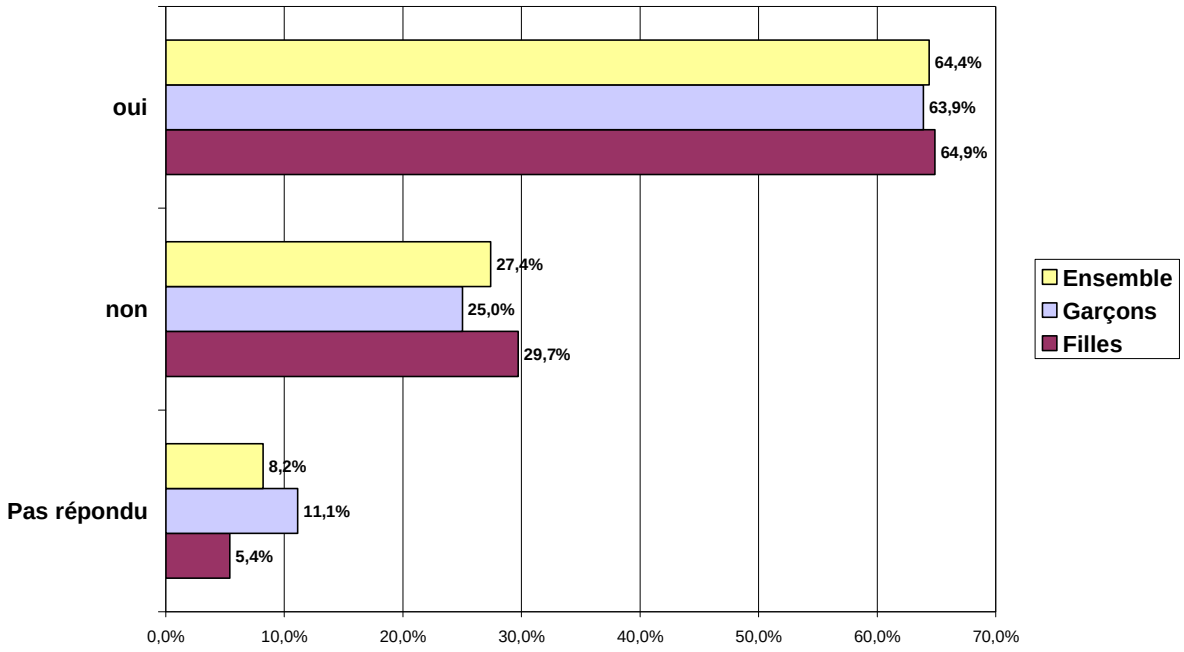
A la question de savoir si la pratique sportive leur paraît cher, 43,8 % répondent par la négative, 28,8% des jeunes répondent « oui » et le reste, soit 27,4%, n'exprime pas d'opinion sur le sujet.

1.2.10. Sur l'éducation physique et sportive (EPS) à l'école

Une autre partie du questionnaire soumis au Conseil régional des jeunes visait à mieux connaître leur rapport à l'enseignement d'éducation physique et sportive (EPS) dispensé à l'école, ici au lycée ou en centre de formation d'apprentis.

La grande majorité des jeunes interrogés (64,4%)- les filles autant que les garçons- se dit satisfaite des cours d'EPS contre 27,4 % de jeunes exprimant une insatisfaction et 8,2% ne répondant pas à la question. Une forte majorité y trouve même du plaisir (72,6%). Plus de la moitié des jeunes (56,2 %) souhaiterait une augmentation des heures hebdomadaires d'EPS.

Figure 100. Etes-vous satisfait de vos cours d'EPS ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

La majorité des élèves interrogés (64,4%) juge satisfaisants les équipements sportifs dévolus à l'EPS. Reste quand même environ 1/4 d'insatisfaits des conditions matérielles de pratiques de l'EPS.

Plus de la moitié des jeunes (57,5%) considèrent que les cours d'EPS sont utiles pour leur formation et le développement de leurs capacités personnelles. Un tiers n'en est pas convaincu. Les avis sont plus partagés sur la valorisation, lors des cours d'EPS, d'aptitudes non reconnues par les autres matières enseignées à l'école (42,5% de réponses positives et 43,8 % d'opinions négatives). Alors que 54,8 % des élèves disent que l'EPS améliore leur moyenne générale, ils ne sont que 15% à penser que celle-ci, sur un plan pédagogique, leur

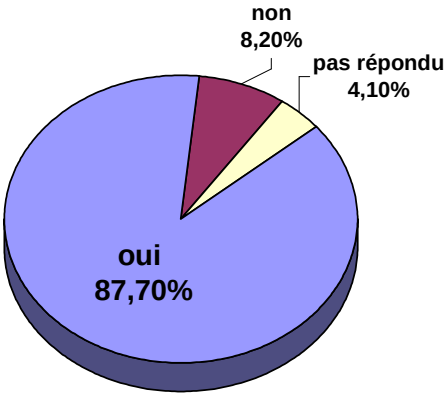
permet de mieux comprendre des connaissances enseignées dans d'autres matières (sciences physiques, sciences de la vie et de la terre,…).

En ce qui concerne la question ouverte sur les attentes prioritaires des jeunes vis-à-vis de l'éducation physique et sportive, 26 réponses sur 73 ont trait au défoulement, au jeu avec les amis et à l'évacuation du stress des cours. Les aspects « découverte du sport » et « collectif » ainsi que l'idée de performance sont relativement peu évoqués : 14 réponses pour la découverte, 5 mentions relatives au collectif et 3 occurrences sur la performance.

17 personnes interrogées n'ont pas d'idée pour améliorer les cours d'EPS mais, pour celles qui répondent, l'idée principale qui ressort est une demande d'augmentation du choix des activités sportives proposées. A ce titre, l'idée d'un forum des sports en début d'année scolaire pour informer les élèves de l'offre sportive interne et externe à l'établissement est tout à fait partagée par les jeunes interrogés (69,9 %) et plus de la moitié d'entre eux seraient prêts à contribuer à son organisation de manière bénévole.

68,5% des jeunes interrogés estiment qu'il faudrait créer davantage de liens entre l'EPS et les clubs sportifs locaux.

Figure 101. Si vous terminiez plus tôt les cours dans l'après-midi, cela vous inciterait-il à pratiquer davantage de sport ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.11. Sur les associations de sport scolaire (UNSS, UGSEL) et l'engagement bénévole sportif des jeunes

Une forte majorité (71,2%) des jeunes interrogés n'appartient pas à une association sportive de leur établissement scolaire. Les avis sont d'ailleurs partagés sur l'offre sportive proposée par les associations scolaires (37% de satisfaits, 32,9% de non satisfaits et 30,1% de non réponses). Pour ceux qui y pratiquent effectivement un sport (24,7%), 12,3% disent participer bénévolement au fonctionnement du club scolaire contre 32,9% pour ceux qui déclarant exercer un sport en club extrascolaire (arbitrage, organisation, encadrement…). Dans un cas comme dans l'autre, la majorité des jeunes déclare ne pas participer au fonctionnement de la structure. A souligner quand même que près d'un quart des non bénévoles se dit prêt à offrir son aide, ce plutôt occasionnellement, pour rendre des services de temps en temps.

1.2.12. Sur l'activité physique réelle liée au sport virtuel

Les jeux vidéo sont souvent associés aux comportements de sédentarité des jeunes, de même que la télévision. Or, depuis quelques années se développent des jeux ou exercices sportifs à l'aide de console de jeux vidéos qui mettent tout le corps en mouvement et plus seulement les mains ou les yeux. Ce phénomène émergent a amené à interroger les jeunes sur leur relation à ces jeux vidéo qui contribuent à les faire « bouger plus », à ce sport virtuel qui stimule une activité physique bien réelle.

Le questionnaire distinguait les jeux vidéos classiques à thématique sportive, c'est-à-dire pratiqués assis à l'aide d'un joystick, des jeux vidéos impliquant un comportement physiquement actif type « WII ».

D'une manière générale, la question concernant le « sport virtuel » semble avoir surpris les jeunes interrogés puisque près de la moitié d'entre eux n'y a pas répondu. Parmi l'autre moitié ayant rendu réponse, la pratique du sport virtuel « en étant debout et en bougeant activement », type «WII », est deux fois plus importante que la pratique sédentaire des jeux vidéos sportifs : 34,2% de joueurs actifs contre 16,4% de sédentaires. On ne s'étonnera donc pas que la « WII Sport » soit souvent citée comme le jeu vidéo sportif préféré.

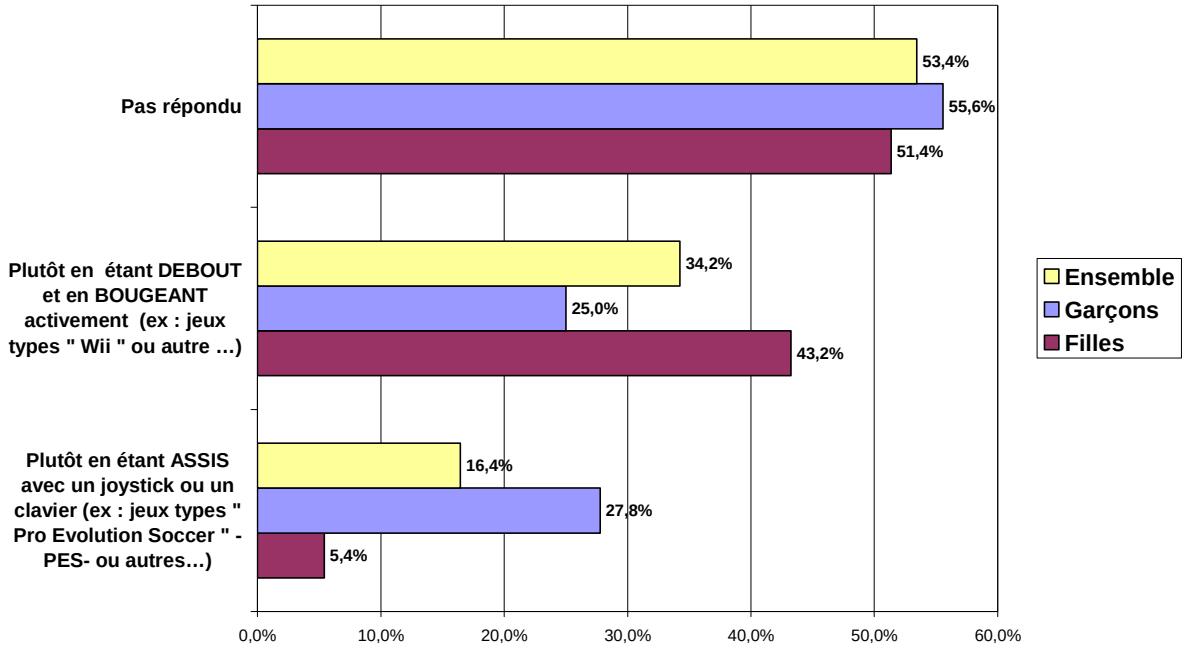
Pour ceux qui pratiquent le sport virtuel, le volume horaire évalué varie entre 1 et 2 heures par semaine, soit l'équivalent de la durée effective moyenne des cours d'EPS au lycée…

Avec plus d'un tiers des joueurs déclarant pratiquer le sport virtuel à plusieurs à l'aide d'une console, l'opinion selon laquelle les jeux vidéos seraient une pratique solitaire et sédentaire est ici sérieusement remise en cause.

Une autre idée reçue est battue en brèche : non seulement les jeux vidéos sportifs ne sont pas l'apanage des garçons, mais lorsqu'elles pratiquent le sport virtuel, les filles sont bien plus actives physiquement que les garçons : elles bougent même pratiquement deux fois plus que ces derniers lorsqu'elles jouent. Ainsi, 43,2% des filles ayant répondu à la question jouent « en étant debout et en bougeant » contre seulement 25% des garçons. Dans le même sens, elles ne sont que 5,4 % à déclarer jouer en étant assises avec joystick ou un clavier contre 27,8% des garçons.

La promotion du sport virtuel actif pourrait donc être une piste à explorer pour accroître le niveau d'activité physique des filles à l'adolescence …

Figure 102. Vous pratiquez le sport virtuel à l'aide d'une console vidéo :



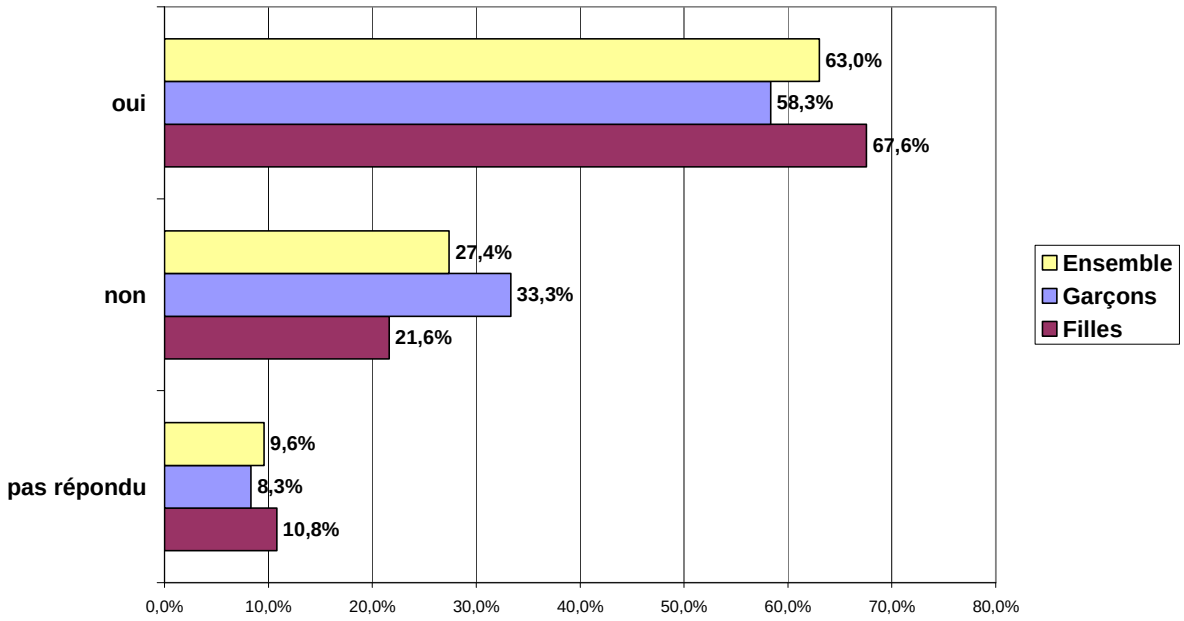
Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.2.13. Urbanisme et activité physique : mieux aménager la ville peut stimuler la mobilité active des jeunes

S'agissant d'inciter les jeunes à bouger et se dépenser davantage en encourageant les déplacements doux et actifs, l'enquête fait clairement ressortir qu'une amélioration des cheminements piétonniers et des voies cyclables, en termes d'aménagement urbain et de sécurisation, inciterait à une plus forte pratique du vélo ou de la marche au quotidien. Ainsi 63 % des jeunes se disent partants pour une mobilité plus active et - ce qui est très intéressant compte tenu du déficit d'activité physique régulière d'une majorité d'adolescentes - davantage les filles que les garçons (67,6% contre 58,3%).

Pour 71,2% des jeunes, cette nouvelle mobilité active s'appliquerait à leur temps libre et de loisirs. Quant à se rendre au lycée ou au travail par les modes de déplacements doux, 1/3 d'entre eux y seraient incités par un urbanisme local plus accueillant et sécurisant pour les piétons et les cyclistes.

Figure 103. Avec les cheminements piétonniers et des voies cyclables mieux aménagés et sécurisés, feriez-vous davantage de marche ou de vélo au quotidien ?



Source : CESR de Bretagne, enquête auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, avril 2009

1.3. Quelques enseignements issus de l'enquête réalisée auprès du CRJ

Parmi les multiples enseignements pouvant être tirés de l'enquête, certains peuvent être soulignés :

- une différence réelle de pratiques et de motivations est observée entre filles et garçons ;
- globalement, le taux déclaré de pratique sportive est important ;
- une satisfaction est exprimée sur l'EPS à l'école, même si des observations critiques ou des attentes complémentaires apparaissent ;
- pratiques collectives et individuelles intéressent également ces jeunes ;
- la recherche du « plaisir », du « défoulement », de la liberté de pratique et du soin de soi l'emportent sur les valeurs d'effort et de maîtrise de soi ;
- le goût de la compétition n'est exprimé que par une minorité de jeunes;
- les pratiques sportives seraient plus développées, est-il affirmé, si les cours terminaient plus tôt ;
- l'offre locale des clubs est davantage jugée satisfaisante par les garçons que par les filles ;
- enfin, l'aménagement de chemins piétonniers ou voies cyclables sécurisés favoriserait semble-t-il l'activité physique régulière des adolescents, y compris des filles.

Chapitre 3

L’éducation physique et sportive, ses prolongements et le sport à l’école

1. L'éducation physique et sportive à l'école : un enjeu démocratique, des moyens insuffisants 352
1.1. L'éducation physique et sportive : finalités et contexte régional 352
1.1.1. Les activités physiques, sportives et artistiques : supports et non finalités de l'EPS .. 352
1.1.2. EPS : l'apprentissage de compétences propres et transversales est affirmé 354
1.1.3. L'éducation physique et sportive améliorerait l'attention des élèves 355
1.1.4. Mais, dans les faits, l'EPS n'a que des moyens horaires et humains limités pour accomplir sa mission éducative nationale 355
1.1.5. Le contexte régional de l'EPS dans l'Académie de Rennes 356
1.1.6. Les sections sportives scolaires : remobiliser les élèves et améliorer le niveau de pratique 359
1.1.7. Le volet sportif de l'accompagnement éducatif : un grand intérêt mais une concertation locale à améliorer 360
1.2. Les défis de l'éducation physique et sportive en Bretagne : développement et ouverture 361
1.2.1. Lutter contre la persistance d'une conception dualiste corps-esprit : le sport est « une expression de l'esprit par le corps » 361
1.2.2. Considérer l'éducation physique et sportive à l'école comme un enjeu de démocratie et d'égalité des chances 362
1.2.3. Expérimenter en Bretagne une augmentation de la durée effective des cours d'EPS, par exemple au lycée 362
1.2.4. Diversifier les activités physiques, sportives et artistiques (APSA), supports de l'EPS 363
1.2.5. Les sites et équipements sportifs, « salles de classe » de l'EPS 363
1.2.6. L'EPS : futur pivot de l'éducation à la santé en milieu scolaire ? 369
1.3. Pour une gouvernance territoriale de l'éducation par le sport intégrant l'Education Physique et Sportive et ses prolongements 370

2. Les associations sportives scolaires : une fonction éducative et sociale à mieux reconnaître 372
2.1. L'UNSS et l'UGSEL en Bretagne 373
2.1.1. L'UNSS en Bretagne 373
2.1.2. L'UGSEL en Bretagne 374
2.2. Les associations de sport scolaire : fonction sociétale, atouts et défis 375
2.2.1. Une fonction sociétale et des atouts à mieux reconnaître 376
2.2.2. Des défis à relever pour mieux répondre aux attentes des élèves 379

3. Le sport : une ressource pédagogique transdisciplinaire 384
3.1. Les programmes incitent l'EPS à multiplier les projets interdisciplinaires au collège et au lycée 385
3.1.1. Au collège : la contribution de l'EPS, avec les autres disciplines, au socle commun .. 385
3.1.2. Au lycée, la volonté de développer l'interdisciplinarité de l'EPS apparaît plus nettement 385
3.2. Des partenariats éducatifs de qualité sont possibles entre l'école et les acteurs locaux du sport 387
3.2.1. Nul n'a le monopole de l'éducation par le sport 387
3.2.2. Les partenariats éducatifs entre l'école et le sport peuvent être porteurs d'innovation pédagogique : exemple dans deux lycées bretons 388
3.3. Promouvoir l'éducation par le sport par un rapprochement des politiques sectorielles du Conseil régional, notamment celles relatives au « sport », à la « formation », à « santé » et à l'« égalité femmes-hommes » 397
3.3.1. La stratégie régionale emploi formation repose sur le développement du capital humain et de la cohésion sociale de la Bretagne 398
3.3.2. Pour la création d'un « KARTA SPORT-PEDAGOGIE » et d'un « KARTA SPORT-SANTE » 400
3.3.3. La charte « KARTA Bretagne » : un dispositif contractuel pour accompagner les projets d'établissement des lycées et certaines actions pédagogiques innovantes 401
3.3.4. Préconisation du CESR : créer un « KARTA-SPORT-PEDAGOGIE » comportant une charte éthique 402

Introduction du chapitre 3

Qu'est ce que l'éducation physique et sportive (EPS) ? Quelles sont ses spécificités par rapport à l'activité physique et au sport ? Quels sont ses prolongements à l'école ? Comment le sport peut-il être, au-delà de l'EPS, une ressource pédagogique pluridisciplinaire pour d'autres enseignements ?

Dans un premier point, nous verrons que, discipline enseignée dans le cadre de l'école de la République et de sa mission de service public, l'EPS est un enjeu démocratique ; pourtant ses moyens horaires et humains restent limités.

Dans un second point, nous présenterons les associations de sport scolaire, à la fois prolongement *volontaire* de l'EPS à l'école et interface potentielle entre celle-ci et le mouvement sportif local.

Enfin, nous soulignerons que le sport est une ressource pédagogique pluridisciplinaire qui pourrait-être davantage exploitée.

1. L'éducation physique et sportive à l'école : un enjeu démocratique, des moyens insuffisants

L'éducation physique et sportive (EPS) à l'école est un enseignement obligatoire et gratuit répondant aux programmes du Ministère de l'Education nationale[565]. Service public accessible et dispensé à tous les enfants et adolescent(e)s scolarisés dans les établissements scolaires du premier et du second degré, publics comme privés sous contrat, l'EPS fait partie, avec ses spécificités, de l'éducation par le sport.

Avec en toile de fond l'enjeu essentiel de la continuité éducative, d'une part, tout au long de la scolarité, d'autre part, entre l'école et l'extérieur de l'école, le CESR s'est principalement intéressé à l'EPS dans l'enseignement du second degré et notamment au lycée, celui-ci relevant directement, pour ses conditions de pratique, des compétences d'attribution de la Région.

1.1. L'éducation physique et sportive : finalités et contexte régional

1.1.1. Les activités physiques, sportives et artistiques : supports et non finalités de l'EPS

Les activités physiques, sportives et artistiques (APSA) ne doivent pas être confondues avec l'éducation physique et sportive (EPS) elle-même : elles n'en sont que des supports éducatifs évolutifs, des moyens et non des fins.

Les finalités éducatives nationales de l'éducation physique et sportive sont plus ambitieuses puisque cette dernière est aujourd'hui reconnue comme contribuant, avec les autres disciplines scolaires, à l'acquisition du socle commun de connaissances et de compétences[566]. Ainsi, son objectif est de contribuer à « former un citoyen cultivé, lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué[567] ».

Les finalités et spécificités éducatives de l'EPS du primaire au lycée selon le Ministère de l'Education nationale -Extrait de l'Arrêté du 9 juillet 2008 fixant les programmes de l'EPS au collège[568]

Préambule

« L'Éducation Physique et Sportive (EPS), à tous les niveaux de la scolarité, vise la réussite de tous les élèves et contribue, avec les autres disciplines, à l'instruction, la formation et l'éducation de chacun. Elle participe à l'acquisition et à la maîtrise du socle commun et permet de faire partager aux élèves les valeurs de la République.

Par la pratique scolaire d'activités physiques sportives et artistiques (APSA), l'enseignement de l'EPS garantit à tous les élèves une culture commune. Elle permet à chacun d'améliorer ses possibilités d'adaptation motrice, d'action et de réaction à son environnement physique et humain. L'école, le collège et le lycée, aident donc à l'appropriation d'une culture physique, sportive et artistique de façon critique, responsable, lucide et citoyenne.

[565] Avant 1981, les enseignants d'EPS étaient rattachés au Ministère de la Jeunesse et des Sports.
[566] Loi d'orientation et de programme sur l'avenir de l'Ecole, avril 2005
[567] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[568] Arrêté du 9 juillet 2008, NOR: MENE0817062A (Journal Officiel du 5 août 2008 – Bulletin Officiel spécial n°6 du 28 août 2008) : Programme de l'enseignement de l'éducation physique et sportive pour les classes de sixième, de cinquième, de quatrième et de troisième du Collège

Au sein de l'ensemble des disciplines d'enseignement, l'EPS occupe une place originale où le corps, la motricité, l'action et l'engagement de soi sont au cœur des apprentissages. Elle offre ainsi une complémentarité aux autres enseignements et assure l'indispensable équilibre du temps scolaire. En proposant une activité physique régulière, source de bien être, elle favorise l'acquisition d'habitudes de pratiques nées souvent du plaisir éprouvé, et contribue à la lutte contre la sédentarité et le surpoids. Elle participe ainsi à l'éducation à la santé. Le traitement des APSA propose aussi des pratiques respectant les conditions de sécurité et permettant d'apprendre aux élèves la gestion du rapport « risque / sécurité».

Chaque étape de la scolarité apporte sa contribution à l'ambition d'une formation complète, équilibrée et cohérente.

A l'école primaire, par la confrontation à des problèmes variés et la rencontre avec les autres, dans différents jeux et APSA, les élèves explorent leurs possibilités et construisent leurs premières compétences.

Au collège, les élèves passent de la préadolescence à l'adolescence et connaissent des transformations corporelles, psychiques et sociales importantes. L'EPS a le devoir d'aider tous les collégiens, filles et garçons, à acquérir de nouveaux repères sur soi, sur les autres, sur l'environnement, de nouveaux pouvoirs moteurs pour construire une image positive de soi. Les élèves confrontés à la richesse et à la diversité du champ culturel des APSA, sont conduits à gagner en efficacité, à identifier les problèmes qui se posent, à les résoudre et à stabiliser leurs réponses en utilisant et en développant leur potentiel. Parallèlement à une compréhension et une intégration progressive de la règle, ils apprennent à s'engager dans une démarche de projet, acquièrent des méthodes et prennent des responsabilités.

Au lycée, les élèves se déterminent, approfondissent leurs apprentissages et affinent leurs réponses dans un nombre plus réduit d'APSA. Ils gagnent en autonomie pour bâtir des projets d'action, de jeu, de transformation ou d'entraînement adaptés à leurs possibilités. Ils s'approprient les conditions d'entretien et de développement de leurs ressources en vue de poursuivre une pratique physique régulière hors de l'école et tout au long de leur vie. (…) »

La volonté de préserver les spécificités éducatives de l'EPS explique en grande partie les réticences de nombreux enseignants d'EPS à nouer des relations plus étroites avec le mouvement sportif fédéral, parfois suspecté de privilégier la promotion de ses disciplines unisports dans une logique compétitive et sportive au détriment de l'éducation de tous.

La pleine contribution de l'EPS au socle commun de connaissances et de compétences, de l'école au collège (scolarité obligatoire)

– Code de l'éducation – Article D 122-3 – Annexe -Extraits[569]

[…] Le socle commun s'organise en sept compétences. Cinq d'entre elles font l'objet, à un titre ou à un autre, des actuels programmes d'enseignement : la maîtrise de la langue française, la pratique d'une langue vivante étrangère, les compétences de base en mathématiques et la culture scientifique et technologique, la maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication, la culture humaniste. Deux autres domaines ne font pas encore l'objet d'une attention suffisante au sein de l'institution scolaire : il s'agit, d'une part, des compétences sociales et civiques et, d'autre part, de l'autonomie et de l'initiative des élèves.

Chaque grande compétence du socle est conçue comme une combinaison de connaissances fondamentales pour notre temps, de capacités à les mettre en œuvre dans des situations variées, mais aussi d'attitudes indispensables tout au long de la vie, comme l'ouverture aux autres, le goût pour la recherche de la vérité, le respect de soi et d'autrui, la curiosité et la créativité.
Le socle commun s'acquiert progressivement de l'école maternelle à la fin de la scolarité obligatoire. Chaque compétence qui le constitue requiert la contribution de plusieurs disciplines et, réciproquement, une discipline contribue à l'acquisition de plusieurs compétences.

[569] Legifrance, consulté le 11 septembre 2009

A l'école et au collège, tous les enseignements et toutes les disciplines ont un rôle à jouer dans l'acquisition du socle. Dans ce cadre, les pratiques scolaires artistiques, culturelles et sportives y contribuent pleinement. […]

- Arrêté du 9 juillet 2008 fixant les programmes de l'EPS au collège[570] -

(…) L'EPS participe à l'acquisition de la plupart des compétences du socle commun, en offrant aux élèves un lieu d'expériences concrètes. La contribution se situe principalement dans :
- la participation à la maîtrise de la langue française : volonté de communiquer, justesse, rigueur et précision de l'expression nécessaires en EPS (compétence 1), - l'acquisition d'une démarche d'investigation et la maîtrise de connaissances sur l'organisation, le fonctionnement et les possibilités du corps humain (compétence 3), - l'utilisation de l'image, de tableaux, d'outils de traitement informatique des données, utiles aux apprentissages de l'EPS et donnant un sens concret aux TIC (compétence 4), - l'acquisition d'une culture sportive qui mérite d'être examinée dans tous ses aspects pour en comprendre les richesses et les excès, l'acquisition d'une sensibilité artistique vécue par le corps, d'un éveil au respect de la planète qu'il s'agit de préserver (compétence 5), - l'exercice de la citoyenneté vécue en acte dans les apprentissages de l'EPS, par l'appropriation du sens et de la nécessité des règles, la capacité à assurer sa sécurité et celle des autres et par l'engagement dans différents rôles sociaux (compétence 6), - la construction d'un élève plus autonome, plus responsable et capable de prendre des initiatives. L'élève apprend à concevoir et mener des projets jusqu'à leur terme, à travailler en équipe et respecter des échéances (compétence 7). (…). »

1.1.2. EPS : l'apprentissage de compétences propres et transversales est affirmé [571]

D'après les programmes nationaux, le contenu de l'enseignement d'EPS s'organise autour de deux ensembles de compétences qui interagissent : des «compétences propres à l'EPS » et des compétences transversales dites «méthodologiques et sociales ».

- Les compétences « propres » à l'EPS

D'une part, pour ce qui concerne les *« compétences propres à l'EPS »*, celles-ci visent à développer les qualités physiques dans un sens social et culturel en s'appuyant sur les APSA

- Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée ;
- Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains ;
- Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique ;
- Conduire et maîtriser un affrontement individuel et collectif ;
- Orienter et développer les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi (classes de 1ères et terminales du lycée).

- Les compétences « méthodologiques et sociales »

D'autre part, l'acquisition de *« compétences méthodologiques et sociales »* contribue aux apprentissages fondamentaux et transversaux du socle commun de connaissances et de compétences (voir encadré ci-avant) :

- S'engager lucidement dans la pratique, agir dans le respect de soi, des autres et de l'environnement par l'appropriation de règles ;
- Respecter les règles de vie collective et assumer les différents rôles liés à l'activité (rôles sociaux et responsabilité) ;

[570] Arrêté du 9 juillet 2008, NOR: MENE0817062A (Journal Officiel du 25 août 2008 – Bulletin Officiel spécial n°6 du 28 août 2008) : Programme de l'enseignement de l'éducation physique et sportive pour les classes de sixième, de cinquième, de quatrième et de troisième du Collège
[571] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.

- Se mettre en projet, savoir utiliser différentes démarches pour apprendre (observer, identifier, analyser, apprécier les effets de l'activité, évaluer la réussite et l'échec) ;
- Se connaître, se préserver (gestion des ressources, de l'engagement, savoir s'échauffer, récupérer, identifier les facteurs de risque, prendre des décisions, maîtriser ses émotions, s'approprier les principes de santé et d'hygiène de vie).

1.1.3. L'éducation physique et sportive améliorerait l'attention des élèves

Selon une étude des Universités d'Ulm et d'Heidelberg[572] en Allemagne menée auprès d'adolescents de 13 et 14 ans, publiée en décembre 2009, les élèves ont une meilleure attention après une séance d'au moins 30 mn par jour d'éducation physique et sportive.

Les chercheurs avancent une explication : les exercices physiques favoriserait la sécrétion de *sérotonine*, un neurotransmetteur impliqué dans la régulation de l'humeur, de l'émotivité ou encore le sommeil.

Au vu de ces résultats, les scientifiques suggèrent de placer l'éducation physique *avant* les matières requérant une forte concentration, comme les mathématiques par exemple, et non en fin de journée.

1.1.4. Mais, dans les faits, l'EPS n'a que des moyens horaires et humains limités pour accomplir sa mission éducative nationale

On estime que, de la sixième à la terminale, un élève bénéficie d'au minimum 700 heures d'enseignement en EPS.

Les finalités éducatives et les objectifs ambitieux de l'EPS contrastent avec la faiblesse du volume horaire des cours d'EPS dans l'enseignement du second degré : que faire avec 4 heures hebdomadaires en 6ème, 3 heures en 5ème, 4ème, 3ème, puis seulement 2 h au lycée ? Encore faut-il déduire de ces durées officielles les temps de trajet aux installations ou sites d'enseignement, le passage au vestiaire, le rassemblement et la mise en état d'écoute des élèves… Et le temps de passage à la douche ? Ce n'est en revanche pas un problème puisque, la plupart du temps, il est inexistant … faute d'installations sanitaires adaptées ou de temps laissé aux élèves à cet effet, ce qui pose quand même un sérieux problème d'hygiène et de confort corporel pour ces derniers.

La situation est non seulement paradoxale, elle est de surcroît inégalitaire puisque, comme l'ont signalé les Inspecteurs auditionnés, *« selon les conditions de pratique, les horaires effectifs d'EPS peuvent être très variables, de 100 % du temps réglementaire dans le cas d'installations proches ou intramuros à moins de 50 % dans le cas d'équipements éloignés[573] ».*

Ce déficit horaire de l'EPS a été confirmé par des professeurs d'EPS auditionnés : en réalité, au lycée, la durée moyenne *effective* des cours d'EPS est d'environ 1h15[574] !

[572] Sabine Kubesch et al, « A 30 mn physical education program improves student's executive attention », Mind, Brain, and Education, vol III, n° 4, décembre 2009. Publication citée par la revue « Sciences humaines », n° 212, février 2010, p 12.
[573] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[574] Audition au CESR de M.M. Marc Le Guérinel, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU ; et audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique BourneE, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009

Ils ont souligné ce décalage très important entre les bénéfices attendus de l'EPS et la réalité vécue au quotidien par les enseignants et les élèves : *« l'insuffisance des horaires d'EPS dans le système scolaire est une première difficulté pour l'accès de tous à des pratiques volontaires et diversifiées. Sans habitus créés, pas de pratiques dans la durée*[575]*»*. Oui, l'EPS et les APSA sont bons pour la santé, le lien social, la culture physique et sportive, le développement des capacités personnelles… mais que peut-on réellement faire avec, par exemple au lycée, 1h15 effective de cours par semaine ?

En arrière-plan apparaît ici la question primordiale des rythmes scolaires mais aussi des moyens humains, financiers, matériels (équipements) et horaires dévolus à l'EPS et au sport scolaire en France. Il ne suffit donc pas de reconnaître dans les textes tous les bénéfices escomptés de l'EPS, encore faudrait-il s'en donner réellement les moyens humains, horaires et financiers sur le terrain, y compris sur le plan des équipements sportifs adaptés à cette finalité éducative.

1.1.5. Le contexte régional de l'EPS dans l'Académie de Rennes[576]

1.1.5.1. L'encadrement de l'EPS

Placé sous le contrôle et le conseil de 5 Inspecteurs pédagogiques régionaux (IA-EPR-EPS), l'encadrement de l'EPS est assuré par des personnels enseignants majoritairement issus d'un recrutement unifié : les professeurs d'EPS de l'Académie certifiés (20h de cours dont 3h pour l'association sportive scolaire) et agrégés (17h de cours dont 3h pour le sport scolaire).

A la rentrée 2008/2009, l'Académie de Rennes comptait 1946 enseignants d'EPS, dont 1212 dans l'enseignement public et 734 dans le privé. Les femmes enseignantes d'EPS étaient 825, soit 42 % de l'ensemble des enseignants.

Parmi ceux-ci, les professeurs d'EPS des établissements du second degré (collèges et lycées) étaient au nombre de 576, dont 393 pour les collèges, 121 pour les lycées d'enseignement général et technologique et 62 pour les lycées d'enseignement professionnel.

Ces effectifs sont en réalité beaucoup plus importants –et féminisés- si on y intègre les Instituteurs et Professeurs des écoles de l'enseignement du *premier degré* qui font de la motricité et de l'EPS, sachant que l'Académie de Rennes comptait 2589 écoles du premier degré en 2008/2009.

Enfin, s'agissant de l'encadrement de l'EPS, il faudrait aussi ajouter à ces effectifs ceux des intervenants *extérieurs* à l'Education nationale qui interviennent dans les écoles avec l'accord de cette dernière (agents des collectivités locales[577], éducateurs du mouvement sportif…).

[575] Audition de M.M. Marc Le GuérinelL, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU
[576] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[577] Agents des communes et des départements notamment

1.1.5.2. Les APSA de l'EPS peuvent être adaptées, à la marge, aux spécificités régionales

Une liste nationale d'activités physiques, sportives et artistiques (APSA) et des référentiels de compétences précisent les niveaux d'exigence et degrés d'acquisition attendus aux différents niveaux d'enseignements.

Cette liste peut, à la marge, faire l'objet d'adaptations régionales. En effet, sans excéder un tiers de la liste nationale, une liste académique d'APSA est arrêtée par le Recteur en fonction des caractéristiques locales. En 2008/2009, l'Académie de Rennes comptait 6 disciplines régionales : voile, kayak de mer, VTT, rollers, foot gaëlique et ultimate. A signaler également, comme spécificité régionale une liste académique d'options d'EPS pour des épreuves ponctuelles : danse contemporaine, tennis, judo, gouren[578], natation (200m 4 nages), vtt, kayak, planche à voile. On soulignera la diversité de ces particularités régionales qui vont du sport traditionnel celtique ou breton (gouren, foot gaëlique)[579] à la danse contemporaine… A signaler également, parmi ces spécificités, la place particulière des sports de nature, en particulier des activités nautiques.

L'Inspection pédagogique régionale peut également autoriser un établissement à choisir une activité spécifique entrant dans le cadre de son projet pédagogique. Les projets d'EPS doivent rechercher l'équilibre entre les différents supports d'apprentissage proposés tout en abordant l'ensemble des groupes d'activités (voir tableau ci-après).

[578] Gouren : lutte traditionnelle bretonne

[579] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, de M. Paul Nicolas, Président de la Confédération des Jeux et Sports Traditionnels en Bretagne (FALSAB), et de M. Nicolas Ollivaux, permanent à la FALSAB ; M. Jean-François Hubert, Président de la Fédération de Gouren

Tableau 26. Liste nationale et académique des épreuves d'EPS : des objectifs éducatifs de l'EPS aux épreuves notées DES APSA

Compétences propres à l'EPS	**Groupements d'activité**	**Liste nationale des épreuves par activités**	**Liste complémentaire de l'Académie de Rennes (lycée et collège)**
Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée	Activités athlétiques	- course de haies - course de ½ fond - relais vitesse - disque - javelot - pentabond[580]	
	Activités aquatiques	- natation course	
Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains	Activités physiques de pleine nature	- course d'orientation - escalade - sauvetage	- voile (lycée) - kayak de mer (lycée) - vtt
Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique	Activités gymniques	- acrosport[581] - gymnastique au sol et aux agrès	
	Activités physiques artistiques	- arts du cirque - chorégraphie collective	- roller
Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif	Activités de coopération et d'opposition : sports collectifs	- basket-ball - handball - football - rugby - volley-ball	- foot gaëlique [582] (lycée) - ultimate[583] (lycée)
	Activités physiques de sport de combat	- judo - savate boxe française	
	Activités d'opposition duelle : sports de raquette	- badminton simple - tennis de table simple	
Réaliser et orienter son activité physique en vue du développement et de l'entretien de soi	Préparation physique et entretien (lycées)	- musculation - course de durée - step[584]	

Rectorat d'académie de Rennes, audition IA-EPR EPS, CESR, 24 mars 2009

[580] Enchaînement de 5 bonds après une course d'élan
[581] Activité gymnique et artistique consistant en la réalisation de figures plus ou moins complexe avec partenaires (pyramides corporelles)
[582] L'un des sports les plus populaires en Irlande, mélange de football et de rugby
[583] Sport collectif utilisant un frisbee. Il favorise la mixité filles-garçons.
[584] Exercices de fitness utilisant un marchepied

1.1.6. Les sections sportives scolaires : remobiliser les élèves et améliorer le niveau de pratique

A la rentrée scolaire 2008/2009, l'académie de Rennes comptait 255 « Sections sportives scolaires [585]» (ex-sport étude). Celles-ci répondent à un double objectif :

- favoriser le raccrochage scolaire d'élèves en difficulté à partir de la valorisation de leur pratique sportive et du suivi individualisé de leurs résultats et parcours scolaires ;
- améliorer le niveau de pratique sportive de l'élève.

Intégrées au projet pédagogique de l'établissement, les sections sportives scolaires (SSS) sont obligatoirement suivies par un enseignant d'EPS qui peut animer tout ou partie de leurs activités. A l'initiative de l'établissement et sous réserve d'autorisation d'ouverture par arrêté du Recteur d'académie, des partenariats sont fréquemment mis en œuvre avec le sport fédéral par le biais de conventions. L'habilitation de la SSS est soumise à renouvellement triennal.

En pratique le dispositif « section sportive scolaire » se caractérise par son intégration dans le temps scolaire dans l'optique de respecter le rythme de vie des élèves (3 heures hebdomadaires minimum) ; un suivi médical et scolaire ; une programmation sur l'année, l'obligation de participation au championnat UNSS pour les élèves du public… Le tableau ci-après illustre la variété des disciplines sportives proposées en SSS en Bretagne.

Tableau 27. Les sections sportives scolaires par activité en Bretagne en 2008/2009

Discipline	Nombre de SSS	Discipline	Nombre de SSS
Football	85	Multisports	2
Handball	20	Karaté	2
Basket-ball	17	Base ball	2
Athlétisme	15	VTT	2
Natation	15	Golf	2
Gym	14	Nautisme	2
Voile	11	Sport de glace	1
Judo	10	Equitation	1
Rugby	8	Escalade	1
Badminton	7	Escrime	1
Tennis de table	9	Plongée	1
Danse	6	Trampoline	1
Canoë-kayak	6	Pêche sportive	1
Surf	5	Billard	1
Volley	4		
Tennis	3		
		Total	***255***

Source : Rectorat d'académie de Rennes, Audition IA-EPR-EPS du 24 mars 2009

[585] Source : Rectorat d'académie de Rennes, Audition du 24 mars 2009

1.1.7. Le volet sportif de l'accompagnement éducatif : un grand intérêt mais une concertation locale à améliorer

L'accompagnement éducatif est un nouveau dispositif national visant à accueillir, depuis la rentrée 2007/2008, les élèves volontaires des écoles élémentaires des zones d'éducation prioritaire et, depuis l'année scolaire 2008/2009, de tous les collèges, après les cours en leur proposant, une aide aux devoirs, un renforcement de la pratique de l'anglais oral ou une pratique sportive, artistique et culturelle. Le temps prévu pour l'accompagnement éducatif n'est pas mince : 2 heures par jour, 4 jours par semaine.

Au niveau national, en 2008/2009, les 2/3 des familles et des élèves ont privilégié l'aide aux devoirs. En 2008/2009, seul 1 élève sur 10 a choisi le volet « pratique sportive » de l'accompagnement éducatif (11.9% à l'école, 10.4% au collège), étant précisé que celui-ci consiste à offrir la possibilité de s'initier à différentes activités sportives[586]. La mobilisation des réseaux du sport scolaire (USEP, UNSS, UGSEL) -et donc des enseignants- est privilégiée par le Rectorat pour développer l'offre de pratiques sportives, dans le prolongement de l'EPS.

Mis en place dans la précipitation[587], et souvent sans concertation avec les acteurs locaux[588], notamment les collectivités locales, ce dispositif présente pourtant un grand intérêt pédagogique et éducatif. Il permet de lutter contre l'échec scolaire et favorise l'égalité des chances entre les élèves.

Son positionnement institutionnel demeure toutefois incertain. Pour le volet sportif, il entre en concurrence avec les activités déjà organisées par les associations sportives scolaires, les sections sportives scolaires et les clubs sportifs locaux. De plus, la question des créneaux horaires des activités et des transports scolaires, en particulier en milieu rural, peut représenter un frein important au développement du volet sportif après les cours. Pour pallier ces difficultés, l'accompagnement éducatif sportif peut, dans certains cas, être dispensé le midi ou bien être délocalisé dans les communes de résidence des élèves[589].

Pour le volet sportif, s'agissant du collège, les 8 heures de pratique hebdomadaire contrastent avec la faiblesse des horaires d'EPS obligatoire au collège : 4 heures en 6ème, 3 heures de la 5ème à la 3ème.

Ce volet sportif, comme d'ailleurs l'ensemble des matières de l'accompagnement éducatif, ne devraient-il pas, à terme, sortir de l'optionnel pour entrer dans le champ normal de la scolarité obligatoire, de l'école élémentaire au lycée inclus ? Cela nécessiterait de fait une révision nationale des programmes scolaires et un nouvel aménagement des rythmes scolaires recherchant la continuité éducative des temps de l'enfant, en concertation avec l'ensemble des parties prenantes concernées autour d'un projet territorial de l'éducation par le sport, y compris les familles.

[586] http://www.education.gouv.fr/cid5677/accompagnement-educatif.html, consulté le 11 septembre 2009
[587] Audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique Bourne, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009
[588] Article de Laurent Bigot, « Accompagnement éducatif sportif : la difficile articulation entre les dispositifs », La Gazette des communes, 26 janvier 2009, pp 30-32
[589] Rectorat d'Académie de Rennes, « Accompagnement éducatif », Dossier thématique n° 2007.12.14, www.ac-rennes.fr. Voir notamment p2, « Collège René Guy Cadou à Malansac, un accompagnement délocalisé dans les communes des élèves »

L'accompagnement éducatif à la rentrée 2009 – Instructions du Ministère de l'Education nationale – BO n° 21 du 21 mai 2009 – Extraits[590] -L'enjeu de la cohérence éducative et de la coordination locales–

«(…) Les projets des établissements présenteront un ensemble cohérent de tous les types d'activités qui permettent aux élèves de suivre un parcours adapté à leurs envies et à leurs besoins. L'accompagnement éducatif est coordonné avec les autres dispositifs existant hors du temps scolaire, en particulier sur les territoires relevant de la politique de la ville.

Vous favoriserez des partenariats de qualité en faisant appel aux associations agréées au niveau local, académique ou national. Plus spécifiquement, les associations éducatives complémentaires de l'enseignement public peuvent intervenir, entre autres, dans l'aide à l'élaboration de projets et dans la formation des intervenants. Dans la mise en œuvre du volet sportif, la collaboration avec les fédérations sportives scolaires, USEP et U.N.S.S., est recherchée.

Un effort particulier sera fourni pour présenter aux familles cette offre éducative gratuite et pour apprécier, le cas échéant, les effets de l'accompagnement éducatif sur les résultats scolaires et le comportement des élèves. »

1.2. Les défis de l'éducation physique et sportive en Bretagne : développement et ouverture

L'éducation physique et sportive à l'école, nous l'avons vu, n'est pas qu'un apprentissage technique de la motricité : elle est aujourd'hui reconnue, dans les textes sinon dans les faits, comme contribuant pleinement au socle commun des connaissances et compétences.

Or, les missions éducatives qui lui sont confiées sont aussi vastes et importantes que ses moyens sont mesurés pour y répondre pleinement. Comment, à moyens constants, dans ce cas, pouvoir se développer pour répondre au mieux aux défis à venir ?

En attendant que l'éducation physique et sportive devienne « grande cause nationale », voici quelques défis identifiés par le CESR de Bretagne lors de son enquête.

1.2.1. Lutter contre la persistance d'une conception dualiste corps-esprit : le sport est « une expression de l'esprit par le corps »

Des professeures d'EPS auditionnées ont insisté sur la place du corps à l'école en soulignant que, de la perception de la personne de l'élève, de son esprit et de son corps, découlent différentes conceptions de l'éducation…et donc de la place de l'EPS à l'école. Même si l'EPS est aujourd'hui mieux reconnue, pour reprendre la formule de l'UNESCO, comme un *« élément de l'éducation permanente dans le système global d'éducation »*, il semble bien que perdure chez beaucoup une conception dualiste corps-esprit, sans prise en compte de la dimension globale de la personne de l'élève. C'est ce que souligne Yves EVEILLARD[591], IA-IPR-EPS[592] au Rectorat d'Académie de Rennes, *« l'école a encore tendance à donner une place plus importante aux facultés intellectuelles qu'à la personne toute entière. Bien souvent, le corps est seulement « toléré » (…) la question se pose de savoir si le corps existe à l'école de façon totalement dissociée de la personne, comme un corps qui dépense de l'énergie et peut apprendre des techniques sportives, ou bien si l'élève est considéré dans sa globalité ? En fait l'école est encore très dualiste, le corps est essentiellement considéré comme une enveloppe. Pourtant, l'identité d'une personne s'exprime par son action sur le monde à travers son corps. ».*

[590] http://www.education.gouv.fr/cid27581/mene0911464c.html , consulté le 12 septembre 2009
[591] Rectorat d'Académie de Rennes, Bloc Notes n°58, janvier 2007, « L'éducation physique et sportive à l'Ecole : apprendre à agir en réfléchissant – Entretien avec Yves Éveillard et Jean Trohel (http://back.ac-rennes.fr/publica/BN58/Pages/BNdossInterw.htm, consulté le 17/06/2009)
[592] Inspecteur d'académie – Inspecteur pédagogique régional – Education Physique et Sportive

Le mouvement sportif français, par la voie du CNOSF, et de grands athlètes nationaux insistent sur cet enjeu, comme par exemple, Stéphane Diagana, champion du monde d'athlétisme : *«(…) même si les choses changent, [le sport] est encore trop perçu comme une simple expression du corps et non comme une expression de l'esprit par le corps, ce qui le condamne irrémédiablement à subir la condescendance[593].».* Quant au CNOSF[594], il résume cette idée en citant l'écrivain Jean Prévost[595] pour qui *« le sport aussi a ses humanités »*.

1.2.2. Considérer l'éducation physique et sportive à l'école comme un enjeu de démocratie et d'égalité des chances

19 % des collégiens et lycéens n'ont aucune activité sportive en dehors des cours obligatoires d'EPS[596]. L'école de la République est le lieu d'accès de tous les enfants aux savoirs. Permettre à chacun d'entre eux, quelle que soit la condition socioéconomique de ses parents, d'avoir accès à une éducation physique et sportive, est un enjeu d'égalité des chances dans une démocratie. Ce qu'ont bien exprimé des professeurs d'EPS rencontrés pendant l'étude : *« les activités physiques et sportives proposées dans les établissements permettent de pratiquer des activités que ne peuvent pas pratiquer tous les élèves en dehors de l'école. L'EPS contribue, de ce fait, à réduire certaines inégalités sociales et familiales[597] ».* Parce qu'obligatoires dans la scolarité, les cours d'EPS permettent aux enfants et jeunes les plus éloignés de la pratique des APS d'y accéder, d'en faire l'apprentissage et de bénéficier de leurs bienfaits, quelles que soient leurs origines socioculturelles et leurs territoires de vie[598].

Ainsi, la réduction des inégalités populationnelles et territoriales est un enjeu majeur pour l'EPS, comme d'ailleurs pour ses prolongements, le sport associatif scolaire et l'accompagnement éducatif.

1.2.3. Expérimenter en Bretagne une augmentation de la durée effective des cours d'EPS, par exemple au lycée

« Que faire avec une moyenne d'1h15 d'EPS effective par semaine au lycée ? », cette question est revenue lors de plusieurs auditions d'acteurs éducatifs de l'EPS. L'augmentation de la durée hebdomadaire des cours d'EPS à tous les niveaux semble essentielle si l'on considère que les finalités éducatives et les programmes de l'EPS ne doivent pas rester des vœux pieux au sein de l'école de la République. Pour cela, comme tout acte éducatif, l'EPS est à considérer non comme un coût pour la collectivité, comme un investissement.

Ne serait-il pas possible d'expérimenter en Bretagne, sous contrôle du Rectorat d'académie, une augmentation de la durée effective des cours d'EPS, par exemple dans quelques lycées volontaires ?

[593] CNOSF, « La raison du plus sport », septembre 2006, p 152
[594] CNOSF, « La raison du plus sport », septembre 2006, p 139
[595] Jean Prévost, écrivain Français, extrait de son ouvrage « Plaisirs des sports ». 1925
[596] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Citée dans « Le sport en France », ouvrage collectif sous la direction de Pierre Arnaud, Michaël Attali et Jean Saint-Martin, La Documentation Française, 2008, p 205
[597] Contribution écrite du SE-UNSA, audition au CESR de Bretagne du 26 février 2009 de Mme Claire Lauden et Mme Véronique Bourne
[598] Audition de M.M. Marc Le Guérinel, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU

Rendre le sport obligatoire à l'Université ?

Les services universitaires des activités physiques et sportives permettent aux étudiants qui le souhaitent de pratiquer à un coût modique leur sport préféré durant l'année universitaire. Mais le sport reste facultatif.

Stéphane Diagana, Président de la Ligue professionnelle d'athlétisme et le Professeur Gérard Auneau préconisent dans leur rapport sur le développement du sport à l'Université[599] de rendre le sport *obligatoire* pour tous les étudiants de licence à raison d'un semestre par diplôme dès 2009, pour revaloriser la pratique physique et sportive à l'université, l'adapter aux souhaits et aux besoins de l'étudiant, et redonner au sport une véritable place au sein de la formation universitaire.

1.2.4. Diversifier les activités physiques, sportives et artistiques (APSA), supports de l'EPS

De nombreux enseignants d'EPS se disent prêts à diversifier les APSA « s'ils en avaient la possibilité » afin de mieux prendre en compte les attentes des élèves sans toutefois sacrifier les objectifs éducatifs et pédagogiques qui doivent rester prioritaires.

Diversifier le choix des APSA en EPS ? Paroles d'enseignants[600]

Selon l'enquête du Ministère de l'éducation nationale, « 17 % des professeurs souhaiteraient une plus grande diversification des APSA » supports de l'EPS. Ainsi, « S'ils en avaient la possibilité, les enseignants souhaiteraient faire pratiquer à leurs élèves de nombreuses activités : escalade sur site naturel (28 %), ou sur mur (28 %), VTT (27 %), canoë-kayak (26 %), arts du cirque (23 %), ski alpin (23 %), voile (20 %), planche à voile (18 %), musculation (17 %), stretching, step, aérobic (17 %), roller (15 %) ou plongée sous marine (14 %)… Ils déclarent d'ailleurs (lors de la question ouverte de fin de questionnaire) souhaiter une plus grande diversification des APSA, ce qui permettrait « un choix plus ouvert pour répondre aux besoins des élèves, très différents d'une classe à l'autre ».

Il faut « sortir des schémas obsolètes (athlétisme…) pour offrir des activités plus modernes (escalade, skate, VTT, roller…) et faire plus de sorties de plein air et de sports nautiques », « faciliter les sorties pédagogiques », « multiplier les projets sportifs », « autoriser les projets transversaux, avec d'autres disciplines », « ouvrir vers des pratiques qui reflètent le monde environnant», « accéder à de nouvelles disciplines moins orientées vers la compétition », « introduire des activités favorisant la concentration mentale, des activités telles que le yoga… » ; «diversifier les APSA pour susciter l'intérêt des élèves, leur envie de pratiquer autrement ». Mais il faut aussi savoir se perfectionner dans un domaine : « éviter de 'picorer' sur différentes APSA sous prétexte de rechercher la motivation ». Enfin, des professeurs font remarquer que le recentrage sur l'élève et sur ses besoins, préconisé par les textes, nécessite des moyens financiers, notamment « pour proposer des activités auxquelles les élèves n'ont pas accès ».

1.2.5. Les sites et équipements sportifs, « salles de classe » de l'EPS

Pour enseigner, les professeurs d'EPS ont besoin de « salles de classe » un peu particulières : les sites, installations et équipements sportifs. Non seulement, l'existence de ces « salles de classe » est indispensable à proximité des établissements, mais elles doivent encore être disponibles et adaptées aux finalités éducatives de l'EPS.

L'enjeu des équipements sportifs nécessaires à l'EPS, qu'ils soient dans l'enceinte des établissements scolaires ou à l'extérieur lorsqu'ils sont utilisés par les élèves, est une responsabilité que le législateur a confié aux collectivités territoriales : les communes pour

[599] Rapport de juillet 2008.
[600] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007, synthèse p 13 et rapport p 135

l'enseignement du premier degré, les départements pour les collèges et les régions pour les lycées.

Prévoir les équipements nécessaires à l'EPS dans les lycées est une obligation pour la Région – Extraits du code de l'éducation[601]

Article L214-4

I.-Les équipements nécessaires à la pratique de l'éducation physique et sportive doivent être prévus à l'occasion de la création d'établissements publics locaux d'enseignement, ainsi que lors de l'établissement du schéma prévisionnel des formations mentionné à l'article L. 214-1.

II.-Des conventions sont passées entre les établissements publics locaux d'enseignement, leur collectivité de rattachement et les propriétaires d'équipements sportifs afin de permettre la réalisation des programmes scolaires de l'éducation physique et sportive.

(…)
Article L214-6

-La Région a la charge des lycées, des établissements d'éducation spéciale et des lycées professionnels maritimes. Elle en assure la construction, la reconstruction, l'extension, les grosses réparations, l'équipement et le fonctionnement, à l'exception, d'une part, des dépenses pédagogiques à la charge de l'Etat dont la liste est arrêtée par décret et, d'autre part, des dépenses de personnels prévues à l'article L. 211-8 sous réserve des dispositions de l'article L. 216-1.

- La Région assure l'accueil, la restauration, l'hébergement ainsi que l'entretien général et technique, à l'exception des missions d'encadrement et de surveillance des élèves, dans les établissements dont elle a la charge.

Une circulaire interministérielle du 9 mars 1992[602] a précisé que « La loi n'impose pas à la collectivité compétente en matière d'établissement scolaire de réaliser elle-même les équipements sportifs devant être utilisés par les élèves. En revanche, cette collectivité devra s'assurer que l'éducation physique et sportive pourra dans tous les cas être dispensée aux élèves dans les conditions requises pour cet enseignement. ».

1.2.5.1. La cohérence territoriale des équipements sportifs de l'EPS : un enjeu d'égalité des chances

La question de la cohérence territoriale et pédagogique des équipements de l'EPS est un enjeu majeur, elle est liée à celui de l'égalité d'accès de tous les élèves à ces équipements, c'est-à-dire, à l'égalité des chances dans l'enseignement.

La Région Bretagne, depuis qu'elle est décentralisée, a largement contribué à la modernisation des équipements sportifs de l'EPS dans le cadre de son Programme Pluriannuel d'Investissement dans les lycées[603] (PPI) ou, hors PPI, par ses participations aux investissements sportifs d'autres collectivités locales (communes essentiellement) pour la construction et la rénovation d'équipements utilisés par les lycéens pour l'EPS[604]. La Région Bretagne intervient également par le biais de sa politique territoriale (Contrats de Pays) et sectorielle sport (schéma des équipements sportifs).
Malgré ces progrès reconnus, de nombreux enseignants d'EPS continuent à s'inquiéter de la persistance d'importantes inégalités territoriales en termes d'offre d'équipements sportifs. En prenant l'exemple, qualifié « d'édifiant », des piscines (voir ci-après), ils soulignent la

[601] Legifrance, consulté le 11 septembre 2009
[602] NOR : INTB9200078C
[603] Région Bretagne, PPI 2005/2009 : programmation de la création de 3 gymnases et de la rénovation de 11 autres.
[604] Les communes principalement

nécessité de rechercher *« l'équilibre entre grands équipements à usage très réduit et la création d'équipements de proximité polyvalents ou multifonctionnels*[605] *».* Ils souhaiteraient, comme le préconisait la circulaire interministérielle du 9 mars 1992[606] que *« la définition des besoins de l'éducation physique et sportive [soit] le point de départ de la réflexion sur les équipements sportifs »*.

A cette fin, l'Etat prônait le renforcement de la coopération territoriale, une recommandation qui est toujours d'actualité : «(…) la réflexion sur les équipements sportifs doit prendre en compte l'articulation entre les équipements requis par la population scolaire et le public non scolaire. Cette politique globale nécessite la recherche, dans la mesure du possible, de solutions faisant appel à la coopération intercommunale[607] ».

1.2.5.2. Exemple des piscines : comment « savoir nager » sans « pouvoir nager » ?

Selon le SNEP national et la Fédération Française de natation « un jeune sur quatre sort du système éducatif sans savoir nager ». En 2004, dans une déclaration commune, des représentants de l'EPS et du mouvement sportif alertaient les pouvoirs publics « savoir et pouvoir nager ». Le problème semble national, mais que faire pour y remédier en Bretagne ?

A) Le manque de lieu d'apprentissage du savoir nager : un problème national

Nous reproduisons ci-après la Déclaration nationale de la Fédération Française de Natation et du SNEP qui souligne les enjeux du « savoir nager » et du « pouvoir nager » pour tous.

Déclaration nationale commune Fédération Française de Natation/ SNEP (2004)[608]

« Savoir nager ? Pouvoir nager !

- Savoir nager représente un élément essentiel pour la sécurité de chacun, particulièrement dans les temps de loisirs et de vacances.
- Savoir nager permet d'accéder à des pratiques culturelles telles que les activités aquatiques et nautiques, compétitives.
- Savoir nager c'est avoir aussi la possibilité de pratiquer dans une perspective de développement personnel, d'épanouissement corporel, d'entretien physique. C'est une contribution importante à la santé et à l'équilibre de chacun.
- Savoir nager représente un élément fort des programmes d'EPS, s'intégrant dans les exigences d'une culture commune riche et diversifiée qui doit être, pour tous les jeunes, l'ambition du service public d'éducation.

Encore faut-il pouvoir nager ?

Bien que l'enseignement de la natation soit considéré comme prioritaire à l'école, de nombreux jeunes n'y ont jamais accès durant leur scolarité du fait d'un manque criant de piscines et en raison de difficultés d'encadrement et des horaires insuffisants.
Un jeune sur quatre sort encore du système éducatif sans savoir nager[609].
Les piscines actuelles, souvent vétustes ou inadaptées, ne peuvent répondre à l'ensemble des besoins exprimés par les scolaires, les clubs, les associations, la population.

[605] Audition de M.M. Marc Le Guérinel, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU
[606] NOR : INTB9200078C
[607] Circulaire du 9 mars 1992 précitée
[608] Extraits de l'étude « Savoir nager/ pouvoir nager dans les collèges et lycées publics des Côtes d'Armor – Etat des lieux et propositions »- SNEP 22- Mai 2004 –
[609] NDLR : nous mettons en gras

Il faut construire de nouvelles piscines sur l'ensemble du territoire, rénover celles qui ont vieilli, faire en sorte qu'elles soient mieux adaptées aux besoins des utilisateurs principaux que sont les scolaires et les clubs, qui doivent aussi bénéficier de la gratuité d'accès.
Les collectivités locales et territoriales doivent s'engager dans ces directions en étant mieux aidées par l'Etat. (…) ».

Par un arrêté du 7 juillet 2008 fixant le programme de l'enseignement de l'EPS au collège[610], l'Etat s'est fixé comme priorité nationale, à partir de la rentrée 2009/2010, l'acquisition du savoir nager au collège, étant précisé que celui-ci, inscrit dans le socle commun de connaissances et compétences, ne doit pas être confondu avec les activités de la natation sportive. Les programmes fixent deux degrés d'acquisition pour les élèves :

- Premier degré : savoir nager en sécurité dans un établissement de bains ou un espace surveillé (piscine, parc aquatique, plan d'au calme). Préalable à toute activité aquatique ou nautique susceptible d'être programmée dans le cadre des enseignements obligatoires ou d'activités optionnelles en EPS. Il doit être acquis et vérifié au plus tard en classe de troisième :

- Second degré : savoir nager de manière responsable en milieu naturel surveillé, à faire face à certaines situations périlleuses, être capable de porter secours en se préservant soi-même…

B) En Bretagne, même si une dynamique de rattrapage est en cours, des enseignants d'EPS parlent d'une situation qui reste « édifiante »

Qui peut apprendre à nager en Bretagne ?

Des études départementales du SNEP-FSU ont déjà permis de dresser un diagnostic particulièrement alarmant de la situation, ce qui a fait dire à ses représentants, lors de leur audition au CESR en février 2009 que, s'agissant des équipements nécessaires à l'EPS, *« le cas des piscines est particulièrement édifiant au regard des besoins sociaux et scolaires en matière d'apprentissage de la natation. On ne peut en effet promouvoir une région à vocation maritime et dans laquelle les loisirs nautiques sont très présents mais les réserver au tourisme ou aux populations favorisées».* Selon le syndicat enseignant, *« la natation scolaire est déshéritée dans de nombreux endroits et ceci ne contribue pas à l'accès le plus large possible aux activités nautiques, particulièrement en zone côtière[611] »*.

Il y a onze ans déjà, en 1998, le SNEP alertait les pouvoirs publics sur « la natation dans les collèges et lycées publics du Finistère » en dénonçant la situation ainsi que le manque de coopération territoriale pour y remédier : *« La réalité, toute explicable qu'elle puisse l'être, c'est une situation d'inégalité des collégiens et lycéens pour apprendre à nager selon le collège, le lycée, la ville où ils sont scolarisés. Or, apprendre à nager, c'est inscrit dans les programmes scolaires. Peut-on laisser aux seules communes l'initiative des piscines, en fonction de leurs moyens propres ? Ou bien cela relève-t-il d'une politique d'aménagement du territoire qui dépasse le cadre communal ou intercommunal ? Qui doit prendre l'initiative d'une concertation entre les villes ou communautés de communes et le conseil général pour les collèges, le conseil régional pour les lycées ? (…) On ne peut en rester aux méthodes actuelles : à chaque ville ou communauté de communes selon ses moyens. Il doit s'instaurer une solidarité par la concertation entre toutes les instances de décision normalement concernées[612] ».*

[610] Arrêté du 9 juillet 2008, NOR: MENE0817062A (Journal Officiel du 5 août 2008 – Bulletin Officiel spécial n°6 du 28 août 2008) : Programme de l'enseignement de l'éducation physique et sportive pour les classes de sixième, de cinquième, de quatrième et de troisième du Collège
[611] Audition au CESR de M.M. Marc Le Guerinel, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU, le 26 février 2009
[612] « La natation dans les collèges et lycées publics du Finistère » - SNEP 29 – juin 1998, p16

Plus récemment le SNEP 22, en 2004, en appelait à la responsabilité du Conseil régional s'agissant du « savoir nager/pouvoir nager » pour les lycéens : *« Le Conseil Régional doit tout mettre en œuvre pour doubler le nombre de lycéens pratiquants dans les prochaines années : Aujourd'hui, 16.5% seulement des lycéens ont accès à la natation. C'est plus de 2 fois moins qu'en collège ! A terme, 10 heures de pratique pour tous sont nécessaires chaque année. Même si l'utilisation des piscines existantes doit être ici ou là optimisée, la construction de nouveaux bassins s'impose. Compétent dans le domaine des lycées et chargé des conditions matérielles d'enseignement de l'EPS, le Conseil Régional doit s'engager dans le financement des futurs bassins avec les autres collectivités[613]».*

Depuis la publication de ces études, une prise de conscience progressive semble avoir émergé et une dynamique de rattrapage s'être engagée[614]. Mais le rythme de modernisation ou de création de piscines *où il est possible d'apprendre à nager* est-il suffisant non seulement pour répondre aux besoins de l'éducation physique et sportive et de la population de la Bretagne, mais aussi pour relever le défi de la dynamique démographique régionale ? L'INSEE estime à environ 400 000, le nombre d'habitants supplémentaires de la Bretagne d'ici 2030[615], qui sont autant de futurs nageurs potentiels …

C) Pour un plan régional partenarial « Breizh piscines » : rendre l'apprentissage du « savoir nager » également accessible à tous les enfants, dans tous les territoires

Le savoir nager, après avoir été déclaré « priorité nationale », ne devrait-il pas devenir aussi une « priorité régionale » pour la Bretagne, région à caractère maritime ?

Les auditions d'acteurs du mouvement sportif comme d'enseignants d'EPS ont montré la nécessité d'engager très rapidement une réflexion régionale, avec tous les acteurs concernés, sur les équipements à moderniser ou à créer pour répondre au besoin fondamental de l'apprentissage de la natation à l'école d'abord, et en dehors de celle-ci ensuite. Lors de la Rencontre sport-emploi-formation organisée par *le Centre régional d'expertise et des ressources sur le sport et les loisirs en* Bretagne (CRESLB) le 17 juin 2009 à Rennes, le Directeur régional de la DRJSCS Bretagne (ex-DRDJS) a fait la proposition, approuvée oralement par les représentants du Conseil régional et du CROS Bretagne, de lancer une étude diagnostic partagée sur les piscines en Bretagne. Il serait souhaitable que cette étude aborde prioritairement l'enjeu d'égal accès de tous les enfants (et des adultes non nageurs qui le souhaitent) à l'apprentissage de la natation, dans le prolongement de du dispositif « Savoir nager » du Ministère de la santé et des sports.

[613] SNEP 22, « Savoir nager / Pouvoir nager dans les collèges et lycées publics des Côtes d'Armor – Etat des lieux et propositions » - Mai 2004- CD Rom, p37
[614] Le Centre régional d'expertise et de ressources sur le sport et les loisirs en Bretagne (CRESLB) au sein du GREF Bretagne, a engagé un état des lieux régional sur les piscines et centres aquatiques.
[615] INSEE Bretagne, Flash Octant n° 152, juin 2009

Figure 104. Affiche du dispositif Savoir nager –été 2009 –
Ministère de la santé et des sports

Source : Ministère de la santé et des sports, www.sports.gouv.fr , consulté le 13 février 2010

Enjeu d'éducation et d'égalité des chances, l'apprentissage de la natation est aussi un besoin de sécurité et de santé publique relatif à la prévention du risque de noyade. Dans cette optique, les piscines ne doivent pas seulement être considérées comme un coût pour la collectivité mais avant tout comme un investissement éducatif et social d'intérêt général, c'est-à-dire comme une mission de service public.

Reste qu'un enfant et une piscine ne font pas le « savoir nager » et que la question des moyens humains scolaires et hors scolaires de l'apprentissage de la natation est un enjeu tout aussi important que celui de la construction des bassins. D'où l'intérêt d'un travail du CRESLB sur la question reliant la formation, l'emploi et les équipements nécessaires à l'apprentissage de la natation en Bretagne.

Les piscines doivent donc prioritairement être conçues ou rénovées pour permettre l'apprentissage de la natation et sa pratique. Pour cela, la création de bassins ludiques par les collectivités ne saurait suffire : il faut d'abord des bassins éducatifs et sportifs. L'encadré ci-après donne un aperçu des atouts de piscines conçues de manière multifonctionnelle. Les piscines sont en effet indispensables pour savoir nager mais leur utilité sociétale est bien plus large. (voir encadrés ci-après).

Des piscines pour « savoir nager » et bien plus…

« La piscine est un des rares équipements publics qui soit susceptible d'accueillir l'ensemble de la population : du plus jeune au plus vieux, de l'individu au groupe, riche ou pauvre. Une piscine bien conçue et bien animée peut apporter, outre les résultats liés à l'apprentissage du « savoir nager » et à la pratique sportive, un bénéfice social auprès des différentes composantes de la population :

- attrait pour de nouveaux habitants ou maintien d'une population
- qualité de vie
- développement du jeune enfant
- activité attractive pour les jeunes (…)
- maintien d'activité physique et de loisir, maintien en forme pour les personnes âgées

- ouverture vers les activités aquatiques de toutes sortes, meilleure utilisation des bases nautiques existantes
- élément de développement du tourisme[616]. »

Préconisation du CESR

- Le CESR préconise un **plan régional « Breizh piscines »** au prochain Contrat de projet Etat-Région relayé par les contrats de pays, en partenariat étroit avec les Conseils généraux, pour que l'apprentissage de la natation soit également accessible à tous les élèves quel que soit le territoire de leur établissement scolaire.

1.2.6. L'EPS : futur pivot de l'éducation à la santé en milieu scolaire ?

Par son approche globale de la personne des élèves, l'EPS dispose de nombreux atouts pour contribuer à l'éducation à la santé en milieu scolaire, à deux conditions toutefois :

- développer les partenariats intra et extra-scolaires : professionnels de santé scolaire[617] (infirmiers, médecins…), autres enseignants (ex : sciences de la vie), parents, professionnels de santé locaux, mouvement sportif fédéral… ;

- disposer d'une durée de cours suffisante, ce qui n'est pas le cas actuellement, et des moyens humains formés nécessaires. Dans une perspective de prévention et de promotion de la santé publique, une heure d'éducation et d'activités physiques et sportives par jour de l'école élémentaire au lycée[618], voire jusqu'à l'Université, ne serait-elle pas d'intérêt général ?

Cette éducation à la santé par les cours d'EPS, accessibles à tous les élèves scolarisés, quelles que soient leurs origines sociales et familiales, devrait se fonder sur la définition de la santé donnée par l'OMS, c'est-à-dire rechercher « un état de complet bien-être physique, mental et social[619] ».

L'enjeu est d'autant plus important que les bienfaits d'une activité physique régulière lors de l'enfance et de l'adolescence sont aujourd'hui bien connus[620] (voir première partie du rapport) : diminution du risque d'obésité, prévention de pathologies chroniques (cancer, maladies cardio-vasculaires, diabète, etc.), développement du capital osseux et musculaire, réduction de l'anxiété, amélioration du sommeil… Selon l'enquête internationale Health Behaviour in School-Aged Children (HSBC), « le sport pourrait également contribuer à améliorer les performances scolaires[621] »[622].

Concernant les adolescents, une récente étude de l'AFSSA a mis en évidence que les adolescents ne bougeaient pas assez, surtout les jeunes filles : *« Moins d'un adolescent sur deux (15-17 ans), précisément 43.2 %, atteint un niveau d'activité physique entraînant des*

[616] « La natation dans les collèges et lycées publics du Finistère » - SNEP 29 – juin 1998 – Extraits, p19
[617] Audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique Bourne, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009
[618] Le rapport Toussaint préconise que 80 % des enfants de 3 à 18 ans fassent au moins une heure d'activité physique et sportive par jour.
[619] Définition de l'OMS reprise dans l'arrêté du 9 juillet 2008 fixant les programmes d'EPS au collège.
[620] INSERM + Rapport Toussaint
[621] cité dans l'article du Monde « Les adolescents ont une activité physique insuffisante », 24 août 2009. Idée reprise par le rapport du CES national «Le sport dans la vie sociale », André Leclercq, p II 35.
[622] et ceci alors même que les dispenses d'EPS semblent de plus en plus nombreuses, souvent à la demande conjointe des parents et des élèves…

bénéfices pour la santé, avec une forte différence entre les deux sexes : plus de 6 garçons sur 10, contre moins d'1 fille sur 4[623] *».*

Le Ministère de l'Education nationale a d'ailleurs fixé parmi les 15 priorités de l'année scolaire 2009/2010 celle d' « aider les élèves à prendre en charge leur santé[624] » :

« Il appartient à l'Ecole de lutter contre les nouveaux risques sanitaires (…). Les projets d'école doivent comporter un volet d'éducation à la santé ; tout établissement est chargé de définir, au sein de son comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté, un programme d'actions organisé autour des thématiques suivantes : l'éducation à la sexualité (…) ; la prévention des conduites addictives (…) ; l'éducation à la nutrition (…) ; la pratique régulière de l'activité physique[625] ; la sensibilisation aux bonnes postures ; la formation aux premiers secours. ».

S'agissant de l'EPS, il est précisé qu'elle « contribue de façon efficace à l'éducation et à la promotion de la santé. Les pratiques physiques constituent en particulier un excellent moyen de lutter contre la sédentarité et de limiter la surcharge pondérale des élèves. Par ailleurs, les activités sportives proposées dans le cadre de l'accompagnement éducatif prolongent les enseignements obligatoires d'EPS et offrent aux élèves un temps supplémentaire de pratique sportive ». Le sport en association sportive scolaire n'est pas cité ici, mais il contribue, lui aussi, à l'éducation à la santé.

A condition d'avoir les moyens de son développement et de s'ouvrir davantage sur son environnement sociétal par de nouveaux partenariats, l'éducation physique et sportive à l'école peut jouer un rôle majeur dans l'éducation à la santé. Ne pourrait-elle pas en devenir le pivot auprès de tous les élèves ?

1.3. Pour une gouvernance territoriale de l'éducation par le sport intégrant l'Education Physique et Sportive et ses prolongements

Parce que l'école est accessible et obligatoire pour tous les enfants, filles et garçons de toutes conditions et origines ; que l'éducation physique et sportive l'est aussi ; qu'elle contribue, avec ses spécificités propres, à l'éducation générale de l'enfant à partir d'une approche globale de sa personne en devenir ; que les établissements scolaires sont ancrés à leur territoire ; l'éducation physique et sportive et ses prolongements, le sport associatif scolaire (voir 3. ci-après) et l'accompagnement éducatif (voir ci-avant), devraient être systématiquement intégrés dans toute approche territoriale de l'éducation par le sport.

Le territoire devrait s'ouvrir davantage sur l'éducation physique et sportive -et réciproquement- ce dans l'intérêt supérieur des enfants et adolescents. Toute la communauté éducative territoriale est concernée et responsable de la continuité éducative des actions.

Par exemple, comment obtenir des résultats en termes d'amélioration de la santé des enfants et adolescents sans, au préalable, fédérer les acteurs territoriaux de l'éducation autour d'un projet partagé d'éducation à la santé comportant, entre autres, un volet « activité physique » ? Comment réussir la mise en place du volet sportif de l'accompagnement éducatif sans coordination de l'ensemble des acteurs territoriaux concernés[626] ? Des expérimentations de stratégies multi-niveaux ont été expérimentées avec

[623] Jean-Luc Volatier, membre de la direction de l'évaluation des risques à l'AFSSA, cité dans l'article du Monde « Les adolescents ont une activité physique insuffisante », 24 août 2009.
[624] Ministère de l'éducation nationale, circulaire n° 2009-068 du 20 mai 2009
[625] Nous mettons en gras
[626] Laurent Bigot, « Sport à l'école, quels objectifs à l'heure de l'accompagnement éducatif », Acteurs du sport, février 2009, p25

succès à l'étranger comme en France, notamment les programmes EPODE et ICAPS (voir première partie du rapport sur la santé).

Communauté éducative territoriale et continuité éducative

Code de l'éducation – Article L 111-3

« Dans chaque école, collège ou lycée, la communauté éducative rassemble les élèves et tous ceux qui, dans les établissements scolaires ou en relation avec lui[627], participent à l'accomplissement de ses missions. Elle réunit les personnels des écoles et établissements, les parents d'élèves, les collectivités territoriales ainsi que les acteurs institutionnels, économiques et sociaux[628], associés au service public de l'éducation. (…). »

Dans une optique de décloisonnement éducatif, l'enjeu de *l'articulation* des responsabilités, compétences et des cultures est au moins aussi important que celui de *la répartition* des compétences entre acteurs. Cette mise en cohérence territoriale au service de l'éducation par le sport, intégrant l'EPS et ses prolongements, ne peut aboutir qu'à condition que soient comprises et respectées les spécificités, missions et cultures de chacun des acteurs[629]. Elle devrait donc s'appuyer sur une démarche participative facilitée par une pédagogie territoriale coopérative dans un esprit de « co-éducation »[630], en recherchant une continuité éducative tout au long de la scolarité. Un adage africain ne dit-il pas qu' *« il faut tout un village pour élever un enfant » ?*

En ce sens, il faut rappeler que le Code de l'éducation prévoit la possibilité, pour les communes, départements ou régions d'organiser, dans les établissements scolaires, sous certaines conditions précises, des activités éducatives, sportives et culturelles complémentaires (voir encadré ci-après).

Code de l'Education (en vigueur au 13 février 2010)[631]

Article L216-1

« Les communes, départements ou régions peuvent organiser dans les établissements scolaires, pendant leurs heures d'ouverture et avec l'accord des conseils et autorités responsables de leur fonctionnement, des activités éducatives, sportives et culturelles complémentaires. Ces activités sont facultatives et ne peuvent se substituer ni porter atteinte aux activités d'enseignement et de formation fixées par l'Etat. Les communes, départements et régions en supportent la charge financière. Des agents de l'Etat, dont la rémunération leur incombe, peuvent être mis à leur disposition.

L'organisation des activités susmentionnées est fixée par une convention, conclue entre la collectivité intéressée et l'établissement scolaire, qui détermine notamment les conditions dans lesquelles les agents de l'Etat peuvent être mis à la disposition de la collectivité. »

[627] NDLR : nous mettons en gras
[628] NDLR : nous mettons en gras
[629] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[630] Sur cette idée de co-éducation, voir notamment l'ouvrage de Frédéric Jesu : « Co-éduquer pour un développement social durable », Dunod, 2004
[631] Source, Legifrance, consulté le 13 février 2010

La gouvernance de l'éducation par le sport, à l'école comme à l'extérieur, concerne donc à la fois le fonctionnement transversal entre ses acteurs (enseignants, parents, familles, clubs sportifs, collectivités territoriales, offices municipaux des sports…), mais également la fluidité verticale entre les différents niveaux de scolarité (école, collège, lycée…). Cet enjeu suppose une ouverture de l'école à l'ensemble des autres acteurs de l'éducation par le sport dans les territoires pour une réelle prise en compte de chaque enfant et une ouverture sur le niveau scolaire immédiatement supérieur (du primaire au collège, puis du collège au lycée).

Favoriser la continuité éducative et la transversalité de l'EPS tout au long de la scolarité – Paroles d'enseignants[632] -

Extraits d'une enquête du Ministère de l'Education nationale -
« (…) -La continuité entre les niveaux.

Les textes officiels sont souvent cités : Il faudrait « accorder les textes officiels collège lycée pour les rendre plus cohérents (même logique) », et « des textes qui tiennent compte de la réalité des élèves » et surtout « arrêter de changer les textes officiels continuellement » ; Les professeurs demandent aussi « Qu'il y ait plus de continuité, de coordination entre les différents niveaux (primaire, collège, lycée) au niveau des programmes » ; Il faudrait « Mettre des enseignants d'EPS à l'école primaire » ; car les élèves ont besoin d'un « véritable développement de la motricité au premier degré ».

- La transversalité et la citoyenneté

Il faudrait que la « transdisciplinarité soit accrue » ; pour « faire de l'EPS un lien incontournable d'une approche transversale » ; « Travailler davantage au niveau du développement et des capacités physiques, de l'hygiène et du respect du corps, du plaisir et du partage de celui-ci avec les autres, de la fraternité et type de relation qu'il engendre » ; « Une plus grande part de « citoyenneté » dans les évaluations aux examens dont beaucoup me paraissent fantaisistes ». Il faudrait aussi : « permettre à l'EPS de jouer son rôle dans l'intégration scolaire des élèves en difficulté », et permettre « l'intégration des élèves handicapés ». (…)

2. Les associations sportives scolaires : une fonction éducative et sociale à mieux reconnaître

En dehors des cours obligatoires d'EPS et dans son prolongement[633], les élèves des établissements scolaires peuvent, *s'ils le souhaitent*, pratiquer différentes activités sportives dans le cadre de l'association sportive scolaire (ASS) de leur école (USEP, UGSEL), collège ou lycée (UNSS, UGSEL). La Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU) et ses associations poursuivent, dans l'enseignement supérieur, cette action pour les étudiants, pour le sport pour tous comme pour le sport de haut niveau.

Même si les projets de l'Union Sportive de l'Enseignement du Premier Degré[634] (USEP) et de la FFSU[635] s'inscrivent totalement dans le cadre de l'éducation par le sport, les développements qui suivent traitent principalement du sport scolaire dans l'enseignement du second degré, c'est-à-dire du sport scolaire volontaire proposé aux collégiens et lycéens.

[632] Extraits de l'enquête du Ministère de l'Education nationale « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007, conclusion, p 134
[633] le projet de l'association sportive fait partie du projet d'EPS de l'établissement et ce sont les enseignants d'EPS qui, à titre principal, en assurent l'encadrement et l'animation (3h par semaine sur leur temps de travail).
[634] Voir projet de l'USEP, orientations politiques 2008-2012, www.usep.org
[635] Voir projet fédéral de la FFSU de mai 2009, www.sport-u.com

2.1. L'UNSS et l'UGSEL en Bretagne

L'association sportive scolaire (ASS) est obligatoire dans chaque établissement de l'enseignement du second degré (collèges et lycées). Elle est affiliée à une fédération de « sport scolaire » multisports, l'UNSS pour le public et l'UGSEL pour l'enseignement catholique privé sous contrat.

Avertissement : On observe de fortes disparités dans les modes d'affiliation des élèves au sein des ASS entre le réseau de l'enseignement public et celui du privé, ce qui introduit un important biais statistique : alors qu'un élève est considéré comme licencié à l'UGSEL à partir du moment où il est inscrit en établissement privé, ce n'est pas le cas pour l'UNSS dont le nombre de licenciés correspond à l'effectif réel des élèves pratiquants volontaires[636]. Par ailleurs, l'UGSEL comprend le sport scolaire des enseignements du premier degré et second degré, alors que l'UNSS ne concerne que le second degré.

2.1.1. L'UNSS en Bretagne[637]

2.1.1.1. Projet et activités de l'UNSS

L'UNSS est une fédération multisports nationale qui propose, moyennant un coût d'adhésion modique (environ 15 €/an), à tous les collégiens et lycéens volontaires, dans chaque association sportive des établissements scolaires du second degré, essentiellement publics, des activités sportives de compétition et/ou de loisirs ainsi qu'un apprentissage de la vie associative.

Les activités des jeunes au sein de l'association sont considérées comme des composantes de l'éducation physique et sportive (EPS). Elles sont d'ailleurs présidées de droit par les chefs d'établissement et ce sont les enseignants d'EPS des collèges et lycées publics qui animent et encadrent les pratiques sur la base d'une mise à disposition de 3 h par semaine, en général le mercredi après-midi.

L'organisation de rencontres et compétitions sportives inter-établissements, aux niveaux des districts, départements, régions et national, voire international, est l'activité dominante des associations UNSS. A côté du « pôle compétition », un « pôle développement » promeut la découverte d'activités sportives alors qu'un « pôle responsabilisation » encourage la prise de responsabilités sportives bénévoles par les jeunes à travers un « Programme Jeunes Officiels ».

[636] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[637] Audition de M. Jean-Marc Vancassel (Union Nationale du Sport Scolaire –UNSS Bretagne) au CESR, le 24 mars 2009

L'action de l'UNSS s'inscrit dans le cadre de sa « Charte du sport scolaire » rééditée en 1998 (voir extraits ci-après).

« Charte du sport scolaire UNSS – Vers une citoyenneté active et responsable » – Réédition de 1998 - Extraits[638]

« (…) - Le Sport scolaire est un outil privilégié d'apprentissage de la liberté entendue au sens social. Il donne aux élèves "le pouvoir d'agir" selon leur propre détermination, dans la limite des règles définies par notre organisation sportive. La liberté ainsi vécue contribue à l'apprentissage de la responsabilité, de la citoyenneté et de l'humanisme.
- Le Sport scolaire donne à tous les élèves les mêmes droits et les mêmes devoirs ainsi que la possibilité de s'exercer au respect de la règle, de l'adversaire et de l'arbitre. L'UNSS contribue de façon irremplaçable à l'égalité des chances, à l'intégration, et à l'exercice de la solidarité.
- Le Sport scolaire privilégie l'engagement collectif. En valorisant la notion d'équipe, l'UNSS offre les conditions favorables pour que se créent ces liens particuliers qui permettent des échanges fraternels.
- Respect des autres, tolérance, camaraderie, convivialité, fête, guident nos manifestations qui sont un lieu d'épanouissement de solidarités collectives et de formation à l'éthique sportive, contribuant ainsi à éviter toutes formes de violence.
- En utilisant les activités physiques, sportives et artistiques comme un moyen au service du développement des objectifs du système éducatif, l'UNSS apporte des garanties éducatives et un suivi pédagogique correspondant aux responsabilités de l'Etat.
- En organisant des rencontres sportives diversifiées accessibles aux élèves de la 6e à la Terminale sans exclusive, l'UNSS participe à l'égalité des chances d'accès à une culture sportive de qualité.
- En participant à l'éducation à la santé, l'UNSS contribue à améliorer toutes les formes d'hygiène de vie, participe à une mission de prévention et lutte contre le dopage, la drogue, l'alcool et le tabac.
- En responsabilisant les élèves à des tâches d'organisation de rencontres sportives et en les intégrant à la vie de leur Association, l'UNSS crée des espaces de socialisation et de concertation et participe à la formation du futur citoyen.
- Parce que les temps des rencontres sont source d'amitié, de joies, d'émotions fortes, et le théâtre d'expériences inoubliables, se crée une autre dimension de la relation élèves-professeurs et, au-delà, de la relation jeunes-adultes, condition essentielle de l'intégration.
- Investie d'une mission de service public à finalité éducative et sociale, l'UNSS contribue à aider chaque élève à élaborer son projet personnel, à lui permettre de vivre en harmonie avec l'école et de s'insérer dans le tissu social de la cité. (…) »

2.1.1.2. Quelques chiffres de l'UNSS en Bretagne

L'UNSS en Bretagne[639], ce sont 350 associations sportives scolaires couvrant l'ensemble des établissements publics locaux d'enseignement du second degré. Organisées en 28 districts, animées par 1040 enseignants d'EPS, soit environ 26 licenciés par encadrant, celles-ci rassemblaient, en 2007/2008, 33.821 licenciés dont 40 % de filles, soit 23.44 % des élèves scolarisés dans les collèges et lycées publics ou privés ayant une association affiliée.

S'agissant du taux d'adhésion, on observe d'importantes disparités selon la nature des établissements. Alors que 41.16 % des élèves des lycées d'enseignement général et technologique adhèrent à l'association sportive UNSS de leur établissement, ils ne sont que 11.16 % en lycée professionnel public et 4 % en lycée privé.

2.1.2. L'UGSEL en Bretagne[640]

L'UGSEL organise et anime le sport scolaire pour l'enseignement privé catholique. Mais alors que le sport scolaire public compte deux fédérations multisports, l'une pour le premier

[638] http://www.unss.org/charte/charte.htm , consulté le 14 septembre 2009
[639] Audition de M. Jean-Marc Vancassel (Union Nationale du Sport Scolaire –UNSS Bretagne) au CESR, le 24 mars 2009 + Plaquette de présentation UNSS Bretagne et UNSS 35 « Zoom sur l'UNSS », tableau « l'UNSS en chiffres ».
[640] Audition de Tugdual Toularastel (Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre - UGSEL), le 24 mars 2009 au CESR de Bretagne

degré, l'USEP, et l'autre pour le second degré, l'UNSS, l'UGSEL regroupe en son sein tout le sport associatif scolaire de l'enseignement catholique de la maternelle à la terminale.

Cherchant à favoriser « la formation intégrale de la personne humaine » en lien avec les finalités de l'enseignement catholique, son action est fondée sur une approche globale de l'élève : sportive, culturelle, spirituelle…

Le projet éducatif de l'UGSEL d'après ses Statuts[641] - Extraits -

« Dans le respect de la charte de déontologie du sport établie par le Comité national olympique et sportif français[642] », pour les enseignements du 1er et du 2d degré, l'UGSEL se donne pour missions de :
- promouvoir, orienter et coordonner l'éducation physique et la pratique des sports, d'activités de loisirs et de culture dans les établissements de l'Enseignement Catholique ;
- collaborer avec les instances et instituts spécialisés à la formation initiale et continue en EPS des maîtres ;
-organiser toutes compétitions sportives, du niveau départemental au niveau national, d'organiser tous stages, séjours et manifestations aptes à développer la pratique des sports et des loisirs ;
- assurer les relations nécessaires à ces objets avec toutes les instances politiques, administratives, sportives, internes et externes à l'Enseignement Catholique[643]. »

On observera que, d'emblée, l'UGSEL relie le sport et la culture, comme le fait d'ailleurs désormais l'EPS dans les programmes scolaires nationaux.

2.1.2.1. Quelques chiffres de l'UGSEL en Bretagne

En 2008, L'UGSEL Bretagne représentait, dans le premier degré et le second degré[644] :

- 215 Collèges/Lycées affiliés sur 242 existants,
- 816 écoles affiliées sur 877 existantes,
- 83 703 licenciés dans l'enseignement secondaire,
- 68 476 licenciés dans l'enseignement primaire,
- l'organisation de 37 championnats régionaux individuels, 25 championnats régionaux de sports collectifs et de championnats nationaux.

2.2. Les associations de sport scolaire : fonction sociétale, atouts et défis

Qu'elles relèvent de l'enseignement public ou privé, les associations de sport scolaire présentent de nombreux atouts qui mériteraient d'être davantage reconnus et valorisés dans une optique de promotion de l'éducation et de la citoyenneté par le sport.

Toutefois, elles rencontrent certaines difficultés d'adaptation aux évolutions des attentes et comportements des élèves.

[641] STATUTS DE L'UNION NATIONALE (Approuvés par l'Assemblée Générale du 18 mars 2006), http://www.ugsel.org/index.php?page=204, consulté le 14 septembre 2009
[642] Statut national de l'UGSEL, article 6
[643] http://www.ugsel.org/index.php?page=279#279, consulté le 20 juillet 2009
[644] Audition de Tugdual Toularastel (Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre - UGSEL), le 24 mars 2009 au CESR de Bretagne

2.2.1. Une fonction sociétale et des atouts à mieux reconnaître

2.2.1.1. La promotion d'un sport égalitaire et accessible dans le cadre éducatif de l'institution scolaire

A) Un coût modique pour un encadrement sportif de qualité

Parce qu'il s'inscrit dans une mission de service public, en prolongement de l'EPS et avec ses enseignants, le sport scolaire *volontaire* a pour ambition de promouvoir l'égal accès des enfants et adolescents, filles et garçons de toutes origines, aux bienfaits personnels et collectifs d'une pratique régulière d'activités sportives avec un encadrement humain de qualité.

La modicité des frais d'inscription (15 € par an pour une licence multisports UNSS) favorise la diffusion des pratiques auprès d'élèves issus de milieux défavorisées, ce qui est renforcé par le caractère multisports de la licence (une licence permet de pratiquer plusieurs disciplines). Le sport scolaire contribue donc à l'égalité des chances[645] entre les élèves.

B) La dimension éducative prioritaire, y compris en compétition

Les pratiques sportives proposées par les associations sportives scolaires sont très orientées « sports collectifs » et « compétition », celle-ci s'inscrivant dans un projet éducatif plus global de développement personnel et social de l'élève, loin des excès et dérives de certaines pratiques compétitives moins soucieuses de l'intégrité physique et morale des enfants et adolescents.

Cette priorité éducative a été rappelée par les IA-IPR-EPS auditionnés : des partenariats sous conditions peuvent être tissés, à l'initiative de l'équipe éducative de l'établissement, avec des acteurs sportifs extérieurs pour développer l'offre de certaines disciplines. Toutefois, il est précisé que « les schémas de développement sportifs fédéraux ne peuvent en aucun cas déterminer de manière unilatérale les orientations des projets pédagogiques des associations sportives scolaires[646] ».

2.2.1.2. L'apprentissage de la citoyenneté sportive à travers l'engagement associatif

Le sport associatif scolaire, comme son nom l'indique possède une double dimension à la fois sportive et associative. Parce qu'il incite les enfants et adolescents, filles et garçons, à prendre des initiatives et des responsabilités dans le cadre de la vie sportive et associative, il se veut un lieu d'exercice de l'engagement et de la responsabilité, donc une école de citoyenneté. Former des citoyens sportifs et des sportifs citoyens, tel est l'enjeu.

A) UNSS et citoyenneté sportive

L'apprentissage des responsabilités associatives est une orientation forte des associations sportives scolaires UNSS qui s'inscrit dans le cadre de la Charte du sport scolaire. Outre la formation et la pratique sportive, l'UNSS entend contribuer à former des « sportifs citoyens ». Ainsi, le projet national incite les associations sportives à « développer la vie associative, ferment de l'éducation citoyenne. Que cela passe par la formation des jeunes officiels, jeunes reporters ou organisateurs, ou par la participation des élèves aux

[645] Audition au CESR de M.M. Marc Le Guérienl, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU, le 26 février 2009

[646] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.

assemblées générales ou aux comités directeurs, les animateurs d'A.S. disposent de nombreux outils devant leur permettre, à travers la pratique sportive et la vie associative, de remplir cette mission[647] ». La politique « Jeune officiel de l'UNSS » vise à former les pratiquants pour qu'ils assurent, par eux-mêmes, l'encadrement, l'arbitrage. Pour cela, il reçoit une formation, puis une validation et une certification.

A noter que l'UNSS développe aussi aujourd'hui l'éducation à l'environnement et au développement durable.

B) UGSEL et citoyenneté sportive

Comme l'UNSS, l'UGSEL développe de nombreuses actions pour favoriser l'engagement associatif et la citoyenneté sportive, y compris dans le cadre d'une éducation au développement durable. Deux exemples peuvent être mentionnés : le « Livret du jeune juge » et « Terres d'enjeux ».

1) Le livret du « Jeune juge » UGSEL

Le livret du « Jeune juge » UGSEL[648] facilite la traçabilité et la valorisation de l'expérience sportive bénévole des jeunes. Ainsi, L'UGSEL Bretagne a pris l'initiative de créer un livret du « Jeune juge » afin de valoriser l'expérience sportive bénévole en même temps que l'esprit de fair-play et de citoyenneté de ses jeunes adhérents. Cet outil d'origine bretonne est aujourd'hui repris au niveau national. En pratique, en même temps que sa carte de « jeune juge », un petit fascicule intitulé « livret suivi de formation », est remis aux enfants et jeunes qui s'investissent dans la vie associative sportive de l'UGSEL, en tant que « juge-élève » contribuant à l'arbitrage des compétitions et/ou en qualité de participant à l'animation et l'organisation des rencontres sportives ou culturelles : secrétariat, rangement du matériel, accueil, reportage, création de site internet, rédaction d'un journal… Le champ des expériences bénévoles du « jeune-juge » à consigner dans le livret est donc très ouvert.

Préconisation du CESR à l'attention du Conseil régional :

- En lien avec le CROS, harmoniser l'ensemble des « passeports du bénévole » du secteur sportif, quelles que soient leurs dénominations, dans la perspective de faciliter une future VAE qualifiante.

2) « Terres d'enjeux »

La préoccupation environnementale est non seulement intégrée au livret du Jeune-juge UGSEL, elle fait l'objet d'une action nationale récente baptisée « Terres d'enjeux ». Par cette action, depuis 2008, des milliers d'enfants, écoliers, collégiens et lycéens de la région Bretagne, ainsi que leurs équipes éducatives, ont été sensibilisés lors de manifestations ou rencontres sportives UGSEL aux enjeux du développement durable, à l'éco-citoyenneté sportive dans une perspective plus large d'éducation à l'environnement. Par exemple, la Direction de l'enseignement catholique des Côtes d'Armor (DDEC22) a organisé le 16 mai 2008, une « Journée terre d'enjeux » pendant le temps scolaire dans plusieurs établissements du département. Au cours de cette journée mêlant écoliers, collégiens et lycéens, diverses animations et activités (artistiques, sportives…) ont été proposées aux élèves, par territoire, afin de les sensibiliser au respect de l'environnement et au développement durable. Un site internet a même été créé pour l'occasion[649]. Les familles et parents d'élèves ont été associés à l'événement.

[647] http://www.unss.org/web/Presentation#2education, consulté le 20 juillet 2009
[648] Ce livret de suivi de formation du jeune-juge UGSEL est soutenu par la Région Bretagne, le CMB et l'enseigne commerciale sportive « Score ».
[649] http://terredenjeux.ddec22.asso.fr/index.php?lng=fr , consulté le 20 juillet 2009

2.2.1.3. Le sport scolaire : un tremplin pour les pratiques sportives des filles et adolescentes

Lors de leur audition, les représentants de l'UNSS Bretagne, de l'UGSEL, du SNEP-FSU et du SE-UNSA, ont souligné le fait que le sport scolaire associatif favorise les pratiques sportives féminines à l'adolescence. Ainsi l'UNSS est la première fédération sportive française féminine avec plus de 400 000 licenciées filles au niveau national dont 13 000 en Bretagne. Alors que dans le monde fédéral l'écart entre le taux de pratique des filles et des garçons est de 17 points en faveur de ces derniers, celui-ci est de 4 points dans les associations sportives scolaires[650].

Alors que les filles décrochent plus facilement de la pratique sportive à l'adolescence que les garçons[651], ces résultats du sport scolaire sont un véritable enjeu d'égalité femmes-hommes et de santé publique. Une étude récemment publiée par l'AFSSA portant sur les comportements alimentaires souligne que « 63% des garçons de 15-17 ans et 24 % des filles de 15-17 ans ont un niveau d'activité physique « entraînant des bénéfices pour la santé »[652] » (voir première partie du rapport sur la santé).

Préconisation du CESR au Conseil régional

- soutenir le sport scolaire non seulement par la politique sportive et formation mais aussi par rapport à la promotion de l'égalité femmes-hommes.

2.2.1.4. Un rôle d'interface territoriale à développer entre l'EPS et le sport fédéral

Cela a déjà été signalé, il n'est pas rare que les enseignants d'EPS soient réticents, au nom des spécificités éducatives de leur discipline, à tisser des relations avec le mouvement sportif fédéral unisport soupçonné de faire prévaloir une logique prioritairement promotionnelle et sélective de leur discipline.

Ainsi les partenariats sont rarement envisagés pour ce qui concerne le « noyau dur » des programmes scolaires nationaux de l'EPS[653], du moins dans l'enseignement du second degré[654], y compris dans son prolongement, le sport scolaire.

Pourtant, les associations sportives scolaires peuvent jouer un rôle très important d'interface, voire de « pont-levis[655] », pour promouvoir des partenariats éducatifs de qualité avec le mouvement sportif local… et ainsi faire tomber des murs.

A ce sujet, une idée très intéressante a été suggérée lors d'une audition[656] : créer un label régional de qualité d'éducation par le sport afin de favoriser les relations de confiance entre les enseignants d'EPS, les acteurs du sport scolaire associatif et les clubs sportifs locaux.

[650] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[651] « Les adolescents ont une activité physique insuffisante », article du Monde, 24 août 2009 rendant compte de l'étude de l'AFSSA
[652] AFSSA, Synthèse de l'étude nationale des consommations alimentaires 2 (INSA2) – 2006/2007 – p24, août 2009.
[653] Audition au CESR de Bretagne de Yann Coquet et Daniel Hervé, IA-EPR-EPS au Rectorat d'Académie de Rennes, le 24 mars 2009.
[654] Dans le premier degré, il est courant que des éducateurs territoriaux agents des collectivités locales interviennent en appui de l'EPS au côté des professeurs des écoles.
[655] Audition de M. Jean-Marc Vancassel (Union Nationale du Sport Scolaire –UNSS Bretagne) au CESR, le 24 mars 2009
[656] Audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique Bourne, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009

Ce type de label ou de charte de qualité éducative est également prôné par l'Agence pour l'éducation par le sport (APELS).

Une préconisation phare : Co-élaborer une charte régionale de qualité relative à l'éducation par le sport pour favoriser la confiance et faciliter les coopérations entre les acteurs du sport en Bretagne

Pour développer les liens et projets éducatifs communs entre les enseignants d'EPS et le mouvement sportif, créer un label de qualité régional d' « éducation par le sport » certifiant les capacités éducatives transversales de l'ensemble des intervenants. Ce label, sorte de mesure de confiance mutuelle, garantirait la primauté des activités et valeurs éducatives dans les actions communes.

En pratique, la Région Bretagne, pourrait peut-être, en partenariat avec les acteurs concernés, mobiliser sa compétence « formation » pour trouver une modalité de certification ou de reconnaissance des compétences éducatives transversales des intervenants, notamment des encadrants du mouvement sportif (ex : VAE).

Partenariat possible : CROS Bretagne, Région Bretagne, Rectorat d'Académie, partenaires sociaux, représentants des parents d'élèves, Agence pour l'éducation par le sport…

2.2.2. Des défis à relever pour mieux répondre aux attentes des élèves

Si les associations de sport scolaire présentent de nombreux atouts (voir ci-avant 3.2.1), elles sont aussi confrontées à certaines difficultés qui sont autant de défis à relever pour mieux répondre aux besoins et attentes des élèves, filles et garçons. Les auditions ont permis d'en identifier quelques uns.

2.2.2.1. Le sport scolaire reste pratiqué par une minorité d'élèves

Selon le Ministère de l'Education nationale[657], au niveau national, 20 % des élèves environ font du sport dans le cadre le l'association de sport scolaire (ASS) de leur établissement : 80 % ne la fréquentent donc pas, ce qui ne veut pas dire qu'ils n'ont pas d'activité sportive à l'extérieur de l'institution scolaire. Ainsi, les pratiques sportives dites « libres » sont majoritaires chez les élèves du second degré (68 % des élèves), viennent ensuite les activités sportives en club (52 % des élèves), puis le sport en ASS. Souvent les adolescents cumulent les modes de pratique. Ainsi, 66 % des élèves inscrits en ASS le sont aussi en club. Reste toujours que 19 % des élèves n'ont aucune pratique sportive en dehors des cours d'EPS, quelle que soit sa forme.

Autre élément à prendre en compte, selon l'UGSEL Bretagne, les élèves ont tendance à délaisser la pratique en ASS lorsqu'ils passent du collège (30-35 % des élèves) au lycée (10-15% des élèves).

Enfin, la pratique en association sportive scolaire est plus ou moins développée selon la filière d'enseignement : elle est plus développée dans l'enseignement général et technologique que dans la voie professionnelle. L'UNSS Bretagne a souligné cette inégalité de fait : alors que 41.6 % des élèves de lycées d'enseignement général et technologique adhèrent à l'association sportive UNSS de leur établissement, ils ne sont plus que 11.16 % en lycée professionnel public[658]. Alors que les élèves de l'enseignement professionnel connaissent souvent davantage de problèmes de santé que ceux de l'enseignement général,

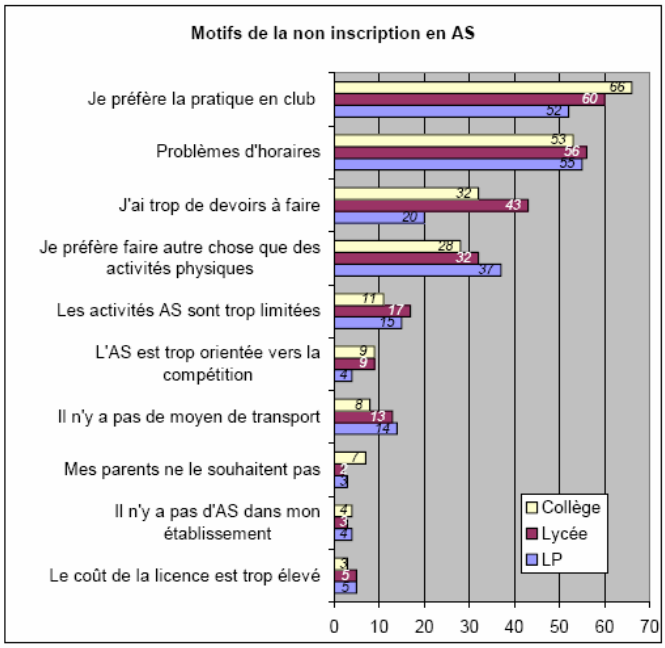
[657] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Citée dans « Le sport en France », ouvrage collectif sous la direction de Pierre Arnaud, Michaël Attali et Jean Saint-Martin, La Documentation Française, 2008, p 205

[658] Audition de M. Jean-Marc Vancassel (Union Nationale du Sport Scolaire –UNSS Bretagne) au CESR, le 24 mars 2009

la promotion du sport scolaire volontaire devrait être une priorité dans une optique de prévention.

3 hypothèses peuvent être avancées pour expliquer la large désaffection des élèves vis-à-vis du sport scolaire : 1) ils ne sont pas suffisamment informés ; 2) ils n'ont pas la possibilité matérielle d'y participer ; 3) l'offre de pratique ne correspond pas à leurs attentes ; 4) les parents sous-estiment l'intérêt de l'activité sportive. L'enquête du Ministère de l'Education nationale analyse précisément les motifs invoqués par les élèves ne pratiquant pas en ASS (voir graphique ci-après). La préférence pour la pratique en club arrive en tête, suivent les problèmes horaires puis, à quasi égalité, les devoirs à faire et l'option pour des activités de loisirs autres que sportives.

Figure 105. Motifs de la non inscription des élèves en ASS



Base : 1567 élèves non inscrits à l'AS
NL : réponses multiples

Source : Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006

2.2.2.2. Les rythmes scolaires français ne favorisent pas la pratique sportive

D'une manière générale, les programmes et les rythmes scolaires sont chargés. Après leur journée de cours, les collégiens et lycéens, doivent, après avoir pris les transports, consacrer du temps à leur travail personnel à la maison (voir graphique ci-avant). Certains ont la possibilité de s'organiser et d'être accompagnés pour faire du sport, d'autres y parviennent plus difficilement. L'éloignement du domicile par rapport à l'établissement scolaire accentue les difficultés, d'où des inégalités territoriales réelles.
Il s'agit là d'un problème national récurrent mais qui est un frein au développement de la pratique sportive des adolescent(e)s, que ce soit dans le cadre de l'association sportive scolaire ou ailleurs.

2.2.2.3. Diversifier l'offre de pratiques pour s'adapter aux nouvelles attentes des adolescentes et adolescents

A) Développer le sport de loisir non compétitif

Au niveau national, les ¾ des élèves inscrits dans une ASS y font de la compétition, ce qui est considéré par la majorité des enseignants comme l'une des finalités essentielles de ces associations[659]. Si la compétition a lieu dans le cadre éducatif de l'institution scolaire dont dépend l'ASS, elle reproduit le plus souvent l'organisation, et parfois l'esprit, du sport compétitif fédéral. Si de nombreux élèves s'y retrouvent pleinement, cette orientation principalement compétitive du sport scolaire peut aussi en rebuter plus d'un et surtout plus d'une. Alors que, d'une manière générale, 42 % des garçons déclarent pratiquer le sport pour la compétition (68% pour ceux inscrits en ASS), cette motivation ne vaut que pour 19% des filles (49% de celles inscrites en ASS)[660], celles-ci citant plus volontiers sa dimension ludique et sociale.

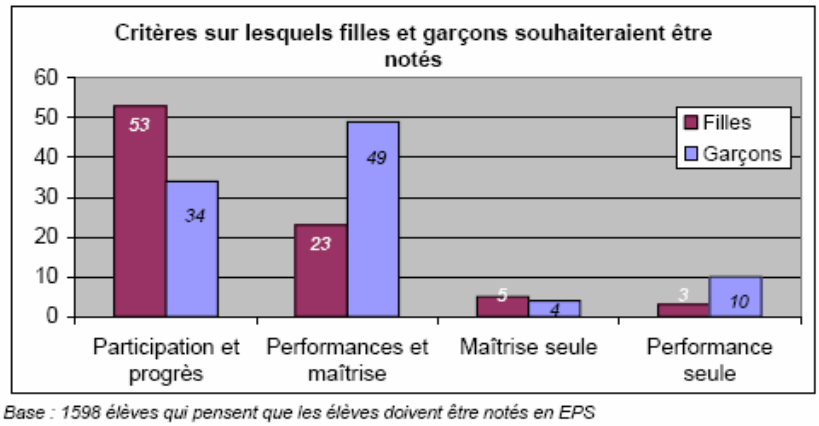
B) Mieux prendre en considération les attentes des filles

L'enjeu est important car, d'une manière générale, les filles délaissent davantage l'activité physique et sportive à l'adolescence[661], or presque toutes fréquentent un établissement scolaire ayant une association sportive proposant une offre de pratiques de qualité et accessibles financièrement. Des enseignantes d'EPS[662], lors de leur audition, ont émis l'hypothèse d'une moindre motivation des filles pour la performance sportive en préconisant, pour y remédier de *« proposer davantage d'activités multiples orientées vers un travail sur l'énergie, l'organisation collective, l'esthétique et la stratégie »*.

Il est d'ailleurs symptomatique qu'en EPS, selon l'étude du Ministère de l'éducation nationale, « sur les critères sur lesquels ils souhaiteraient se voir notés, les filles et les garçons ont des points de vue divergents. Les garçons sont satisfaits de la notation en vigueur puisque 49 % d'entre eux souhaitent être notés sur leurs performances physiques et leur maîtrise technique simultanément, 10 % sur leur performance seule et 4 % sur leur maîtrise seule, et seulement 34 % sur leur participation et leurs progrès. Contrairement à la pratique habituelle des enseignants et aux souhaits des garçons, les filles préfèreraient être notées plutôt sur leur participation et leurs progrès (53 %) que sur leurs performances physiques et leur maîtrise technique (31 %), et encore moins sur la maîtrise technique seule (5 %) ou les performances physiques seules (3 %). Il est vrai que les notations en vigueur, fondées avant tout sur la maîtrise et les performances avantagent les garçons[663] ».

[659] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Synthèse, pp 11-18
[660] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Synthèse, pp 11-18
[661] Rapport AFFSA INCA 2, Août 2009, précité
[662] Audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique Bourne, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009
[663] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Rapport intégral, p 63

Figure 106. Critères de notation en EPS souhaitées par les filles et les garçons



Base : 1598 élèves qui pensent que les élèves doivent être notés en EPS

Source : Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 »

Il serait donc souhaitable que, pour ce qui concerne l'EPS et a fortiori le sport scolaire *volontaire*, les besoins, attentes et motivations des filles soient encore mieux pris en compte par les établissements et enseignants.

C) Diversifier les activités physiques, sportives et artistiques proposées

Au niveau national, badminton, football, volleyball, athlétisme, tennis de table et basket ball sont les APSA les plus pratiquées en ASS[664]. 54 % des professeurs qui animent l'ASS affirment proposer des APSA différentes de celles qu'ils font pratiquer en EPS, mais dans l'ensemble celles-ci restent très classiques. La diversification de l'offre d'activités serait sans doute susceptible d'attirer de nouveaux élèves, ce qu'a confirmé l'enquête du CESR de Bretagne menée auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ)[665].

2.2.2.4. Mieux prendre en compte la dimension « activité physique et santé »

De nombreux rapports nationaux récents[666] préconisent de promouvoir l'activité physique des adolescentes et adolescents dans un but de prévention et de promotion de la santé. Comme l'EPS, le sport scolaire associatif y contribue déjà mais pourrait être appelé à le faire davantage dans l'avenir[667].

Pour cela, il devra sans doute diversifier davantage les activités physiques, sportives et artistiques proposées afin d'être plus attractif et de favoriser, par de nouvelles actions, l'activité physique des élèves. Ne pourrait-on imaginer, à l'instar de l'EPS, que l'association de sport scolaire devienne une association d'activité physique et de sport scolaires, élargissant ainsi son champ d'intervention à la promotion de l'activité physique au sens large ?

[664] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007. Rapport intégral, p 116. NDLR : en raison de l'imprécision des % présentés, ils ne sont pas repris ici.
[665] Voir chapitre 2 ci-avant
[666] INSERM, TOUSSAINT, AFSSA
[667] Audition de Mme Claire Lauden, Professeure d'EPS et responsable académique EPS au SE-UNSA, et de Mme Véronique Bourne, Professeure d'EPS et membre du SE-UNSA, le 26 février 2009

De nouvelles formations « activité physique et santé » pourraient être proposées aux enseignants d'EPS qui le souhaitent.

Enfin, des coopérations plus étroites seraient à établir avec tous les professionnels de santé concernés, notamment avec les médecins et infirmier(e)s scolaires spécialistes de la santé des adolescents comprise au sens de l'OMS, c'est-à-dire prenant en compte simultanément les dimensions physique, psychique et sociale en vue d'améliorer leur bien-être à l'école comme en dehors.

Si l'EPS et le sport scolaire ne peuvent être réduits à une fonction hygiéniste, leur présence de proximité auprès de tous les élèves dans le cadre du service public de l'éducation leur confère des responsabilités particulières pour contribuer, avec l'ensemble de la communauté éducative, à prévenir et lutter contre les inégalités populationnelles et territoriales de santé (voir première partie du rapport sur la santé).

2.2.2.5. Promouvoir davantage le sport scolaire en commençant par un effort de communication auprès des élèves et de leurs familles

Le représentant de l'UGSEL Bretagne a insisté sur l'effort collectif de communication à faire auprès des élèves et de leurs familles afin de valoriser et promouvoir le sport scolaire. En effet, même si l'information existe, il s'avère dans les faits que certaines familles n'en ont pas connaissance[668].

L'ensemble de la communauté éducative territoriale, comme les acteurs de l'information jeunesse et de la santé, sont concernés.

2.2.2.6. Les associations sportives scolaires : une fonction d'interface pour développer les passerelles avec le mouvement sportif local et les collectivités territoriales

Les associations de sport scolaire jouent un rôle d'interface entre l'établissement scolaire et le mouvement sportif fédéral local. Sous réserve que les spécificités du sport scolaire soient garanties, il semble souhaitable, pour répondre aux nouvelles attentes sportives des jeunes de renforcer les partenariats avec les clubs sportifs locaux ainsi qu'avec les collectivités locales. La mise en place initiale quelque peu chaotique de l'accompagnement éducatif a montré, s'il en était besoin, cette impérieuse nécessité d'une meilleure coordination des acteurs de l'éducation par le sport, intégrant l'EPS et le sport scolaire, dans l'intérêt supérieur des enfants et adolescents.

2.2.2.7. Attribuer les moyens nécessaires pour développer la fonction éducative et sociale des associations sportives scolaires dans les territoires.

L'UGSEL Bretagne a souligné que les associations de sport scolaire étaient « à un tournant » de leur histoire, notamment parce qu'elles doivent s'adapter aux nouvelles attentes et aux évolutions de comportement des enfants et adolescents, filles et garçons, en même temps qu'aux nouveaux enjeux sociétaux.

De nombreux enseignants d'EPS sont conscients de l'importance de ces enjeux[669]. Mais il en va du sport scolaire volontaire comme de l'EPS et du sport en général : la collectivité

[668] Audition de Tugdual Toularastel (Union Générale Sportive de l'Enseignement Libre - UGSEL), le 24 mars 2009 au CESR de Bretagne

[669] Ministère de l'Education nationale, Enquête « Image du sport scolaire et pratiques d'enseignement au collège et au lycée 2005-2006 », Les dossiers enseignement scolaire, n°190, octobre 2007

publique, qu'elle soit nationale ou locale, ne peut continuer à élargir sans cesse les missions éducatives de ces derniers sans se poser la question des *moyens* humains, financiers, matériels et horaires nécessaires à l'obtention des résultats escomptés, sachant que la plupart le seront sur le long terme (ex : prévention santé).

Certains enseignants d'EPS vont plus loin dans la dénonciation de ces injonctions paradoxales publiques considérant que les associations de sport scolaire, comme l'EPS, sont *« attaquées depuis plusieurs années au nom de la rentabilité financière et de la nécessité de réduction des coûts éducatifs*[670] *».*

Sans exclure une réflexion nécessaire sur l'utilisation optimale des deniers publics, l'éducation physique et sportive, de même que les activités physiques et sportives des associations sportives scolaires devraient être considérées avant tout comme un investissement d'intérêt général, qu'il soit national ou local.

Préconisations au Conseil régional :

-Renforcer le soutien existant aux associations de sport scolaire, d'une part, en engageant une réflexion sur l'évolution des critères de subventionnement en lien avec la fonction sociétale du sport scolaire (ex : activité physique et santé, pratiques féminines…) d'autre part, en étudiant la faisabilité d'une extension progressive du champ d'application du « Chèque sport » aux lycéennes et lycéens licenciés auprès de l'UNSS et de l'UGSEL.

3. Le sport : une ressource pédagogique transdisciplinaire

«J'ai longtemps souffert du peu de considération dont le sport pouvait jouir auprès d'une grande partie du corps éducatif scolaire et universitaire : les avis à son sujet naviguant de l'inutilité du sport loisir à la nuisibilité du sport de compétition », ainsi s'exprimait Stéphane Diagana, champion du monde d'athlétisme et diplômé de l'Ecole supérieure de commerce de Paris-Europe, dans l'ouvrage du Comité national olympique et sportif français « La raison du plus sport[671] ».

Pourtant, même si certains cloisonnements culturels demeurent tenaces, le sport, comme l'éducation physique et sportive, sont aujourd'hui mieux reconnus dans leur dimension culturelle. Peu à peu, est délaissée une conception dualiste et inégalitaire du corps et de l'esprit au profit d'une approche plus globale de la personne et de son développement, aussi respectueuse de l'intelligence du corps que de celle de l'esprit et surtout, de leurs interactions, voire de leur unité.

L'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO) reconnaît au plus haut niveau international, la diversité des apports éducatifs et culturels de l'éducation physique et du sport lorsqu'elle proclame que *« tout système global d'éducation doit réserver à l'éducation physique et au sport la place et l'importance nécessaires pour établir l'équilibre et renforcer les liens entre les activités physiques et les autres éléments de l'éducation*[672] *»*.

De cette approche complexe et systémique des intelligences humaines dépend en grande partie le degré de reconnaissance de la contribution des activités physiques, sportives et artistiques, à l'éducation des enfants et des adolescents et, d'une manière plus générale, à la formation et au développement personnel tout au long de la vie.

[670] Audition au CESR de M.M. Marc Le Guérinel, Professeur d'EPS, Bureau académique du SNEP-FSU ; et Olivier Biotteau, Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp, membre du SNEP-FSU, le 26 février 2009
[671] CNOSF, « La raison du plus sport », septembre 2006, p 152
[672] UNESCO, Charte internationale de l'éducation physique et du sport, 21 novembre 1978

Si, comme le soutient le CES national, *« le sport est un phénomène culturel essentiel*[673] » en lui-même, il est aussi, par sa transversalité, à condition qu'il soit adossé à un projet éducatif et à une culture humaniste[674], un moyen d'accès à la connaissance et à la culture générale, une formidable ressource pédagogique transdisciplinaire.

Dans ce contexte, l'éducation physique et sportive est officiellement incitée à multiplier des projets pédagogiques interdisciplinaires alors que déjà, sur le terrain, des actions innovantes montrent l'intérêt de développer, *en complémentarité de l'EPS*, les partenariats éducatifs de qualité entre les établissements scolaires et le mouvement sportif local.

3.1. Les programmes incitent l'EPS à multiplier les projets interdisciplinaires au collège et au lycée

Les programmes officiels de l'enseignement de l'éducation physique et sportive dans les établissements du second degré (collège et lycée), d'une part reconnaissent le caractère transdisciplinaire de l'EPS ; d'autre part prônent le développement des projets pédagogiques interdisciplinaires entre l'EPS et les autres disciplines enseignées.

3.1.1. Au collège : la contribution de l'EPS, avec les autres disciplines, au socle commun

Les programmes d'EPS du collège[675] positionnent clairement l'EPS comme participant « à l'acquisition et à la maîtrise du socle commun, en offrant aux élèves un lieu d'expériences concrètes» et comme contribuant, « avec les autres disciplines, à l'instruction, la formation et l'éducation de chacun ». Elle « participe à l'acquisition d'une culture humaniste » et « à ce titre, contribue à sensibiliser les élèves à l'histoire des arts principalement dans le domaine des « arts et du spectacle vivant ». Lorsque les activités danse et arts du cirque sont programmées, quel que soit le niveau de classe, une mise en perspective historique et culturelle peut être proposée. Celle-ci s'appuie alors sur les thématiques du programme d'histoire des arts et sur des œuvres traitées dans le cadre des autres d'enseignements ». D'une manière générale est visé «l'accès au patrimoine de la culture physique et sportive ».

Si la dimension transdisciplinaire de l'EPS est mise en avant, en revanche, mis à part ce renvoi vers l'histoire, l'objectif pédagogique de coopération interdisciplinaire reste plus implicite qu'explicite.

3.1.2. Au lycée, la volonté de développer l'interdisciplinarité de l'EPS apparaît plus nettement

Au lycée, les programmes réaffirment la composante culturelle de l'EPS et prévoient expressément des « relations aux autres disciplines scolaires[676] » : « l'éducation physique et sportive entretient des relations avec d'autres disciplines ou des technologies communes à l'ensemble des disciplines. Lorsque cela est possible, les enseignants en relation avec leurs collègues participent à une approche interdisciplinaire, et peuvent apporter leur concours aux travaux personnels encadrés. »

[673] CES national, « Le sport dans la vie sociale », rapport présenté par André Leclercq, 2007, p II-29
[674] voir 1 du chapitre 1
[675] MEN, BOS n°6 du 28 août 2008
[676] MEN, BO, HS n°6, 31 août 2000, « Orientations générales de l'enseignement de l'éducation physique et sportive au lycée », VII « Relations aux autres disciplines scolaires. Texte repris dans les programmes de seconde générale et technologique. Cf. MEN, BO, HS n°6, 29 août 2002 ; et est mentionné dans ceux du cycle terminal (première et terminale). Cf. MEN BO, HS n°5, 30 août 2001.

Pour rendre plus explicite cette invitation à l'interdisciplinarité, le programme propose quelques exemples, à titre non exhaustif : « sciences de la vie et de la terre ; arts ; éducation civique, juridique et sociale, histoire, sciences économiques et sociales ; technologies de l'information et de la communication » (voir encadré ci-après). La liste n'étant pas limitative, la porte est donc ouverte aux innovations pédagogiques interdisciplinaires impliquant l'EPS. On peut en effet tout aussi bien imaginer des relations avec la géographie, les mathématiques, les sciences physiques, la comptabilité, la gestion, les langues vivantes, la communication… (Voir point 4.2 ci-après).

Orientations générales de l'EPS au lycée – Extraits des programmes[677]- Relations aux autres disciplines scolaires

« **1 - Sciences de la vie et de la Terre**

L'éducation physique et sportive est un moyen efficace de mettre en valeur un enseignement concernant l'hygiène, la consommation de stupéfiants et l'importance d'une alimentation équilibrée. Elle permet de comprendre les conséquences d'une vie sédentaire et les bénéfices à court et long terme de la pratique des activités physiques. Par un travail sur les déterminants de l'effort, par l'analyse des différences de potentiel corporel, de l'efficacité et des limites des méthodes d'entraînement, l'éducation physique et sportive contribue à l'éducation à la santé et au développement personnel. Cette discipline peut constituer un moment d'observation et de réflexion sur le fonctionnement corporel. L'identification de ces éléments dans la pratique permet d'enrichir la présentation des processus de régulation de l'organisme en sciences de la vie et de la Terre.

2 - Arts

Par un travail spécifique sur le corps, l'espace, le rythme, l'imaginaire, l'éducation physique et sportive favorise le développement d'une aisance motrice relayée dans les enseignements artistiques ou les ateliers d'expression artistique (danse, théâtre, etc.). La construction d'un projet créatif personnel ou collectif, la découverte du patrimoine chorégraphique, à l'initiative des professeurs d'éducation physique et sportive, sont des éléments susceptibles d'enrichir la présentation de ces thèmes dans les enseignements de la danse. La création et la réalisation d'une chorégraphie permettent d'établir des liens avec la musique. La symbolisation, la narration inhérente à certaines activités physiques artistiques sont l'occasion de relations avec les arts dramatiques.

3 - Éducation civique, juridique et sociale

L'éducation physique et sportive permet aux élèves d'assumer les conséquences de leurs actions, de se sensibiliser aux effets de leurs actions sur l'environnement, d'éprouver leur considération à l'égard des autres. Elle développe l'esprit d'initiative, l'autonomie, l'autodiscipline, la capacité de travailler seul ou en équipe, la capacité de mobiliser des connaissances pour résoudre des problèmes de la vie quotidienne. Elle facilite la prise en compte des différences entre les personnes et développe une sensibilité positive à l'égard de ces différences. Les activités collectives rendent nécessaire l'adoption d'une conduite citoyenne et l'identification des tricheries et des dérives possibles dans leur pratique. Les lycéens comprennent aisément les règles sportives et sociales qui délimitent et régulent les affrontements susceptibles de dégénérer en violence. Enfin, elle aide à construire un système de valeurs en permettant de faire face aux problèmes d'ordre éthique rencontrés dans la vie quotidienne. Ces questions permettent d'enrichir l'enseignement de l'éducation civique, juridique et sociale.

4 - Histoire, sciences économiques et sociales

L'éducation physique et sportive joue un rôle important dans l'initiation aux loisirs et la professionnalisation. Le développement d'opportunités professionnelles dans le domaine du sport de la danse et des loisirs, la diversité des diplômes préprofessionnels et académiques dans ces domaines montre que l'éducation physique joue un rôle dans le domaine de l'éducation économique et sociale. Par ailleurs, l'évolution des règles sportives, leur différenciation selon les contextes historiques et sociaux, plus généralement l'histoire sociale des activités physiques, sportives et artistiques, enrichissent les enseignements de l'histoire et des sciences économiques et sociales.

[677] MEN, BO, HS n°6, 31 août 2000, « Orientations générales de l'enseignement de l'éducation physique et sportive au lycée », VII « Relations aux autres disciplines scolaires.

5 - Technologies d'information et de communication

Les technologies d'information et de communication pour l'enseignement sont susceptibles d'améliorer l'efficacité et la qualité de l'enseignement et l'engagement des élèves. Appliquées à l'éducation physique et sportive, elles facilitent une appropriation personnalisée du savoir, par un accès progressif aux processus de formation en autonomie et d'apprentissage individualisé. Une initiation à l'analyse de la performance et de la pratique physique permet aux élèves de conduire leur travail de façon autonome (ex. : matériels de biofeedback). Elle peut se compléter d'une initiation au développement de la communication au sein de la classe, dans et hors de l'établissement (utilisation de l'Internet). (…) »

3.2. Des partenariats éducatifs de qualité sont possibles entre l'école et les acteurs locaux du sport

3.2.1. Nul n'a le monopole de l'éducation par le sport

Nous avons vu précédemment[678] que, pour les enseignants l'EPS, les activités physiques, sportives et artistiques ne sont « que » des moyens aux services des finalités du service public de l'éducation nationale : la pratique est un outil, non une finalité en soi. Arguant de cette spécificité, nombre d'entre eux n'acceptent pas d'être assimilés à des « professeurs de sport » ou à des « éducateurs sportifs ».

A l'extérieur du système scolaire, de nombreux acteurs locaux du mouvement sportif fédéral, des éducateurs sportifs bénévoles ou professionnels, des parents ont pourtant la conviction profonde de servir, eux-aussi, au quotidien, la cause éducative auprès des enfants et des jeunes qu'ils encadrent lors d'activités physiques ou sportives.

A l'interface, les frontières deviennent plus incertaines : associations de sport scolaire[679], accompagnement éducatif, contrats éducatifs locaux, sections sportives scolaires[680] ou universitaires, centres de formation des clubs professionnels[681], Pôles France, Pôles Espoirs ou, originalité bretonne, les Centres d'entraînement et de formation des clubs phare[682] (CEFC)… Autant d'institutions ou de dispositifs plus ou moins hybrides dont la réussite repose en grande partie sur la qualité éducative et le sérieux des partenariats existants entre le milieu scolaire ou universitaire et ses partenaires extérieurs : mouvement sportif, collectivités locales, familles… C'est ici que la notion de « communauté éducative » figurant dans le Code de l'éducation prend tout son sens, du sport de loisir jusqu'aux filières d'accès au sport de haut niveau.

L'enquête menée par le CESR de Bretagne auprès des acteurs de l'éducation physique et des activités physiques et sportives en Bretagne, dans leur grande diversité, l'a convaincu que, si les compétences et spécificités de chacun d'entre eux doivent être reconnues et respectées, nul ne peut se prévaloir du monopole de l'éducation par le sport[683].

Pour illustrer ce propos, deux exemples régionaux d'éducation et d'innovation pédagogique par le sport sont développés ci-après. Ils montrent, entre autres, que l'éducation par le sport peut être organisée en dehors de l'éducation physique et sportive et en

[678] voir point 2.
[679] voir point 3 ci-avant. Dans le premier degré, l'USEP et l'UGSEL développent de très nombreuses actions partenariales entre l'école et les acteurs locaux du sport. Cela semble plus rare dans le second degré, mais les partenariats, dans certaines disciplines ou autour d'événements, existent aussi.
[680] Voir point 2 ci-dessus. 250 SSS scolaires en Bretagne en septembre 2009 (source : CROS Bretagne)
[681] Ex : En avant Guingamp, Stade Rennais
[682] Ex : CEFC Basket féminin de Pleyberchrist et CEFC de la section féminine de football du Stade briochin (Saint-Brieuc)
[683] voir point 5 ci-après pour d'autres exemples extrascolaires d'éducation par le sport

complémentarité avec elle. Ici, ce n'est plus seulement l'EPS qui apparaît comme transdisciplinaire mais bien le sport en lui-même, par sa transversalité sociétale. Celle-ci en fait une ressource pédagogique puissante, tant pour la mobilisation des élèves que pour l'acquisition de savoirs, savoir-faire et savoir-être.

La transversalité pédagogique du sport, vecteur d'éducation.
Extraits du rapport du CES national « Le sport dans la vie sociale », André Leclercq, 2007.

« Quand il joue, le sportif met en mouvement son corps dans l'espace et dans le temps. Sa mécanique humaine fait appel à de nombreux principes scientifiques (mathématiques et sciences physiques), la mécanique est animée par la machine humaine (sciences de la vie) qui se situe dans un environnement (sciences de la terre).
Quand il joue, le sportif met toute sa capacité d'analyse en action. Son intelligence se fait alors l'héritière de tout un patrimoine d'expérience humaine (sciences humaines et sociales).

Quand il joue, le sportif met sa culture en action. Il apprend à faire usage de sa liberté (éthique).

Le sport est un média d'éducation car il est un outil au service de la culture générale[684]. »

3.2.2. Les partenariats éducatifs entre l'école et le sport peuvent être porteurs d'innovation pédagogique : exemple dans deux lycées bretons

Les partenariats éducatifs entre les établissements scolaires et les acteurs extérieurs du sport sont porteurs d'innovation pédagogique et de mobilisation des élèves. Dans cette perspective formatrice, la diversité des expressions sportives peut être intéressante, chacune avec leur portée et leurs limites, du sport fédéral à but non lucratif au sport marchand inclus. C'est ce qu'illustrent les deux actions présentées ci-après : la classe « Passion sports » du Lycée Jeanne d'Arc de Rennes et la classe « Aéroplaneur » du Lycée La Mennais de Ploërmel, étant précisé que d'autres actions de ce type existent probablement en Bretagne.

3.2.2.1. La classe « Passion sport » du Lycée Jeanne d'Arc de Rennes[685] : remobiliser et former par le sport

A) Origine et contexte des classes à profil « Passion sport » du Lycée Jeanne d'Arc de Rennes

1) Contexte du lycée Jeanne d'Arc de Rennes

Le Lycée Jeanne d'Arc de Rennes est un établissement privé sous contrat qui, pour l'année scolaire 2008/2009, comptait 1183 élèves se répartissant comme suit :

- 460 dans l'enseignement secondaire général et technologique
- 219 dans l'enseignement professionnel
- 474 dans l'enseignement supérieur
- 30 dans des formations spécifiques « hors contrat »

Pour ce qui concerne l'enseignement secondaire, le Lycée prépare au Baccalauréat Sciences et techniques de gestion (STG). Entre autres spécialités, on trouve :

- pour le niveau Première : la spécialité « communication » ;
- pour la Terminale : la spécialité « mercatique ».

[684] Rapport du CES national « Le sport dans la vie sociale », André Leclercq, 2007, p II-31
[685] Auditions le 24 février 2009 au CESR de Bretagne de Mme Françoise Gautier, Chef d'établissement et de M. Arnaud Cambronne, Professeur de mathématiques responsable de la section « Passion Sport ». La synthèse qui suit est le fruit de l'exploitation par le CESR de l'audition de ces derniers, et de la contribution écrite « Filière STG, classes à profil « Passion sport » remise.

D'autres spécialités existent mais nous ne mentionnerons que les deux précédentes, car c'est en leur sein que les deux classes à profil « Passion sport » ont été créées :

- 1 Classe Première STG-Communication à profil « Passion sport » ;
- 1 Classe Terminale STG-Mercatique à profil « Passion sport ».

2) Origine des classes à profil « Passion sport »

Le lycée Jeanne d'Arc accueille majoritairement des élèves ayant échoué à un moment donné de leur scolarité. Nombreux sont ceux qui, en arrivant, manquent de confiance en eux-mêmes et de motivation, d'où une certaine difficulté à donner du sens aux études et à se projeter vers les études supérieures.

Un des axes du projet d'établissement du Lycée est d'investir dans l'accompagnement humain de chaque élève afin de rechercher des solutions adaptées à chacun.
Dans ce contexte, comment l'idée de créer la classe « Passion sport » a-t-elle vu le jour ?

En 2001, une poignée d'enseignants passionnés par le sport –sans être professeurs d'EPS[686]- font les constats suivants :

- de nombreux élèves se donnent bien pour objectif d'avoir le bac mais ont du mal à donner du sens à une suite ;
- au sortir de la seconde : 10 à 15 % sont en échec scolaire ;
- une majorité d'entre eux sont adhérents actifs d'une association sportive de tous niveaux confondus.

Face à cette situation, ces enseignants sont partis d'une double interrogation :

- Comment motiver des jeunes à aller au bout de leurs études au lycée et dans l'enseignement supérieur ?
- Comment intégrer cette passion de certains jeunes pour le sport aux enseignements ?

L'idée est donc d'utiliser le sport, d'une part, comme levier de motivation, d'autre part, en tant que ressource pédagogique pour redonner du sens à la scolarité et le goût des études aux élèves en difficulté. Il ne s'agit pas de créer un diplôme particulier ni de pousser les jeunes à la pratique sportive, comme dans une « Section sportive scolaire » (voir encadré ci-après), mais bien de faire du sport un catalyseur d'apprentissage des programmes scolaires menant au Bac STG.

Ne pas confondre « classe à profil passion sport »
et « section sportive scolaire » (ex-sport étude)

Attention, cette initiative pédagogique originale d'un établissement dite « classe à profil passion sport » ne doit pas être confondue avec la création de « Sections sportives scolaires » (ex « sport-étude »), dispositif national permettant à des collégiens et lycéens d'approfondir leur pratique d'une discipline sportive dans un cadre scolaire aménagé tout en menant une scolarité normale. Dans les classes « Passion sport » du Lycée Jeanne d'Arc, le sport n'est pas une fin en soi mais uniquement un support d'apprentissage des programmes et enseignements menant au BAC technologique Sciences et Techniques de Gestion (Bac STG).

[686] Il est signalé que les professeurs d'EPS du Lycée sont peu impliqués dans le fonctionnement des classes « Passion sport »

Il est décidé de créer deux classes à profil « passion sport » en aménageant le temps scolaire, condition préalable à la mise en œuvre du projet. Pour les enseignants, les disciplines se prêtant le mieux au lien avec le domaine sportif sont les enseignements technologiques : management, communication, économie-droit et gestion, mercatique. Par exemple :
- en management, l'étude d'une organisation peut s'effectuer à travers une association sportive ;
- en économie-droit, une analyse d'arrêt juridictionnel peut concerner le domaine sportif ;
-en communication, un événementiel sportif peut permettre l'étude des outils de communication ;
- en mercatique, les métiers commerciaux du sport peuvent être étudiés ;
- en gestion, le support d'apprentissage peut-être l'analyse du budget d'une opération sportive.

D'où l'idée d'intégrer la ressource sportive dans les enseignements des classes de Première STG « Communication » et Terminale STG « Mercatique ».

Articulée avec le projet d'établissement et les programmes scolaires, la passion sportive conjuguée des enseignants et des élèves, avec le Bac en ligne de mire et les études supérieures ensuite, la première classe à profil « Passion sport » ouvre à la rentrée de septembre 2002 au Lycée Jeanne d'Arc[687].

En 2008/2009, la classe de Première STG « Passion sport » compte 21 élèves et celle de Terminale, 24. A noter que les 2/3 des élèves sont des garçons. Depuis 2002, ce sont près de 198 jeunes qui ont fréquenté ces deux classes à profil.

B) Le projet pédagogique et sa mise en pratique

1) Les 5 axes directeurs de la classe à profil « Passion sport »

En pratique, le projet pédagogique des classes à profil « Passion sport » se traduit par la mise en œuvres d'actions pédagogiques autour de 5 axes directeurs :

- l'enseignement est orienté vers le contexte sportif (ex : étude de produits en marketing, analyse d'événementiels sportifs en communication, etc.).

- Chaque classe est parrainée par un professionnel du monde du sport (ex : Pierre Le Duff, PDG de Super Sport en 2007, Frédérique Prud'homme, ex-internationale de Basket en 2009, etc.).

- Le travail avec de nombreux partenaires (une quinzaine environ) permettant aux élèves de Première de participer à la mise en place d'événementiels : Marathon du Mont Saint-Michel, Cross UGSEL, Nuits du Sport à Rennes, Triathlon de Cesson-Sévigné, Tour de Bretagne cycliste…En classe de terminale, Super Sport est un partenaire adapté aux apprentissages du programme de marketing. D'autres partenaires interviennent pour soutenir l'organisation annuelle d'un voyage à Paris afin de visiter de grandes infrastructures sportives (séjour entièrement monté par les élèves jusqu'à la mise en place d'actions pour son financement[688]).

- Les stages en milieu professionnel (associations sportives, entreprises, administrations…). En première, les élèves réalisent une étude-projet pour une association sportive, ce qui leur permet de découvrir le fonctionnement interne de la vie associative (importance du bénévolat notamment). Depuis 2002, 257 stages ont été réalisés (148 en structures

[687] Les enseignants à l'origine de l'initiative sont M.M Cambronne (Professeur de mathématiques), Robert (Professeur d'économie et gestion) et Moreau (Professeur de communication).
[688] Ex : vente de chocolats en partenariat avec Jeff de Brugge en 2008. Chiffre d'affaires des élèves : 38 000 € !

sportives –association, comité, ligue, fédération, collectivité- et 109 en structure commerciale chez Super Sport).

- Les modules spécifiques : journée d'intégration en début d'année pour développer l'esprit d'équipe de la classe, semaine de collecte de financement pour financer le séjour à Paris (ex : visite de Roland Garros ou de l'INSEP), forum des métiers du sport en décembre avec interventions de professionnels pour aider à l'orientation des élèves, missions extérieures pour des associations (réalisation d'affiches, enquêtes…), participation à des manifestations sportives (Open de Rennes, Courir à Chantepie…).

2) Le sport, un catalyseur de partenariats pour ouvrir les élèves, l'équipe enseignante et le lycée sur l'extérieur

Les classes à profil « Passion sport » ont permis au Lycée de tisser un réseau de partenaires externes et donc de renforcer le lien école-milieux professionnels et bénévoles : Super Sport, USGEL 35, Courir à Chantepie, Marathon du Mont Saint-Michel, Open de Rennes, Fédération sportive de la Police Française, Tour de Bretagne cycliste, Sandball Rennes, Ligue de Bretagne de football, Jeff de Bruges, Direction des Sports de la ville de Rennes, Stade Rennais FC, Triathlon de Cesson-Sévigné, Ligue de Bretagne de Basket, de Handball, Trial ACL Bréal, Spi Ouest-France…

3) Exemples d'innovations pédagogiques utilisant le sport comme support d'apprentissage

a) Un travail transdisciplinaire en Première : une étude-projet dans une organisation sportive

Afin de préparer les élèves, dès la classe de première, aux épreuves de spécialités du baccalauréat, les lycéens de la classe « Passion sport » doivent réaliser un stage au sein d'une organisation sportive (association, service sport d'une collectivité territoriale…). Après avoir présenté l'organisation elle-même, les élèves doivent analyser leurs supports de communication puis choisir un projet événementiel et contribuer à le mettre en place dans la structure : organisation du tournoi de fin d'année, d'un match de gala, d'une assemblée générale, d'une fête du club, d'un forum d'associations…

b) Un devoir de droit : l'analyse d'un arrêt de la Cour de cassation en lien avec le domaine sportif

L'organisation et le fonctionnement judiciaire français peuvent être étudiés en analysant une procédure contentieuse ayant trait au domaine sportif. Par exemple, lors d'un devoir de droit donné début 2009 à la classe de première « Passion sport », les élèves devaient répondre à une série de questions à partir d'un arrêt de la Cour de Cassation du 8 avril 2004 statuant sur un contentieux opposant la CPAM de Nantes au club de football professionnel de l'Olympique de Marseille et/ou à l'un de ses joueurs ayant grièvement blessé un joueur du FC Nantes à l'occasion d'un match.

A partir de ce cas pratique, il était demandé aux élèves de définir « la compétence d'attribution » de la juridiction, d'identifier les parties en présence, de présenter le rôle de la Cour de cassation, etc.

C) Bénéfices pour les élèves, pour l'équipe pédagogique et l'établissement

1) Des élèves remotivés et qui réussissent : 83% de succès au Bac

Sauf rare exception, la grande majorité des élèves des classes à profil « Passion sport », alors qu'ils étaient en échec scolaire, retrouvent une confiance en eux-mêmes ainsi qu'une forte motivation pour les études. La ressource pédagogique « sport » redonne du sens aux

enseignements des programmes scolaires. Les stages et missions pratiques sont de réelles situations d'apprentissage de savoir-faire et savoir-être. Ils peuvent contribuer à l'orientation des élèves en les aidant à se projeter vers l'enseignement supérieur, voire de futurs métiers.

Mme Gautier, Chef d'établissement du lycée, souligne la forte dynamique de groupe que l'on trouve dans ces classes dont les élèves sont véritablement « coachés » par l'équipe enseignante selon un management sportif.

Les résultats scolaires sont au rendez-vous puisque la moyenne de réussite au Bac STG des élèves passés par les classes à profil « Passion sport » est de 83 %, soit un taux assez proche de la moyenne académique pour le baccalauréat STG en 2008 qui était de 86,9%[689].

Témoignage de Charlotte, élève de la promotion « Passion sport » de 2005

« J'ai intégré le Lycée Jeanne d'Arc en section Passion sport en septembre 2003, je faisais partie de la deuxième promotion. Je sortais d'une seconde générale qui était un gros échec, je n'avais plus aucune confiance en moi, j'avais des notes inférieures à la moyenne, je ne souhaitais plus aller en classe, mon ancien lycée était très grand, nous étions juste des numéros.

J'avais entendu parler de la section « Passion sport » du Lycée Jeanne d'Arc, aimant le sport et surtout la danse, je suis allée aux portes ouvertes, j'ai alors rencontré M. Cambronne qui m'a convaincue de l'efficacité de la section.

Septembre 2003, j'intègre la section, les professeurs communiquent entre eux, ils connaissent notre prénom, ils s'intéressent à nous, nous considèrent chacun avec notre personnalité et notre parcours. Mes notes grimpent, je reprends confiance en moi, les professeurs croient en moi. Nous menons bon nombre d'actions en rapport avec le sport allant de la comptabilité jusqu'à la pratique du sport.

Ce rapport au sport, qui est notre point fort, nous facilite la tâche, et nous met en valeur ! Aujourd'hui, je suis en BTS Négociation et Relation Client (NRC) avec de bons résultats et une bonne confiance en moi, j'en suis arrivée là grâce à ma première et terminale Passion Sport qui m'a convaincue de mes capacités. Je pense qu'il est nécessaire de reconnaître cette section car elle peut sauver bon nombre d'élèves en échec scolaire, leur passion du sport peut être exploitée. »

Témoignage d'Anne-Laure, élève de la promotion « Passion sport » 2004

« […] Durant cette année de classe de première Passion Sport, j'ai pu mettre en avant mon expérience, ce qui m'a donné confiance en moi. Presque toutes les matières dispensées mettaient en relation des éléments liés au sport. Cela me parlait davantage. Grâce à cette confiance retrouvée, j'ai pu avancer. […] »

2) Une équipe de « profs-coach » mobilisée et soudée

L'équipe enseignante, réunie par la passion du sport, est décrite comme unie et très investie auprès des élèves. Forte d'une réelle « cohésion d'équipe », elle est porteuse d'une parole collective réellement structurante pour les élèves.

Le support sportif est une source d'innovation pédagogique permanente qui aide les élèves à établir des liens concrets entre les programmes scolaires et leur application dans la vie professionnelle ou -s'agissant du sport- bénévole.

Le développement d' « un management sportif » dans la conduite de la classe est apprécié par l'équipe enseignante. Il est un levier pour stimuler la dynamique de groupe des classes. Le « prof-coach » est ainsi la figure emblématique de la classe « Passion sport ».

[689] source : http://phares.ac-rennes.fr/_fichiers_/publiweb/publication/s2ebac/en_ligne/BacTechnodefinitif08.pdf , consulté le 13 février 2010

3) Une image de marque pour l'établissement

Articulé avec son projet d'établissement, cette innovation pédagogique et sa réussite sont une source d'attractivité pour le Lycée qui renforce ainsi son image de marque à l'extérieur, notamment auprès des parents, des élèves et de ses partenaires.

Préconisation « Karta sport-pédagogie »

☞Conseil régional /politique formation et politique sportive – en lien avec le Rectorat : Créer un dispositif « KARTA SPORT-PEDAGOGIE » pour soutenir les projets éducatifs innovants des Lycées utilisant le sport comme ressource pédagogique. Cette action viendrait compléter le dispositif « KARTA SPORT-SANTE (voir première partie du rapport consacrée à la santé)
☞ Conseil régional /politique formation et politique sportive – en lien avec le Rectorat: Favoriser la mutualisation d'expérimentations pédagogiques innovantes utilisant le sport dans les lycées ainsi que la mise en réseau des partenaires.

3.2.2.2. La classe « Aéroplaneur » du Lycée La Mennais de Ploërmel : un vent pédagogique porteur[690]

La classe de Seconde dite « Aéroplaneur » du Lycée La Mennais de Ploërmel est née de la conjugaison, d'une part, d'une volonté sportive de promouvoir la pratique du vol à voile chez les jeunes en Bretagne, d'autre part, de son intérêt éducatif pour les élèves concerné(e)s. Quel est le contexte du vol à voile en Bretagne ? Qu'est-ce qu'une « classe Aéroplaneur » ?

A) Le contexte du vol à voile en Bretagne

1) Le vol à voile : de l'initiation au sport de haut niveau

Selon le Comité régional de vol à voile de Bretagne (CRVVB), ce dernier peut-être défini comme étant « l'art d'utiliser l'énergie contenue dans l'atmosphère pour rester en l'air sans moteur à bord d'un avion planeur ». Il est « à l'aéronautique ce que la voile est à la Marine » et constitue « un sport, une passion, une école de la vie et de la nature ». Plus accessible financièrement que le vol à moteur, il peut-être pratiqué seul dès l'âge de 15 ans.

Témoignage de deux élèves passionnés de la classe « Aéroplaneur » du Lycée La Mennais de Ploërmel

- *Arthur :* « Au départ, ma motivation était la découverte du vol à voile, puis c'est devenu une passion. Voler comme un oiseau, être libre, c'est magnifique ! »

- *Justine :* « On est tous passionnés. En vol, on oublie tout, c'est très épanouissant de voler sans bruit »

Au niveau national, le vol à voile est reconnu comme un sport de haut niveau par le Ministère de la Santé, de la jeunesse et des sports, dont la Fédération Française de vol à voile est le délégataire. Il joue à la fois un rôle éducatif, social et sportif reconnu par l'Etat. Il est également soumis à la tutelle du Ministère des Transports pour la réglementation aérienne, la formation des pilotes et le suivi des planeurs. Tremplin possible vers les métiers de l'aéronautique, il bénéficie d'un soutien public important.

[690] Audition au CESR de Bretagne, le 24 février 2009, de M. Philippe De Pecchy, Président du Comité régional de Vol à Voile en Bretagne ; M. Denis Cosperec, Directeur adjoint du Lycée La Mennais de Ploërmel, M. Arthur Gosse lycéen élève de la première promotion de la « classe aéroplaneur », Melle Justine Roze, lycéenne élève de la « classe aéroplaneur », M. Stéphane Esnault, animateur régional et instructeur planeur.

Le nombre de ses pratiquants en France reste toutefois limité : 12 000 licenciés à l'année, 20 000 licences découverte par an, 160 associations, 750 instructeurs planeurs et 2000 planeurs environ.

2) Le vol à voile en Bretagne

Qu'en est-il du vol à voile en Bretagne ?

Le vol en planeur existe en Bretagne depuis environ 150 ans. En effet, c'est le pionnier Jean-Marie Le Bris, marin breton, qui effectua le premier vol ascensionnel de l'Histoire sur la plage finistérienne de Sainte-Anne la Palud en 1856.

Association loi 1901 fondée en 1984 par Michel Bouet, le Comité régional de vol à voile de Bretagne (CRVVB) représente la Fédération Française de Vol à Voile (FFVV) en région et y fédère les associations pratiquant le vol en planeur. Son objectif est de développer, de défendre et d'encadrer la pratique du Vol à Voile et de représenter cette activité auprès des partenaires régionaux[691].

Aujourd'hui le vol à voile en Bretagne se pratique au sein de deux aéroclubs, sachant que les couloirs aériens accessibles sont assez étroits :

- l'Aéroclub de Rennes Ille-et-Vilaine, basé à Rennes depuis 1934, mais qui sera transféré à Saint-Sulpice des Landes (35) à partir de 2010 ;

- l'association « Les planeurs de Brocéliande », basée à l'aérodrome de Ploërmel-Loyat.

En 2008, le vol à voile comptait 192 licenciés en Bretagne, soit + 54 % en 4 ans. Ces derniers se répartissaient à part égale entre les plus de 25 ans (95) et les moins de 25 ans (97). La croissance des effectifs est tirée par les inscriptions de jeunes et par l'action structurante de l'équipe technique régionale (ETR). Parmi les licenciés, on dénombrait 16 femmes, dont 14 de moins de 25 ans. L'activité planeur sur Rennes et Ploërmel, en forte croissance ces dernières années, s'est traduite par 4375 heures de vol en 2008.

B) La classe Aéroplaneur du lycée La Mennais de Ploërmel

D'où est venue l'idée de créer une classe « Aéroplaneur » au lycée La Mennais de Ploërmel ? En quoi consiste-t-elle ? Quels sont ses apports aux plans éducatif et sportif ?

1) Origine

En 2001, le CRVVB fait un constat alarmant : le club de Ploërmel décline et ne compte plus que deux jeunes de moins de 25 ans. Entre 2002-2006, le vol à voile breton réagit en créant son Equipe technique régionale (ETR) et en embauchant un animateur régional afin d'aider les clubs. Le club de Ploërmel, cherchant à attirer de nouvelles recrues, initie des contacts avec le Lycée d'enseignement général, technologique et professionnel La Mennais à Ploërmel.

Un lien existe déjà entre les sports aériens et les lycées en France, le Brevet d'initiation aéronautique (BIA), diplôme national délivré à l'issue d'une formation théorique en aéronautique de 40 heures et d'une possibilité de pratique en lien avec les aéroclubs. Réservé aux élèves âgés d'au moins 13 ans à la date de l'examen, le BIA facilite l'accès aux bourses du brevet de pilote.

[691] Informations tirées du site du CRVVB, www.planeur-bretagne.fr, consulté le 12 juin 2009

Les 40 h d'enseignements théoriques du Brevet d'initiation aéronautique (BIA) :

- connaissance des aéronefs
- aérodynamique et mécanique du vol
- météorologie
- réglementation, navigation et sécurité des vols
- histoire de l'aéronautique et de l'espace

Le BIA est une avancée importante pour l'accès des jeunes aux connaissances aéronautiques. Le CRVV de Bretagne en présente toutefois trois limites :

- les candidats ne se côtoient pas durant l'année scolaire : il n'y a pas réellement de dynamique de groupe ;
- il n'y a pas de projet pédagogique global associé au programme classique ;
- la pratique en vol est réservée aux jeunes qui osent franchir le pas des aéroclubs.

2) Nature de la classe « Aéroplaneur »

Dans ce contexte, le Comité régional de vol à voile de Bretagne, l'aéroclub de Brocéliande et le Lycée La Mennais de Ploërmel, décident de se lier pour mettre en place, au sein d'une classe de Seconde, une action pédagogique et sportive innovante basée sur la formation au vol à voile d'élèves volontaires baptisée « classe Aéroplaneur ». A la fois théorique et pratique, la formation est couplée à l'option scolaire « Initiation aux sciences de l'ingénieur ». Elle comporte trois modules :

- une formation au BIA (mercredi après-midi)
- une formation théorique de pilote de planeur (mardi après-midi)
- une formation pratique de pilote de planeur (mercredi après-midi en alternance, - un stage d'une semaine et accueil tout au long de l'année dans l'aéroclub

La classe « Aéroplaneur » est qualifiante : l'objectif est d'obtenir, dans l'année scolaire, le brevet de pilote de planeur. Les 16 élèves de la classe Aéroplaneur en 2008/2009, dont 4 filles[692], bénéficient d'actions pédagogiques complémentaires :

- des informations sur les métiers et filières de l'aéronautique avec intervention de professionnels[693] pour aider à l'orientation ;
- des visites de terrain : bases aériennes de Lann-Bihoué (Armée de l'air), Tours, Rochefort…
- des activités pratiques : études de modèles réduits ; entraînement sur simulateur de vol pour se préparer à la navigation.

Au plan financier, une fois déduites les aides des différents partenaires, la participation annuelle des familles est de 200 € environ par élève, sachant qu'en club, une formation de pilote de planeur coûte environ 1000 €[694]. Le budget global de la classe « Aéroplaneur » de Ploërmel, hors bénévolat, était de 7 850 € en 2008/2009.

[692] Au Lycée Jean Brito de Bain de Bretagne : 5 filles sur 6 élèves !
[693] Chaque promotion de la classe est parrainée par des personnalités renommées de l'aéronautique : Jean-Loup Chrétien (Premier spationaute français), Thierry Paris (Cdt de bord Air France sur A 380)
[694] La pratique au treuil électrique diminue les coûts.

Les partenaires financiers de la classe « Aéroplaneur » du Lycée La Mennais de Ploërmel

- Lycée : prise en charge du BIA, mobilisation du corps enseignant pour accompagner les élèves
- Association « Les planeurs de Brocéliande » : bénévolat des instructeurs et du pilote de treuil ; prêt du matériel volant (planeur biplace, treuil…)
- Comité régional de vol à voile : Mise à disposition de l'animateur régional
- Etat (Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports) : CNDS et Plan sport-emploi
- Région Bretagne : aide au matériel (participation de 40 % au financement du premier planeur biplace régional, le « Janus – Région Bretagne »[695])

3) Atouts éducatifs

La classe « Aéroplaneur », greffée sur l'option du « Brevet d'initiation aéronautique », s'inscrit dans le cadre des programmes scolaires officiels de la classe de Seconde générale qui est une classe d'adaptation au lycée et de détermination pour l'orientation des élèves.

Elle s'inscrit dans un projet pédagogique global qui permet de développer les liens avec les autres enseignements de la classe de Seconde et, ipso facto, la motivation à apprendre des élèves : mathématiques (ex : vecteurs…), sciences-physiques (ex : forces, mécanique…), sciences de la vie et de la terre (ex : météo…), sciences de l'ingénieur, anglais (primordial pour les carrières aéronautiques), histoire (ex : histoire de l'aviation) et géographie (ex : navigation, relief, patrimoine naturel, espaces urbains, ruraux, littoraux…)

Elle est aussi une aide à l'orientation[696] scolaire et professionnelle, notamment par les contacts avec des adultes aux parcours professionnels parfois originaux. Par exemple, chaque promotion de la classe est parrainée par des personnalités renommées de l'aéronautique : Jean-Loup Chrétien (Premier spationaute français), Thierry Paris (Cdt de bord Air France sur A 380). A côté, en côtoyant aussi les acteurs quotidiens et locaux de l'aéronautique, souvent dans l'ombre, les élèves prennent conscience que pour parvenir aux métiers de leurs rêves, il n'y a pas que la voie royale des grandes écoles… Commencer par le vol à voile permet ainsi d'acquérir des comportements et réflexes de pilotage qui sont reconnus comme un plus dans le métier de pilote d'avion à moteur. Réussir en passant par la « petite porte » donne souvent également une détermination à toute épreuve pour la suite de la carrière professionnelle…

La rigueur, la concentration, les règles de sécurité, le fort engagement personnel qu'exige le vol à voile font de celui-ci un excellent lieu d'apprentissage des responsabilités et un accélérateur de maturité (ex : premier lâcher en vol solo).

Enfin, la classe « Aéroplaneur » stimule la dynamique de groupe d'élèves réunis par une même passion. Elle favorise les liens affinitaires et amicaux entre élèves : « le club devient leur club[697] ».

4) Impact sportif

Le vol à voile n'est pas qu'une éducation par le sport, il est aussi … un sport en soi. Le premier effet sportif de la classe Aéroplaneur a été d'augmenter le nombre de jeunes pratiquants licenciés en Bretagne, alors que celui-ci était en chute libre. Philippe de Péchy, Président du CRVVB, n'hésite pas à dire que « la classe Aéroplaneur est la cause principale du renouveau du vol à voile en Bretagne ».

[695] Politique sportive du Conseil régional – Le planeur « Janus » a été inauguré en avril 2008 en présence de Daniel Gilles, VP au CR en charge de la politique sportive et M. Joël Danielou, Directeur des sports
[696] Exemples de débouchés régionaux : BTS aéro à Morlaix, armée de l'air
[697] Stéphane ESNAULT, audition CESR 24/02/2009

Même si tous les élèves de la classe « Aéroplaneur » ne s'intéressent pas à la dimension sportive du vol à voile, y voyant davantage un « loisir » (sport pour tous), elle n'en constitue pas moins, pour le CRVVB, une pépinière de talents. En effet, le vol à voile, ce sont aussi des championnats, des compétitions de haut niveau qui cultivent la performance sportive pour aller plus haut, plus vite et plus loin.

Arthur : élève de la classe « Aéroplaneur »,
« Espoir fédéral », élu au Comité régional de vol à voile

En 2007/2008, Arthur fait partie de la première promotion de la classe « Aéroplaneur ». En 2008, il effectue sont premier vol en planeur et, dès le mois de mai, son premier vol en solo. Pendant l'été, il obtient son brevet de pilote et participe à deux championnats. En 2009, élève de Première Sciences et techniques de l'ingénieur (STI), il devient Espoir fédéral vol à voile. Fortement impliqué, donnant de son temps bénévolement, il est élu au conseil d'administration du Comité régional de vol à voile de Bretagne[698].

5) Une coopération exemplaire entre le mouvement sportif et le milieu scolaire

La classe « Aéroplaneur » illustre les multiples bénéfices, encore largement inexploités, d'une bonne coopération entre le mouvement sportif et le milieu scolaire. Le sport, en complément de l'éducation physique et sportive, peut en effet constituer une extraordinaire ressource éducative et pédagogique auprès des élèves. Facilitateur d'apprentissage, levier de motivation et de maturation, aide à l'orientation des élèves, facteur d'ouverture et d'attractivité pour l'établissement scolaire, le partenariat école-mouvement sportif ouvre de vastes horizons éducatifs.

Pionnière au niveau national, la classe «Aéroplaneur » fait des émules. Le Lycée Jean Brito de Bain-de-Bretagne, situé à proximité de la future plate-forme de vol à voile de l'Aéroclub de Rennes, prévoit d'ouvrir, dès la rentrée 2009/2010, une classe « Aéroplaneur », de même que le Lycée Saint-Vincent de Rennes. Un lycée de Manosque, en Provence, s'est également engagé dans une action similaire.

Lors de son audition, Philippe de Pechy, Président du CRVVB, a présenté les clés du succès de l'action[699] :

- la forte mobilisation du lycée, de sa direction et de ses professeurs ;
- la proximité géographique d'un aérodrome planeur (15km), sa capacité d'accueil et l'utilisation économique du lancement par treuil ;
- la présence d'un animateur régional du CRVVB ;
- l'engagement bénévole des acteurs (jeunes, aéroclub, CRVVB, enseignants…) ;
- la communication permettant de faire connaître une discipline sportive, le vol à voile, encore trop souvent confidentielle.

3.3. Promouvoir l'éducation par le sport par un rapprochement des politiques sectorielles du Conseil régional, notamment celles relatives au « sport », à la « formation », à « santé » et à l'« égalité femmes-hommes »

Dans la première partie du rapport a déjà été souligné l'intérêt d'un plus grand rapprochement entre les politiques sectorielles sport, santé et égalité du Conseil régional. Une transversalité renforcée entre celles-ci et la politique sectorielle formation apparaît également comme un enjeu important.

[698] Audition CESR du 24 février 2009.
[699] Audition CESR du 24 février 2009.

Nous l'avons vu, *l'éducation physique et sportive*, le sport scolaire et universitaire, comme leurs prolongements, participent à la formation initiale et au bien-être des élèves, de l'école maternelle à l'enseignement supérieur, en passant par le collège et le lycée. D'une manière plus générale, *le sport*, lorsqu'il est fondé sur une éthique citoyenne et développé sur la base d'un projet éducatif et d'une culture humaniste, peut constituer un puissant vecteur d'éducation et de formation tout au long de la vie, qu'il soit pratiqué à l'école, à côté de l'école ou à l'extérieur de l'école.

Sa « fonction éducative » est aujourd'hui reconnue au plus haut niveau international (Nations Unies, Conseil de l'Europe…) et, depuis peu, par l'Union européenne. En France, le législateur reconnaît que « *les activités physiques et sportives*[700] constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale » et qu' « elles contribuent notamment à la lutte contre l'échec scolaire et à la réduction des inégalités sociales et culturelles, ainsi qu'à la santé ». [701]

Education physique et sportive, sport, activités physiques et sportives, etc., si chaque notion a ses spécificités, l'essentiel est bien que leurs acteurs, aussi divers soient-ils, soient des « passeurs de valeurs »[702] dont l'action est structurée par une éthique du développement de la personne et du citoyen, ne sacrifiant jamais son intégrité et son bien-être à la seule recherche de la performance[703] et du résultat à tout prix. Lorsque la « liberté d'excès[704] » et de dépassement de soi s'inscrit dans une recherche équilibrée d' « accomplissement de soi »[705], de respect de soi, des autres et de l'environnement, alors, quels que soient ses acteurs et ses expressions, on peut parler de processus de « civilisation[706] » et d'*éducation par le sport.*

La Région Bretagne, dont la compétence « formation » est centrale, pourrait rechercher à développer davantage de liens entre ses politiques sectorielles « formation »,« sport », « santé », « égalité », etc., dans une logique de promotion de l'éducation par le sport, à l'école comme à l'extérieur.

3.3.1. La stratégie régionale emploi formation repose sur le développement du capital humain et de la cohésion sociale de la Bretagne

3.3.1.1. « La plus grande richesse de la Bretagne est dans ses compétences humaines »

Le Conseil régional de Bretagne, lors de l'adoption de sa stratégie régionale emploi-formation (SREF) 2006-2010, était assez proche de cette philosophie éducative lorsqu'il déclarait, en préambule de son document, que *« la plus grande richesse de la Bretagne est dans ses compétences humaines*[707] *»* en précisant plus loin : *« Si la mondialisation de l'économie impose partout le critère de compétitivité, nous avons, en Bretagne, la conviction que la vraie compétitivité qui garantit un développement durable, est celle qu'offrent les compétences humaines, que le vrai facteur de la performance est celui du capital humain et de la cohésion sociale*[708] *»*.

[700] NDLR, nous mettons en italique
[701] Code du sport, article L 100-1
[702] Audition de Philippe Perron, Président fondateur de l'association l'Enfance de l'art, au CESR, le 28 juillet 2009
[703] Alain Ehrenberg, « Le culte de la performance », 1991
[704] Expression de Pierre de Coubertin – Audition de Jean Durry
[705] Isabelle Quéval, « S'accomplir ou se dépasser, essai sur le sport contemporain », Gallimard, 2004
[706] Norbert Elias, E. Dunning, « Sport et civilisation »
[707] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, introduction, p 8
[708] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, introduction, p 8

L'élaboration de la SREF s'est appuyée sur une « concertation inédite par son ampleur », faisant d'emblée de la gouvernance éducative régionale un enjeu central, y compris dans la mise en œuvre des actions découlant de la SREF[709].

3.3.1.2. Le schéma régional des collèges et lycées : un effort de gouvernance régionale pour une approche qualitative de la performance éducative

Par exemple, pour ce qui concerne l'élaboration du « Schéma prévisionnel des formations des collèges et des lycées » dont elle a la responsabilité[710], la Région a engagé une concertation étroite avec les Conseils généraux et l'Etat.

En mobilisant la communauté éducative régionale, en recherchant à mettre en cohérence la formation initiale des élèves dans une logique de continuité pédagogique des parcours scolaires dans l'enseignement secondaire (collège et lycée), la Région, avec ses partenaires, entend promouvoir la réussite de tous par une approche à la fois quantitative *et qualitative* : *« Il apparaît aujourd'hui, eu égard à la volonté partagée de donner des chances à chacun, de ne pas seulement rechercher un objectif quantitatif (plus de qualification, plus de bacheliers, plus de diplômés de l'enseignement supérieur), mais aussi un objectif qualitatif. Dès lors, dans ce que doit apporter l'école à l'ensemble de la société, il importe de prendre en considération non seulement les bénéfices d'ordre économique mais aussi les bénéfices sociaux : meilleure intégration sociale, civisme renforcé, bien être accru. Le plan de développement de l'enseignement secondaire veut répondre à ces enjeux fondamentaux pour maintenir la performance éducative de la Bretagne[711] »*.

En pratique, cette approche qualitative de la réussite éducative, se traduit par une attention accrue aux « élèves en difficulté[712] », en particulier un encouragement aux *« pédagogies innovantes[713], afin de respecter les rythmes d'apprentissage de chacun et de réduire les inégalités sociales de départ[714] ».* Il est aussi prévu de « soutenir et développer l'éducation artistique et sportive, l'accès à la culture scientifique et technique, qui contribuent efficacement à la formation de l'individu et participent à la remédiation et à la lutte contre l'échec scolaire[715]. »

Un peu plus loin[716], le schéma prévoit de soutenir les actions et initiatives contribuant à *« l'apprentissage de la citoyenneté »*, ce afin de *« favoriser le développement de « l'autonomie et la responsabilisation des élèves ».* Pour ce faire quatre pistes d'action dont celle de « soutenir les activités favorisant l'ouverture d'esprit, l'éducation à la santé, la culture de l'égalité, l'autonomie et la responsabilisation des élèves[717]. », étant précisé que « la Région Bretagne mobilisera la Charte KARTA Bretagne à cet effet [718]» dans les lycées (voir point suivant 4.3.2).

S'agissant d'un schéma concernant aussi les collèges, il est enfin prévu que la Région puisse « éventuellement » s'associer aux Départements pour soutenir des projets et actions relevant de l'apprentissage de la citoyenneté. Mais alors que la volonté de « soutenir et développer l'éducation artistique *et sportive* » est affirmée, on peut s'étonner que le schéma

[709] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, p 10
[710] Code de l'éducation, article L 214-1
[711] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, encadré par 30 « Schéma des collèges et des lycées »
[712] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, « Schéma des collèges et des lycées », p 32
[713] NDLR : nous mettons en gras
[714] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, « Schéma des collèges et des lycées », p 32
[715] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, « Schéma des collèges et des lycées », p 32. NDLR : nous mettons en gras
[716] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, « Schéma des collèges et des lycées », fiche action n° 2, p 33
[717] NDLR : Nous mettons en gras
[718] NDLR : Nous mettons en gras

n'évoque plus l'éducation sportive lorsqu'il prévoit que *« la Région, les Départements et l'Etat engageront une réflexion qui prendra en compte les enseignements artistiques proprement dits et les activités éducatives sur le champ culturel*[719] *»*. A moins, comme nous le soutenons dans ce rapport, que le sport soit implicitement considéré comme une « activité éducative » relevant du «champ culturel».

3.3.1.3. La fonction sociale et éducative du sport répond en grande partie aux objectifs de la SREF

Compte tenu de l'importance de la fonction éducative et sociale de l'éducation physique et du sport dans la formation initiale des élèves, il serait sans doute souhaitable, lors de la prochaine révision de la SREF, que celle-ci comporte un volet plus explicite sur l'éducation par le sport. Intégré à la SREF en lien avec la politique sportive du Conseil régional, ce volet serait élaboré selon les modalités de concertation déjà suivies pour la SREF 2006-2010, en y associant le mouvement sportif, c'est-à-dire le CROS Bretagne (lycées) et les CDOS (collèges). Il serait souhaitable d'y associer également une représentation des enseignants d'EPS ainsi que les fédérations des associations de sport scolaire (UNSS Bretagne, UGSEL Bretagne), ainsi que des offices municipaux des sports (OMS) et des professionnels de la santé scolaire.

La réflexion prévue dans la SREF 2006-2010[720] sur les enseignements artistiques et les activités éducatives, pourrait aussi être étendue expressément à l'éducation par le sport.

3.3.2. Pour la création d'un « KARTA SPORT-PEDAGOGIE » et d'un « KARTA SPORT-SANTE »

La Région Bretagne, nous l'avons vu, ne se contente pas de construire et rénover les murs des lycées et des gymnases destinés à l'EPS (Programme pluriannuel d'investissement- PPI) indépendamment du contexte éducatif et des conditions de vie et de travail de ceux qui y vivent (élèves, enseignants, personnels techniques, etc.), ce qui n'aurait pas de sens du point de vue de l'intérêt général. Au sein même de ses compétences obligatoires dans le champ de la formation, elle développe aussi des programmes volontaristes de soutien aux projets éducatifs innovants et agit pour l'amélioration des conditions de vie des lycéens, y compris dans le champ de la santé au sens de l'OMS[721], c'est-à-dire pour favoriser leur bien-être physique, psychologique et social.[722].

En accord avec le Rectorat et les chefs d'établissements scolaires, même si les programmes scolaires et les enseignements ne relèvent pas de sa compétence mais de celle de l'Etat, elle intervient néanmoins dans le champ de l'innovation pédagogique sur des thématiques prioritaires qu'elles considèrent comme étant d'intérêt régional pour favoriser la réussite scolaire, la citoyenneté, le bien-être personnel et social des lycéens en Bretagne.

A noter, qu'en créant un Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, elle fait participer les jeunes à la vie démocratique et aux politiques régionales les concernant.

C'est dans cette perspective éducative tracée par la SREF qu'a été mis en place, depuis la rentrée 2005, le dispositif KARTA Bretagne.

[719] Région Bretagne, SREF 2006-2010, juin 2006, « Schéma des collèges et des lycées », p 32
[720] SREF 2006-2010, p 32
[721] Organisation mondiale de la santé
[722] ex : prévention du suicide et des conduites addictives en lien avec sa politique sectorielle « santé publique »

3.3.3. La charte « KARTA Bretagne » : un dispositif contractuel pour accompagner les projets d'établissement des lycées et certaines actions pédagogiques innovantes

Depuis la rentrée 2005, « la Région Bretagne et les autorités académiques[723] proposent à l'ensemble des lycées publics et privés bretons qui le souhaitent de signer un contrat basé sur une charte (Karta en breton). Dans ce contrat, d'une durée de 2 ou 3 ans, les lycées peuvent inscrire des actions prévues par leur projet d'établissement et qui nécessitent un accompagnement particulier [724]».

Peuvent être financées des actions éducatives impliquant les élèves et l'ensemble de la communauté éducative autour de quatre axes thématiques :

- santé et qualité de vie ;
- développement durable et agenda 21 ;
- ouverture des jeunes au monde ;
- éducation artistique et sensibilisation à l'art, à la culture, aux sciences et techniques.

L'aide régionale est limitée à 4000 € par action et par année scolaire. Pour chacune des 4 thématiques sont prévus des critères spécifiques d'éligibilité, mais il existe aussi des critères communs aux quatre :

- l'implication et le cheminement des élèves ;
- la transversalité et le travail en équipe ;
- les perspectives de développement de l'action ;
- la réalisation d'actions grâce à la mutualisation entre établissements, au partenariat local ;
- une attention particulière au public concerné (filière professionnelle, élèves en difficulté scolaire…) et sur les projets valorisant l'égalité filles-garçons.

L'ensemble de ces critères laisserait penser, a priori, que de nombreux projets pédagogiques d'éducation par le sport, en lien avec l'EPS ou non, pourraient être aidés par la Région. Par exemple, la promotion de l'activité physique et sportive des adolescentes et adolescents est aujourd'hui reconnue comme un enjeu de santé publique.

Pourtant, lorsque le sport est mentionné dans la Charte, c'est pour annoncer qu'il est exclu du champ d'éligibilité de Karta. Ainsi sont exclus « les événements sportifs » ainsi que les « projets qui se réduiraient à participer à une manifestation organisée par ailleurs (compétition sportive, concours, rallye…) ou déjà subventionnée par le Conseil régional (…). Sont aussi exclues, les « dépenses liées directement aux enseignements obligatoires ou facultatifs », et ipso facto, même si elle n'est pas mentionnée, l'EPS. Quant aux associations sportives scolaires, il est vrai qu'elles sont déjà subventionnées en fonctionnement par le Conseil régional.

Mais en n'intégrant pas les projets pédagogiques innovants en lien avec l'éducation par le sport qui, nous l'avons vu, sont transdisciplinaires et s'inscrivent parfaitement dans la philosophie et les objectifs généraux de la Charte, la Région Bretagne ne se prive-t-elle pas d'un champ d'innovation pédagogique et éducatif important pour la réussite, l'intégration et la santé des lycéennes et lycéens ?

[723] Le Rectorat d'Académie de Rennes pour les lycées d'enseignement général, technologique et professionnel, la Direction régionale de l'Agriculture et de la Forêt pour les lycées agricoles, la Direction régionale des affaires maritimes pour les lycées maritimes.
[724] Région Bretagne, Karta Bretagne, « Les modalités du dispositif », juillet 2007.

3.3.4. Préconisation du CESR : créer un « KARTA-SPORT-PEDAGOGIE » comportant une charte éthique

Déjà très intéressant, il semble donc au CESR, comme l'ont suggéré des chefs d'établissement auditionnés, que le dispositif contractuel Karta pourrait être utilement complété en y intégrant, au même titre que l'éducation artistique et en cohérence avec la SREF, un axe thématique concernant l'innovation pédagogique dans le champ de l'éducation par le sport.

Le « sport » dont il est ici question est celui qui repose sur une éthique et contribue à l'apprentissage de la citoyenneté et à la promotion de la santé[725]. Tout dispositif « Karta sport » devrait donc conditionner son soutien au respect d'une charte d'éthique sportive garante de la qualité éducative des activités physiques, sportives ou artistiques concernées. Cette charte d'éthique sportive serait à élaborer en amont avec toutes les parties prenantes concernées, notamment les enseignants d'EPS, le mouvement sportif[726] et des professionnels de la santé scolaire[727] et de la médecine du sport.

Ce KARTA-SPORT pourrait avoir deux volets « KARTA-SPORT-SANTE » (voir première partie du rapport) et « KARTA-SPORT-PEDAGOGIE ».

[725] Voir point 1. ci-avant (début du chapitre 1)
[726] Voir notamment les travaux de l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play rattaché au Comité national olympique et sportif français.
[727] En s'appuyant sur les travaux de l'INSERM et sur le rapport de Jean-François Toussaint

Chapitre 4

L’éducation par le sport en dehors de l’école : une réalité plurielle au cœur des territoires

1. L'éducation par le sport elle plurielle et se pratique tout au long de la vie .. 408
1.1. En Bretagne, au cœur des territoires, l'éducation par le sport est plurielle.....408
1.1.1. Le rugby, une « école de la vie » 408
1.1.2. Sports et jeux traditionnels : une ouverture éducative à la dynamique culturelle bretonne 419
1.1.3. Le « Rando-challenge® scolaire et environnement » au Pays de vitré : une coopération exemplaire entre l'école et le mouvement sportif.....422
1.1.4. Le nautisme en Bretagne : « éduquer l'homme par la mer » 425
1.1.5. Le sport comme éducation à la citoyenneté, ouverture internationale et dialogue interculturel 426
1.1.6. Le sport comme éducation populaire dans les quartiers : exemple du Club omnisports de Lorient 429
1.1.7. La compétition sportive peut être éducative et formatrice, y compris dans le haut niveau : réflexions, témoignages et exemples.....431
1.2. L'éducation par le sport : une formation tout au long de la vie 446
1.2.1. Le Pôle France «Finistère- course au large » : au-delà de la performance sportive, l'ambition de former des « chefs de projet course au large ».....446
1.2.2. Le bénévolat sportif : une formation tout au long de la vie …à faire valider 448

Introduction du chapitre 4 : La co-éducation par le sport

Après avoir développé la contribution de l'éducation physique et du sport à l'école et à côté de l'école, nous souhaiterions ici revenir sur cette idée déjà énoncée que « nul n'a le monopole de l'éducation par le sport », que celle-ci, même si chaque acteur a ses spécificités et sa culture, est plurielle : elle est une co-éducation.

La grande diversité et la richesse des actions d'éducation par le sport repérées par le CESR de Bretagne au cours de son étude et de son enquête territoriale en témoignent, et encore cette liste est-elle infinitésimale si l'on considère les milliers d'actions locales d'éducation par le sport qui ont lieu, sans écho médiatique, chaque jour, chaque soir, chaque week-end dans toute la région Bretagne, comme ailleurs en France et dans le monde.

Comme nous l'avons déjà signalé, la fonction éducative du sport est souvent déclamée, plus rarement argumentée ou illustrée. Après avoir dans un premier temps procédé à de nombreuses auditions générales sur le sport, il est apparu indispensable aux membres de la commission « Qualité de vie, culture et solidarités », à qui la réalisation de cette étude a été confiée, d'aller sur le terrain : l'éducation par le sport existe, nous l'avons rencontrée !

Le présent rapport ne pourra entièrement rendre compte de leur diversité, de leur richesse et de leur complexité, toutefois, à ce stade, il nous semble important d'illustrer notre propos sur l'éducation par le sport par la présentation de quelques actions locales et témoignages exemplaires qui, comme bien d'autres en Bretagne, contribuent au développement personnel et social des enfants et adolescents.

Si la plupart des actions et témoignages présentés ci-après concernent la jeunesse, d'autres impliquent aussi des adultes pour qui les activités physiques et sportives pratiquées représentent une forme d'éducation permanente, de formation ou d'autoformation, tout au long de la vie. Nous le verrons par exemple avec une action locale de gymnastique intergénérationnelle mais aussi, d'une manière plus générale, avec la formation acquise, de fait, par l'expérience des adultes bénévoles qui s'engagent dans les associations sportives et qui mériterait d'être mieux reconnue.

Enfin, il faut garder à l'esprit le fait que de nombreux pratiquants ou encadrants d'activités physiques et sportives font de l'éducation par le sport au quotidien, sur le terrain, avec passion et modestie, comme Monsieur Jourdain faisait de la prose, c'est-à-dire, sans nécessairement en avoir conscience. En paraphrasant Molière[728], il y a bien des bénévoles agissant dans l'ombre des clubs sportifs qui pourraient un jour déclarer : « Par ma foi ! Il y a plus de quarante ans que je fais de l'éducation par le sport sans que j'en susse rien, et je vous suis le plus obligé du monde de m'avoir appris cela. » ! Ainsi, la portée éducative de l'activité est souvent une externalité positive implicite du sport *pratiqué pour lui-même*, qu'il soit de loisirs et/ou de compétition.

Voici donc quelques exemples d'actions locales en Bretagne qui illustrent le fait que l'éducation par le sport, qu'elle soit formelle ou informelle, est une réalité plurielle et se pratique tout au long de la vie.

[728] Molière, Le Bourgeois gentilhomme, acte II, scène 5, M. Jourdain : *« Par ma foi ! Il y a plus de quarante ans que je dis de la prose sans que j'en susse rien, et je vous suis le plus obligé du monde de m'avoir appris cela. »*

1. L'éducation par le sport elle plurielle et se pratique tout au long de la vie

1.1. En Bretagne, au cœur des territoires, l'éducation par le sport est plurielle

Qu'il soit pratiqué en milieu ordinaire ou auprès de publics issus de milieux défavorisés, le sport peut être un formidable levier d'éducation et de socialisation lorsque ses encadrants, y compris les parents, sont aussi conscients de leur responsabilité de « passeurs de valeurs[729] » humanistes et citoyennes, dans un esprit d'éducation populaire[730].

Au-delà de sa contribution au développement et à l'épanouissement des qualités personnelles et sociales, le sport, pratiqué dans un esprit éducatif, peut aussi contribuer à prévenir certains comportements violents, qu'ils soient dirigés contre autrui ou contre soi-même[731]. Ainsi, comme l'a souligné Patrice Beaux, Conseiller technique à la DRDJS Bretagne, lors de son audition : *« Dans le domaine du sport, si on ne coupe pas le lien entre geste technique et éducation, on peut remettre le jeune sur le chemin d'un développement positif[732] ».* Pour reprendre l'expression de ce dernier, l'éducateur sportif peut-être un *« tuteur de résilience ».*

De l'enquête du CESR de Bretagne, il ressort clairement que l'éducation par le sport se conjugue au pluriel dans tous les territoires. Comme l'illustrent les quelques exemples qui suivent, ses lieux, ses temps, ses acteurs, ses actions sont d'une grande diversité. Pourtant, tous ont en commun de relier projet éducatif et projet sportif dans l'intérêt du développement durable de la personne et du citoyen.

1.1.1. Le rugby, une « école de la vie »

Le « rugby, école de la vie », la formule promotionnelle de la Fédération Française de Rugby se traduit, en Bretagne, par de multiples actions de terrain d'éducation, de socialisation, voire d'insertion par le sport, les trois étant souvent étroitement liées. En voici quelques exemples à partir de celles développées par trois clubs bretons et un comité départemental de rugby : le Rennes Etudiants Club (REC) Rugby ; le Brest Universitaire Club (BUC) Rugby ; le Rugby Club de Vannes (RC Vannes) et le Comité départemental de Rugby du Morbihan (CDR 56 - Ecole d'aventure).

Outre leur présentation, sont aussi exposés certains enseignements pouvant en être tirés sur la base de l'expérience et des réflexions relatées par leurs acteurs lors de leur audition.

1.1.1.1. Le REC Rugby : éducation non formelle pour tous

Le Rennes Etudiants Club Rugby (REC) est un club qui, au-delà de sa vocation sportive, développe de nombreuses actions socioéducatives de proximité. Arnaud Mennesson, éducateur sportif responsable de l'encadrement du « Pôle jeune et développement rugby », observe que la pratique sportive encadrée contribue à « l'éducation non formelle » du

[729] Audition de Philippe Péron, fondateur de l'association l'Enfance de l'Art, au CESR de Bretagne, le 28 juillet 2009 : « Le jeune doit être « équipé » par le club sur deux plans : celui du geste physique ou technique (entrainement) et celui du geste moral ou mental (apprentissage). Au geste physique s'ajoute donc le geste moral ou mental indispensable (le sens des choses) ».
[730] Audition Joël Courtet, COL + Patrice Beaux, DRDJS
[731] Audition de Patrice Beaux, CESR, le 24 mars 2009
[732] Audition de Patrice Beaux, CESR, le 24 mars 2009

pratiquant en développant chez lui des qualités et capacités transférables à l'extérieur du club, comme par exemple en milieux scolaire ou professionnel. Pour cultiver ces compétences transférables, l'encadrement de la pratique sportive doit être de qualité et, pour cela, formé.

A) Le REC Rugby et ses actions socioéducatives ou le sport citoyen

A côté de ses actions sportives classiques liées à la compétition et aux obligations fédérales[733], le REC développe de nombreuses actions socioéducatives de proximité, souvent innovantes, qui lui font dire que « le développement personnel des jeunes, la formation, la citoyenneté, l'éducation, ne sont pas que des mots mais des actes concrets dans le quotidien de notre association. »

1) Les actions « Balle ovale »

Il s'agit de l'ensemble des actions sociales, éducatives, évènementielles et de proximité organisées par le club avec ses partenaires socioéducatifs[734] locaux : animations scolaires et périscolaires, animations en structures de quartier et de proximité, accueil adapté et rugby fauteuil, animations évènementielles[735]… Ces activités sportives et socioculturelles s'inscrivent dans un projet d'éducation populaire favorisant l'accès de tous au sport. Par exemple, l'action « Caravane du sport » en proposant, sur place, au cœur de quartiers défavorisés, des activités multisports attrayantes, permet de faire pratiquer des jeunes souvent « invisibles » dans les clubs sportifs. L'ensemble des actions menées contribue à la socialisation et au développement personnel des jeunes.

2) « Un club, un autiste » : le REC, pionnier et référence nationale pour l'accueil d'enfants autistes en club sportif ordinaire

Il s'agit d'une opération nationale soutenue par l'UNAPEI, la Fondation du sport et la Fédération française de sport adapté et pour laquelle le REC rugby est à la fois pionnier et référent. Initiée en 2005 avec l'accueil du petit Léo, 5 ans, elle concerne aujourd'hui 6 enfants âgés de 8 à 13 ans qui, chaque semaine, sont accueillis par une équipe de 4 animateurs sensibilisés au handicap[736]. Les enfants sont également associés à de nombreux évènements sportifs (ex : coupe du monde de rugby en 2007).

B) La pratique sportive encadrée favorise le développement de compétences transférables

Ce point développé par Arnaud Mennesson lors de son audition résulte de ses travaux de recherche, d'observations et de son expérience personnelle d'éducateur sportif. Sa réflexion qui porte sur l'éducation non formelle par le sport est aiguillonnée par le questionnement suivant : Comment et pourquoi la pratique du sport encadré, en développant certaines capacités individuelles, peut-elle avoir des effets bénéfiques à l'extérieur du milieu sportif, par exemple au niveau scolaire ou en milieu professionnel ?

Arnaud Mennesson établit des liens entre ce qu'il appelle « l'entrainabilité » sportive, « l'instructibilité » scolaire et « l'employabilité » professionnelle, c'est-à-dire les capacités individuelles à s'entraîner, s'instruire ou travailler.

---

[733] Ecole de Rugby des 5-14 ans ; pôle jeune des 15-18 ans ; seniors pour les + de 19 ans ; formation à l'encadrement…

[734] Partenariat : Direction des Sports de la ville de Rennes, UFOLEP, Cercle Paul Bert, Cadets de Bretagne, Office des sports de Rennes, MJC, Mairies et Maisons de quartier, associations d'insertion (Prisme, APARTH, Centre d'Education Citoyenne et Loisir de la Police Nationale, Centre Régional Information Jeunesse…)

[735] Exemples d'animations évènementielles : Pop and Sports (IEP Rennes), Nuit du sport (rugby fauteuil, APARTH), Quartiers d'été (CRIJ), Caravanne du sport (REC, UFOLEP, CBP), Beach Rugby (REC), Vital Sport (Décathlon)…

[736] au niveau national, cette opération concernait 65 enfants.

Après avoir mené, sur la base de jeux, différentes expériences comportementales auprès d'élèves de plusieurs classes de l'enseignement primaire, en distinguant ceux qui ont une pratique régulière d'activités sportives ou socioculturelles à l'extérieur et ceux qui n'en ont pas, il arrive aux conclusions suivantes :

- L'apprentissage non formel par les activités sportives encadrées a un impact économique et social réel. En mobilisant les ressources des individus (physiques, mentales, intellectuelles, culturelles, éducatives, cognitives, etc.), il tend à développer, chez les pratiquants, des capacités à combattre, respecter, produire, savoir, coopérer et soutenir[737]. Ces capacités, apprentissages, qualités ou compétences individuelles et sociales sont, selon lui, transférables dans des environnements différents (sport, école, travail…). Le tableau de synthèse ci-après explicite certains apports de l'éducation non formelle par le sport, étant précisé par son auteur que des activités culturelles ou artistiques (danse, musique, théâtre…) peuvent aussi développer ces mêmes apprentissages.

- Les capacités d'apprentissage et relationnelles facilitent l'épanouissement personnel et professionnel de l'individu.

- Les qualités physiques acquises par la pratique sportive améliorent la santé générale.

[737] Dans ses travaux de recherche, Arnaud Mennesson, fait le lien entre ses 6 domaines et la « pyramide de Maslow » qui assemblée, sous forme d'hexagone, permet de « profiler » les individus en fonction de leurs aptitudes dans ces 6 domaines.

Sport, éducation non-formelle et apprentissages transférables dans différents environnements - Exemples

Education non formelle	Apprentissages transférables	Ecole	Travail	Sport
Combattre	Lutter avec tous ses moyens contre un ou plusieurs adversaires. Mener un combat contre ou pour une cause, c'est s'opposer à ou lutter en faveur de, c'est affronter les éléments externes et internes (fatigue, répétition, pression, environnement, douleur, climat…). Développer la capacité de résilience.	La pression lors d'un devoir surveillé ou d'un examen.	La pression liée au chiffre d'affaires ou à la concurrence ou une inspection.	La pression liée à la compétition, l'enjeu ou le regard des supporters.
Respecter	Ne pas porter atteinte à une chose établie, un droit, un code, une loi, ne pas déroger à une règle, à ce qu'il convient de faire. Respecter les prérogatives, les volontés de quelqu'un ; respecter les libertés. Avoir de la considération pour une valeur intellectuelle, un idéal. Avoir pour principe de considérer, d'estimer les personnes appartenant à un groupe.	Le règlement de la classe et de l'école.	le règlement interne et le code du travail.	les règles de vie et les règles du jeu.
Produire	Capacité de faire ou d'expertise. Créer, composer, répéter ou diffuser une œuvre, une action, un mouvement, un produit. Faire exister une chose grâce à une ou plusieurs actions.	Ecrire une ligne ou quatre pages sans faute. Apprendre un texte et le restituer.	Comprendre une commande, respecter des procédures et fabriquer un produit.	Effectuer un geste technique et pouvoir le restituer dans toutes les conditions.
Savoir	Connaître de façon rationnelle en ayant dans l'esprit un système notionnelle et psychologique. Le savoir, qui s'oppose à l'ignorance, permet d'appréhender la science par l'esprit, l'instinct, la mémoire ou un acte cognitif.	Une leçon, des théorèmes et faire des exercices pour apprendre davantage	Ensemble des connaissances qui me permettent d'exercer et d'acquérir de nouvelles compétences.	Ensemble des connaissances sur le jeu, les règles, les codes, l'adversaire… qui me permet de jouer et d'acquérir de nouvelles capacités.
Coopérer	Agir conjointement en vue de concourir à une œuvre ou à une action commune. C'est avoir l'esprit d'équipe, de communauté, dans un contexte favorable et dans un but de réalisation ou de production	Avec mes camarades pour la réalisation d'un exposé ou d'un spectacle	Avec tous les corps de métier pour la construction d'un ouvrage d'art	Faire une mêlée, jouer en équipe, collectif…

Soutenir	C'est agir de façon généralement réversible par solidarité, dans un contexte ou une situation peu favorable ou qui nécessite de l'aide. Le soutien en sport est souvent synonyme de coresponsabilité et d'une exigence réciproque.	Lors d'une punition ou lorsqu'un élève est absent, on lui prend ses devoirs.	Lors d'une crise financière ou la perte d'un contrat	Après une défaite ou sur le terrain lorsque le combat est rude ou qu'un partenaire est isolé

Source : Arnaud Mennesson, Audition au CESR de Bretagne du 24 février 2009

C) L'éducation non formelle par le sport suppose un encadrement humain de qualité ayant le soutien, pour sa formation et ses actions socioéducatives, des pouvoirs publics

Pas d'éducation par le sport sans encadrement humain de qualité, donc formé. Que ce soit pour l'accueil d'enfants autistes en club ordinaire, l'intervention d'éducateur sportifs auprès de jeunes issus de quartiers et milieux défavorisés.

Comme le soulignait, il y a quelques années, le Président du REC Rugby, Joseph LEFEUVRE[738] : « Les éducateurs ont besoin d'être formés pour mieux accompagner ces jeunes dans des contextes sociétaux souvent complexes ».

L'enjeu de la formation est à souligner car il est l'une des compétences principales de la Région. Celui de la consolidation, en quantité et en qualité, des emplois sportifs, n'est pas moins important (ex : emplois STAPS).

Enfin, lors de son audition, Arnaud Mennesson s'est attaché à valoriser la fonction sociale, éducative et citoyenne du sport, ce que l'on pourrait appeler la « responsabilité sociétale » sportive. Pour cela, l'encadrement doit être prioritairement centré sur le pratiquant plus que sur la pratique, le sport étant considéré comme une « expression culturelle » parmi d'autres contribuant au développement et à l'épanouissement de la personne humaine dans ses différents environnements de vie.

1.1.1.2. Le Brest Université Club Rugby : l'éducation par le rugby au pied des tours

A) Du « rugby au pied des tours » dans les quartiers sensibles de Brest…

A l'origine de l'action « Rugby au pied des tours », on trouve l'initiative d'une poignée d'éducateurs sportifs bénévoles du BUC Rugby d'aller, balle ovale à la main, à la rencontre de jeunes des quartiers sensibles de Brest[739], pour leur faire découvrir le plaisir du rugby en même temps que ses valeurs éducatives.

Grâce à l'embauche d'un salarié en emploi-jeune en 2000, emploi pérennisé par la suite au sein du Comité départemental de Rugby du Finistère, et au dynamisme de ses bénévoles, le BUC Rugby a pu développer et structurer son action locale d'éducation et d'insertion par le sport.

L'action est menée en partenariat étroit avec les intervenants éducatifs et socioculturels des quartiers, y compris les parents des jeunes. Parmi les partenaires du BUC Rugby et du CD Rugby 59, on peut citer : l'Office et service des sports de la Ville de Brest, l'association Don Bosco, les centres de loisirs et centres sociaux…

« Rugby au pied des tours » n'est pas une action ponctuelle ou saisonnière. L'une de ses caractéristiques est au contraire de se dérouler régulièrement tout au long de l'année, une après-midi par semaine, auprès des préadolescent(e)s et adolescent(e)s âgées de 11 à 15 ans. Le caractère mixte du public est à souligner dans des quartiers où certaines jeunes filles, victimes de discrimination, n'ont pas accès à la pratique sportive.

[738] Article de presse laissé par Arnaud Mennesson à l'occasion de son audition au CESR le 24 février 2009, publié à l'occasion de la visite de Jean-François Lamour au REC Rugby, alors Ministre des Sports. Ce dernier déclarant d'ailleurs à cette occasion que « la volonté d'éduquer par le sport est une réalité dans ce club ».
[739] Keredern, Saint-Pierre, Pontanezen, Bellevue

Selon le BUC Rugby, l'action favorise l'épanouissement personnel des jeunes et contribue à la cohésion sociale urbaine, même si l'objectif sportif de recruter de futurs rugbymen ou rugbywomen est également présent : *« Les valeurs du rugby, qui ne sont pas encore trop galvaudées, du moins à notre niveau, s'inscrivent parfaitement dans une démarche de développement durable humain et social (solidarité, respect, convivialité, etc.). Si le but final n'est pas le recrutement de licenciés, nous sommes bien conscients que cela se fera naturellement. Que ce soit notre venue dans les quartiers ou l'accueil au club de licenciés potentiels, tout ceci participe de la recherche permanente de mixité sociale par notre sport*[740] *»*. Ce recrutement de joueurs des quartiers apporte du sang-neuf au BUC rugby dont les licenciés sont plutôt majoritairement issus des classes moyennes du centre ville… En même temps, il contribue au « désenclavement des quartiers », en particulier à l'occasion des sorties et rencontres sportives.

B) …au projet d'association « Drop de béton »

Les partenaires de l'action « Rugby au pied des tours », purement brestoise à l'origine, au vu de son succès socioéducatif et sportif auprès des jeunes, envisage de « créer une structure associative intermédiaire entre le club et les quartiers qui pourrait être une émanation de l'association « Drop de béton[741] » de Mérignac dans la région Aquitaine, « terre d'élection » du rugby français (la Bretagne étant plutôt considérée comme une « terre de mission »). Le BUC Rugby, le CDR 29 et leurs partenaires locaux sont en effet bien en phase avec les valeurs et principes d'éducation et d'insertion par le sport de « Drop de béton »

Soutenue par de nombreux partenaires locaux, régionaux (dont le Conseil régional d'Aquitaine) et nationaux, l'association « Drop de béton » se donne pour finalité principale « l'insertion sociale des jeunes par le biais du rugby », convaincue qu' « un enfant qui respecte les règles du rugby respecte les règles de la vie ». Comme à Brest, l'association va à la rencontre des jeunes des quartiers pour leur faire découvrir le plaisir du jeu et les « valeurs humaines et éducatives fortes » du rugby, sport collectif : « diversité, dignité, éducation, équité, éthique, engagement, ouverture, plaisir, prévention, respect, ténacité, tolérance ».

L'action de l'association est donc sous-tendue par une idée-force : « transmettre les valeurs du rugby au cœur des quartiers ». En pratique, elle soutient qu' « inviter les jeunes à évoluer dans le cadre ludique mais réglementé du rugby, c'est leur donner la possibilité de s'exprimer sur le terrain et donc de se construire. A partir des valeurs sportives qu'ils s'approprient, ils bâtissent une action collective avec une forte implication personnelle. Contrariétés et succès, échecs et réussites rythment cet apprentissage du rugby et leur donnent confiance. En contrepartie, à notre tour, nous leur offrons écoute, respect, valorisation et responsabilités[742] ».

En pratique, ces principes éducatifs, font l'objet d'un contrat moral entre l'éducateur, le joueur et ses parents : la Charte du joueur (voir encadré ci-après).

[740] Contribution écrite du BUC Rugby du 15/07/2008 (questionnaire CESR)
[741] Association "Drop de Béton" à la Maison des Associations : 55 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 33700 MERIGNAC. www.drop-de-beton.com
[742] Source : Drop de béton, plaquette de présentation « les valeurs du rugby pour une intégration réussie »

Charte du joueur de Drop de béton[743]

1. Je respecte les règles du jeu,
2. Je respecte les décisions de l'arbitre,
3. Je respecte mes adversaires et mes partenaires,
4. Je contrôle mon agressivité,
5. Je me comporte bien dans le jeu comme dans la vie
6. Je suis généreux parce que je participe et « bon » si je respecte toutes ces règles.

Et enfin, je me fais plaisir dans le jeu car l'important, c'est de participer.

L'action, comme à Brest, est concertée avec les partenaires locaux sportifs, publics, sociaux et culturels. Faisant intervenir professionnels et bénévoles, elle peut se dérouler pendant le temps scolaire ou extrascolaire, l'association ayant le souci de « l'articulation de tous les temps de vie des jeunes ».

L'enjeu est aussi l'accès à la pratique sportive et au lien social des jeunes qui en sont les plus éloignés : jeunes filles, personnes en situation de handicap (Rugby fauteuil ou « Quad rugby »), jeunes des quartiers prioritaires et leurs familles. En même temps, l'association Drop de béton est attentive à la mixité sociale, les jeunes étant amenés à côtoyer un « public moins sensible ». Concernant, la mixité des genres, l'action est une réussite puisque 38 % des joueurs…sont des joueuses !

Drop de béton, ce sont aussi des rencontres et sorties qui favorisent l'ouverture et le désenclavement géographique et social des jeunes des quartiers. Sont ainsi organisés des échanges internationaux, une « Tournée des plages : sous le ballon, le sable », des voyages de découverte dans d'autres régions françaises, dont la Bretagne, des sorties au stade…Le Tournoi inter-quartiers (TIQ) favorise aussi cette ouverture sportive et culturelle (jeux, danses, chants, vidéos, photos…).

La dimension santé n'est pas oubliée puisque des débats et des jeux éducatifs sont organisés autour d'une exposition dénommée « Une santé en béton » afin de sensibiliser les jeunes aux enjeux de l'alimentation, de l'hygiène de vie et des conduites à risque. Enfin, des actions d'éducation à l'environnement, dans une perspective de développement durable, sont aussi menées avec l'intervention de partenaires.

Préconisation du CESR

-Collectivités territoriales et Etat en région : Soutenir la création et le développement d'associations type « Drop de béton » en Bretagne dans une perspective d'éducation, de socialisation et d'insertion par le sport.

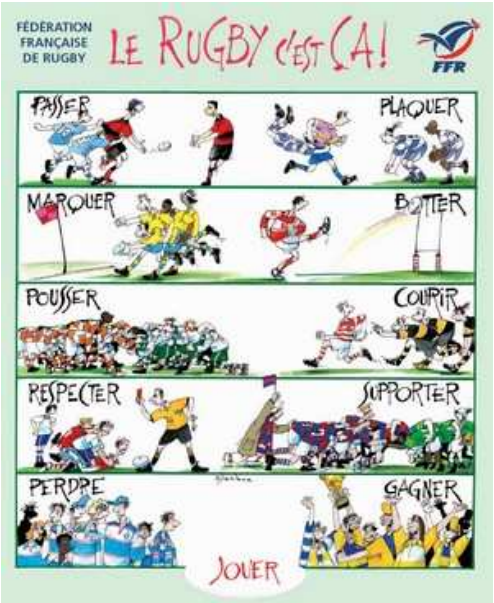
1.1.1.3. Le RC Vannes : haut niveau amateur et école de rugby[744]

Après le football et avant le cyclisme, le rugby est l'un des sports les plus populaires du pays vannetais puisqu'il rassemble à lui seul près de 20 000 spectateurs chaque saison. Pionnier du rugby en Bretagne, le Rugby club de Vannes (RC Vannes) voit le jour en 1950. Il se développe régulièrement jusqu'à atteindre en 2006, le plus haut niveau amateur du Rugby Français, la Fédérale 1. Seul club breton à atteindre ce rang, il investit très fortement dans l'éducation, la formation et la qualité de l'encadrement des jeunes joueurs (36 entraîneurs/éducateurs), il ambitionne désormais de rejoindre le monde du sport professionnel en devenant le premier club de rugby professionnel breton à entrer en Pro D2.

[743] Source : Drop de béton, plaquette de présentation « les valeurs du rugby pour une intégration réussie »
[744] Audition d'Alain Berthe, Président du RC Vannes, CESR, le 8 juin 2009

En 2008/2009, sur 462 licenciés, près de la moitié (229) avait moins de 15 ans et relevait donc de l'Ecole de rugby, label attribué par la Fédération française de rugby (FFR), dont la priorité n'est pas la compétition mais l'apprentissage du rugby en tant que sport et école de la vie (voir encadré ci-après). « Sport de voyous joué par des gentlemen », selon la formule célèbre reprise par le Président du RC Vannes lors de son audition, le rugby entend contribuer à l'éducation des enfants et adolescents à travers le jeu, ses règles et ses valeurs : « convivialité, force, authenticité, audace, dynamisme, respect [745]».

Lors de son audition, le Président du RC Vannes, a émis le souhait que les pouvoirs publics reconnaissent davantage, notamment sur le plan financier, le très important investissement du club dans l'éducation par le sport et la formation de ses joueurs, donc son utilité publique et sociale réelles.



Source : Fédération française de Rugby, www.ffr.fr, rubrique « Ecoles de rugby », septembre 2009

Le label « Ecole de Rugby » de la FFR : la Bretagne au premier rang

Jean-Claude Baque, VP en charge du secteur amateur de la FFR, résume l'esprit du label fédéral « Ecole de rugby » : « L'Ecole de rugby est un lieu de formation. Si les rencontres sont moteur de progrès, la « championnite » tue l'esprit et la formation. Il n'y a donc pas de « championnat » en écoles de Rugby. Il n'est de compétition formatrice que si elle est équilibrée[746] ».

Ainsi, pour la FFR, attribuer ce label à une école, c'est reconnaître, d'une part, « qu'elle met tout en œuvre pour être autant une école de la Vie qu'une école de Rugby », d'autre part, « qu'elle s'inscrit dans un processus permanent d'amélioration de sa Qualité[747] ».

En juillet 2009, la Bretagne était la région française comportant la proportion la plus élevée de clubs labellisés « Ecole de rugby » : 74.5 % (38 clubs), contre 46,5 % en moyenne nationale[748].

[745] Valeurs figurant dans la plaquette de présentation du RC Vannes.
[746] http://www.ffr.fr/index.php/ffr/rugby_francais/ecoles_de_rugby, consulté le 22 septembre 2009
[747] http://www.ffr.fr/index.php/ffr/rugby_francais/ecoles_de_rugby/labellisation, consulté le 22 septembre 2009
[748] source : FFR, www.ffr.fr, rubrique Ecoles de rugby/labellisation, mise à jour au 02/07/2009

1.1.1.4. L'Ecole d'aventure du Comité départemental de Rugby 56[749]

A) « L'école d'aventure 5-7 ans » : de quoi s'agit-il ?

Confronté à une demande croissante de prise en charge des enfants de 5 à 7 ans, le Comité départemental de Rugby du Morbihan a pris l'initiative de créer un dispositif original d'accueil reposant sur l'apprentissage ludique de la « balle ovale » et la formation de nouveaux encadrants bénévoles, en y impliquant fortement les parents, les éducateurs et jeunes des clubs. Cette initiative bretonne est aujourd'hui devenue une référence pédagogique nationale pour la Fédération Française de Rugby qui s'en est inspirée pour promouvoir l'accueil des jeunes enfants et la formation d'éducateurs, en particulier suite à l'afflux massif de nouveaux licenciés après la Coupe du monde de rugby de 2007.

Pour la saison 2008, « l'école d'aventure 5-7 ans » était présente dans 13 clubs morbihannais sur 16. Près de 200 enfants licenciés étaient concernés. Le dispositif a aussi permis la formation de « 20 éducateurs de moins de 7 ans ». Le budget annuel du dispositif pour le Comité départemental[750] était de 2500 €, couvert par des recettes émanant de trois financeurs principaux : le CDR 56 lui-même, le Conseil général du Morbihan et la Direction Départementale Jeunesse et Sports.

En pratique, les enfants sont accueillis chaque semaine dans les clubs de rugby du département. A cet âge, la dimension ludique et éducative prime sur l'objectif sportif. Il est fait appel à l'imaginaire des enfants à travers des jeux de coopération et d'opposition appelés des « joutes », le tout mis en scène à partir de légendes arthuriennes. Tout au long de l'année, à l'occasion de rencontres sportives, les jeunes chevaliers collectent des points qui symbolisent chacun une valeur du rugby, considéré comme école de la vie : fraternité, courage, fair-play… Ce butin doit permettre, en fin d'année, d'aider Merlin l'Enchanteur à retrouver sa coupe perdue, le tout étant théâtralisé avec l'implication costumée des parents, éducateurs et des petits chevaliers eux-mêmes.

B) Enjeux éducatifs, sportifs et de formation

L' « Ecole d'aventure 5-7 ans » du CDR 56 comporte des enjeux éducatifs, sportifs et de formation des encadrants bénévoles ou professionnels.

1) Les enjeux éducatifs : « le club, école de la vie »

La finalité de l'Ecole d'aventure est d'abord éducative avant d'être sportive, la pratique ludique en club étant considérée comme « une école de la vie ». Selon le CDR 56 *« le rugby, dans sa pratique sportive, est un sport collectif de combat et d'affrontement physique, mais également un sport d'évitement. Il développe, en tant que sport collectif, des qualités physiques (vitesse, endurance…) ainsi que des qualités comportementales (organisation, anticipation, coopération…) (…). Sa richesse pédagogique laisse l'occasion à tous (petits, grands, légers, lourds…) de s'exprimer et de participer au jeu. Le rugby se pratique autour de valeurs simples et positives qui valorisent la coopération dans le groupe tout en laissant une grande place à la spontanéité et à l'expression personnelle de chacun. Pour les jeunes, le rugby, de par ses spécificités, permet de travailler autour des thèmes suivants : gestion des conflits, maîtrise de soi, conduites de coopération, respect des règles,*

[749] Auditions et contribution écrite de Mme Josiane GEFFRAY, animatrice bénévole membre du Comité départemental du rugby 56 (CDR 56) et de M. Vincent LE TINNIER, conseiller technique départemental au CDR 56, Mme Isabelle DUBOIS, animatrice bénévole et parent de joueur sur l'action "Rugby, école d'aventure 5-7 ans". CESR, Vannes, le 27 février 2009

[750] Chiffres du budget extrait du plan de développement 2005-2008 du comité départemental de rugby – Ecole d'aventure -

respect des partenaires, de l'adversaire et de l'arbitre, mixité sociale[751] » et de genre, l'Ecole étant ouverte aux garçons comme aux filles.

Il est très important de souligner que les parents sont impliqués de manière exemplaire dans l'animation de cette action d'éducation par le sport, le suivi et l'encadrement des enfants, à l'inverse d'une attitude de type « consumériste ».

2) Les enjeux sportifs : acquérir, dès 5 ans, des bases rugbystiques et susciter des vocations de rugbymen et rugbywomen

L'Ecole d'aventure 5-7 ans a aussi une finalité sportive à moyen terme : recruter de futurs joueurs licenciés des écoles de rugby départemental.

Dès 5 ans, à travers le jeu et un « pôle imaginaire fort », les enfants s'initient à la « balle ovale ». Celle-ci leur permet de faire l'apprentissage de certaines valeurs, règles collectives, et habiletés physiques et psychologiques de base du rugby : règles de sécurité, travail de la psychomotricité (sensations kinesthésiques, proprioceptives et de latéralisation) ; travail de résolution des problèmes affectifs liées aux réticences des contacts : ballon, sol, respect du joueur partenaire/adversaire et du joueur arbitre ; développement de l'esprit de fair-play et d'un bagage moteur rugbystique pour entrer avec sécurité et réussite dans le jeu.

L'Ecole d'aventure 5-7 ans est donc considérée par le CDR 56 comme « un investissement pour l'avenir du rugby »[752].

3) Les enjeux en termes de formation, de qualification et d'insertion

L'Ecole d'aventure est non seulement une éducation par le sport pour les enfants, elle est aussi un outil de formation et d'insertion pour les adultes encadrants, qu'ils soient bénévoles ou futurs professionnels des métiers de l'animation et du sport.

Ainsi, entre l'Ecole et les parents, est passé un véritable contrat moral de co-investissement au service de l'éducation et de l'épanouissement des enfants. Ce co-investissement éducatif se traduit concrètement par la mise en place d'une formation innovante d' « initiateur bénévole » pour les parents de joueurs qui peut, à terme, déboucher sur un brevet d'éducateur. Le CDR 56 a trouvé là un outil formidable pour renouveler ses encadrants bénévoles et améliorer, de ce fait, la qualité éducative de ces clubs.

Préconisations du CESR pour encourager le bénévolat sportif des parents salariés et rechercher une formule « gagnant-gagnant » avec leur entreprise :

- dégager du temps pour les parents bénévoles de l'éducation par le sport, par exemple, pour les salariés, expérimenter, auprès de quelques entreprises volontaires, une action de type « mécénat de compétence », favorisant le bénévolat sportif des parents, par exemple le mercredi après-midi.
- pour une démarche « gagnant-gagnant » entre l'entreprise, leurs salariés et les clubs sportifs bénéficiaires, favoriser une réelle validation des acquis de l'expérience (VAE) du bénévolat sportif qui pourrait ainsi être réinvestie dans l'entreprise.

[751] Contribution écrite du CDR 56 du 4 juin 2009 – p 2

[752] Le CDR 56 a signalé d'autres actions éducatives en dehors de l'Ecole d'aventure, comme des partenariats fructueux avec les écoles en lien avec les associations sportives de sport scolaire (USEP, UNSS, UGSEL).

L'Ecole d'aventure s'appuie aussi sur la mobilisation et la formation d'un réseau d'animateurs dans le cadre du dispositif « Anim'jeunes » qui permet à des jeunes joueurs licenciés des clubs de passer leur BAFA[753] en échange de services bénévoles auprès des enfants. En 2009, près de 40 jeunes avaient pu bénéficier de ce tremplin qualifiant qui, en plus, facilite l'obtention de jobs d'été.

L'expérience d'encadrement bénévole de jeunes enfants peut aussi faciliter l'orientation et l'insertion professionnelles de ceux qui sont attirés par les métiers de l'animation et du sport (ex : Brevet d'Etat d'éducateur sportif). Enfin, les représentants du CDR 56 ont signalé, lors de leur audition, que ces formations ont permis à certains jeunes concernés de sortir de situation de ruptures scolaire, familiale ou sociale…

Préconisation CESR

- Mouvement sportif, Etat en région, collectivités territoriales : soutenir les initiatives d'éducation par le sport du type « Ecole d'aventure 5-7 ans » du CDR 56

1.1.2. Sports et jeux traditionnels : une ouverture éducative à la dynamique culturelle bretonne

Dans la dynamique culturelle bretonne[754], la pratique des jeux et sports traditionnels[755] montre que les frontières entre jeu, sport, culture, vie sociale et identité territoriale sont largement ouvertes, d'où leur intérêt pédagogique dans une optique d'éducation par le sport. Les auditions de la Confédération des jeux et sports traditionnels en Bretagne[756] (FALSAB) et de la Fédération de Gouren[757] ont permis de mieux cerner ce potentiel éducatif.

1.1.2.1. Les jeux et sports traditionnels bretons

A) Un regain d'intérêt envers les jeux et sports traditionnels bretons qui se traduit par une activité croissante du réseau FALSAB

Créée en 1930 par le Dr Cotonnec afin d'ancrer dans la modernité le Gouren et les sports athlétiques bretons, la FALSAB, devenue Confédération dans les années 1990, se définit comme un centre de ressources et de promotion des jeux et sports traditionnels bretons. Membre du Comité régional olympique et sportif de Bretagne depuis 2009, elle regroupe aujourd'hui :

- les Comités et les Fédérations des jeux et des sports traditionnels de Bretagne :
- Jeux de boules,
- Jeux de palets,
- Jeux de quilles,
- Sports athlétiques bretons.

- Des associations à caractère socioculturel et touristique qui se consacrent à la diffusion de ces jeux et sports.

[753] le coût d'un BAFA pour le jeune et sa famille est normalement de 1000 € environ.
[754] CESR de Bretagne, « La dynamique culturelle bretonne », janvier 2000, pp 68-73
[755] Nous traitons ici des sports et jeux traditionnels bretons comportant une activité physique (ex : boules, palets, quilles…).
[756] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, de M. Paul NICOLAS, Président de la Confédération des Jeux et Sports Traditionnels en Bretagne (FALSAB), et de M. Nicolas OLLIVAUX, permanent à la FALSAB.
[757] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, M. Jean-François HUBERT, Président de la Fédération de Gouren

L'activité développée par le réseau est importante. La Fédération organise en effet de nombreux concours, manifestations et animations territoriales dans ce qu'elle considère comme les « cinq » départements de la Bretagne historique. En 2007, ce sont environ 800 manifestations, dont 500 concours, qui ont été réalisés pour les 15 500 membres adhérents des clubs et fédérations, sachant que la FALSAB estime à environ 35 000 le nombre de joueurs réguliers concernés par ces manifestations et à plus de 50 000 l'effectif du public touché.

A noter un important effort de promotion et d'animation en direction des enfants et des jeunes.

B) Une dimension culturelle, éducative et sportive

1) Au plan culturel : un patrimoine vivant de la culture populaire bretonne

Pour la FALSAB, « les jeux traditionnels correspondent à la culture ludique bretonne inscrite dans le quotidien local et représentent un pan entier de la culture vivante bretonne ».

Cette dimension culturelle est particulièrement visible « pendant les moments festifs (après un repas de famille, entre voisins, après le travail, etc.) ou pendant la période estivale, dans le cadre des fêtes et des manifestations locales où les jeux traditionnels ont toute leur place (kermesses, pardons, fêtes des différentes amicales ou associations, festivals, etc.).

2) Au plan social : des jeux populaires fédérateurs de lien social

« Qui n'a pas terminé un repas ou une fête de famille par une partie de boules ou de palets ? » souligne la FALSAB. Ces deux jeux, pour ne prendre qu'eux, sont un fort vecteur de convivialité qui rassemble les différentes générations au-delà des clivages sociaux traditionnels.

Les jeux traditionnels sont aussi un facteur d'intégration à la vie locale des populations arrivantes.

3) Au plan éducatif : un fort intérêt pédagogique

Pour la FALSAB, « les jeunes peuvent accéder par le biais des jeux traditionnels à une perception originale de la réalité locale ». Et de souligner l'intérêt des enfants pour ces derniers : « Paradoxalement, à l'heure d'Internet, jouer avec un jeu traditionnel plait énormément aux enfants ». Sont ainsi mis en avant, selon la Confédération : la dimension historique, patrimoniale et culturelle, le lien intergénérationnel, l'esprit d'équipe, le respect d'autrui, des règles et le dépassement de soi.

4) Au plan sportif : une autre perception du sport au niveau local

Alors que certains sports traditionnels ont obtenu, par leurs efforts de structuration, l'agrément du Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports, leur ancrage de proximité, leur dimension culturelle, leur originalité même, participe de la diversification de l'offre sportive. Leur authenticité et leur dimension humaine remettent en cause certaines formes du sport devenu spectacle et marchandise et contribue à lutter contre le mouvement d'uniformisation des cultures.

La pratique des jeux et sports traditionnels bretons a souvent lieu à l'extérieur. On peut donc souligner une certaine proximité avec la nature et une attention particulière à l'environnement local. Leur présence contribue à l'identité et à l'animation des territoires, en particulier en milieu rural.

1.1.2.2. Le cas particulier de la lutte bretonne : le gouren

A) Le gouren : un sport régional entre tradition et modernité

Même si, selon une thèse historique récente[758], certaines dimensions culturelles du Gouren relèvent plutôt de « l'invention de tradition » que de la tradition stricte, on retrouve, d'après le Président de la Fédération de Gouren[759], de multiples témoignages sur l'existence de formes de lutte bretonne, depuis le Vème siècle.

Perçu par beaucoup, dans les années 1960-1970, comme une pratique locale et rurale « passéiste », il a connu depuis un fort regain d'intérêt puisque le nombre de licences de pratiquants a plus que doublé en une décennie, passant de 600 en 1997 à 1431 en 2008, dont 60 % pour le seul département du Finistère. A noter toutefois que, depuis 2005, ce nombre reste stable.

Même si la Fédération s'efforce de développer la pratique féminine[760], le gouren, comme la plupart des arts martiaux, est une pratique sportive majoritairement masculine.

En 2008, on dénombrait 34 clubs affiliés au Comité de Gouren situés principalement dans la partie occidentale de la Bretagne. En effet, la région apparaît comme coupée en deux : que l'on considère le nombre d'écoles de Gouren ou d'encadrants techniques bénévoles ou professionnels, l'essentiel de l'activité se déroule à l'Ouest de l'axe Vannes-Saint-Brieuc, en milieu rural essentiellement.

La Fédération de Gouren est adhérente, depuis 1994, à la Fédération Française de Lutte, et affiliée à la Fédération internationale des luttes celtiques (FILC).

B) Le gouren : une dimension éducative

Le gouren est pratiqué en milieu scolaire (premier degré principalement) et à l'extérieur de l'école, en club.

Comme d'autres disciplines martiales, la lutte bretonne a son « code moral » dénommé « Le Serment des Lutteurs », qui remplit aussi, par les valeurs qu'il met en avant, une fonction éducative auprès des jeunes.

Gouren : Le Serment des Lutteurs[761]

M'hen tou da c'houren gant lealded
Je jure de lutter en toute loyauté
Hep trubarderez na taol fall ebet
Sans traîtrise et sans brutalité
Evit ma enor ha hini ma bro
Pour mon honneur et celui de mon pays
E testeni eus ma gwiriegez
En témoignage de ma sincérité
Hag evit heul kiz vad ma zud koz
Et pour suivre la coutume de mes ancêtres
Kinnig a ran d'am c'henvreur ma dorn ha ma jod.
Je tends à mon émule ma main et ma joue**.**

[758] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, de Mme Aurélie EPRON, Docteur en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives, auteure d'une thèse intitulée « L'histoire du gouren (XIX-XXIème siècles) : l'invention de la lutte bretonne », soutenue le 6 mai 2008 à l'Université de Rennes 2.
[759] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, de M. Jean-François HUBERT, Président de la Fédération de Gouren
[760] Un stage féminin a ainsi été organisé en 2006 avec la championne olympique Anna Gomis, médaille de bronze en lutte libre au JO d'Athènes en 2004.
[761] Prononcé d'abord en langue bretonne (en gras) avant la pratique, puis en Français. Source : www.gouren.com, consulté le 22 septembre 2009

La Fédération de Gouren estime à environ 10 000 le nombre d'écoliers « touchés » par la pratique de la lutte bretonne. D'importants efforts ont en effet été déployés pour développer la pratique scolaire de la discipline (école élémentaire essentiellement) en lien avec les enseignants. A noter également, hors cadre scolaire, la diffusion de l'activité « babigouren » auprès des très jeunes enfants.

Les dimensions éducatives de la pratique du Gouren par les enfants sont notamment les suivantes : le jeu, la formation motrice, la socialisation avec l'apprentissage du fair-play et du respect de l'autre…

Selon le Président de la Fédération de Gouren, le bon état d'esprit qui règne lors des compétitions de lutte bretonne est le reflet de sa dimension éducative[762]. A l'issue de combats parfois âpres, comme cela arrive dans d'autres sports, le fair-play est valorisé[763] : il n'est pas rare que le finaliste perdant aille féliciter ou même porter son vainqueur en souriant.

Malgré ce succès auprès des jeunes enfants, comme d'autres disciplines sportives, le Gouren connaît une chute de la pratique à l'adolescence : *« le jeune est soumis à des influences « modes » dont nous ne faisons pas partie »* constate Jean-François Hubert. Le défi pour la lutte bretonne est de parvenir à préserver son caractère de sport traditionnel tout en s'adaptant à la modernité pour répondre à la diversité des attentes et des motivations des pratiquants[764], en particulier des jeunes et en milieu urbain.

1.1.3. Le « Rando-challenge® scolaire et environnement[765] » au Pays de vitré : une coopération exemplaire entre l'école et le mouvement sportif[766]

1.1.3.1. Le Rando-Challenge® : un concept de la FFRP visant à promouvoir la randonnée fédérale par une manifestation ludique et culturelle ouverte à tous

Le Rando-Challenge, concept créé par la Fédération française de randonnée pédestre (FFRP), est une randonnée ludique, conviviale et culturelle ouverte à tous, sans distinction d'âge. Des équipes de 2 à 4 personnes doivent parcourir un itinéraire à allure régulière tout en répondant à des questions faisant appel à l'observation de la flore, de la faune, de l'histoire, du patrimoine… L'esprit ludique n'exclut pas la compétition sportive puisqu'à l'arrivée, les équipes ayant réalisé le meilleur temps, donné le plus de bonnes réponses et positionné avec le plus d'exactitude les bornes de l'itinéraire sur la carte, sont récompensées.

En fonction du niveau sportif des participants, 3 types de Rando-Challenge sont proposés par ordre de difficulté croissant, à savoir : la « Rando-Challenge découverte », la « Rando-Challenge Expert » et la « Super Rando-Challenge ».

---

[762] Est cité l'exemple du dernier Open Back-Hold de Carhaix en février 2008, ayant rassemblé plus de 150 participants (bretons, anglais, écossais, espagnols, frisons, hollandais) et au cours duquel aucune contestation d'arbitrage n'a été constaté.

[763] Fédération de Gouren, « Toute violence en combat est sanctionnée : il est interdit de frapper son adversaire, de forcer sur une articulation, d'étrangler. Une prise mal contrôlée peut être sanctionnée si elle a mis l'adversaire en danger. Toute violence verbale envers l'adversaire ou un des arbitres est sévèrement sanctionnée. », www.gouren.com, consulté le 22 septembre 2009

[764] Audition au CESR, le 8 juillet 2008, de Mme Aurélie EPRON, Docteur en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

[765] Le « Rando-Challenge » est une marque déposée par la Fédération Française de Randonnée, d'où le ® qui lui est attaché

[766] Audition de M. Gérard BERCHE, membre du Comité départemental 35 de la Fédération Française de Randonnée, sur l'action « Rando-Challenge scolaire et environnement » au Pays de Vitré (35), CESR, le 1er avril 2009, Faculté des Métiers de Ker Lann, Bruz

Le Rando-Challenge s'adapte aux contextes locaux. Il peut ainsi être pratiqué dans des sites très divers, en milieu rural comme en zone urbaine, et prendre différents supports thématiques : découverte d'un parc naturel régional, partenariat avec une école, raid aventure, accueil de personnes en situation de handicap…

1.1.3.2. Le « Rando-Challenge scolaire et environnement » au Pays de Vitré : une initiative locale qui fait école

A) Un Rando-Challenge à finalité éducative sur le temps scolaire

Chaque année, à Vitré, est organisée une manifestation sportive et culturelle dénommée « les Sportiviales ». C'est dans ce contexte local festif que, depuis le printemps 2006, sous l'égide du Comité départemental de la FFRP d'Ille-et-Vilaine (CDFFRP 35), sont organisés des Rando-challenges ouverts aux enfants et aux adultes.

Là où le CDFFRP 35 va innover, c'est qu'il prend l'initiative, en partenariat avec les acteurs locaux concernés du Pays de Vitré, d'organiser, pour la première fois en France, un Rando-Challenge *sur le temps scolaire* pour des enfants en école primaire. C'est ainsi, que début juillet 2006, en fin d'année scolaire, au Nord de Vitré, sur le site du plan d'eau de la Valière, aux alentours du Château des Rochers, a lieu le premier « Rando-Challenge scolaire et environnement ».

En pratique, le Rando-Challenge scolaire fonctionne comme sa version classique, mais il met davantage l'accent sur les finalités éducatives et pédagogiques. Par petits groupes de 4 à 6 élèves, les enfants parcourent un itinéraire d'environ 6 kms avec l'objectif de conserver une allure régulière d'environ 3.5 km/h. Le long de cet itinéraire, ils répondent à des QCM en lien avec l'environnement, l'histoire, le patrimoine, etc., tout en repérant, sur une carte, le balisage du parcours afin d'apprendre à s'orienter. Agés de 9 à 12 ans, ils sont sérieusement encadrés et surveillés par leurs enseignants ainsi que par une équipe de bénévoles (famille, retraités randonneurs…). La randonnée dure environ 2 heures. Le reste de la journée est consacré à différentes animations ludiques et éducatives, en particulier dans le champ culturel et celui de la protection de l'environnement.

Après cette première expérimentation réussie, le Rando-Challenge s'étend à d'autres écoles publiques, puis à partir de 2008, privées. Lors de l'édition 2007, 13 classes du CE2 au CM2 regroupant près de 300 enfants découvrent l'action et à peu près le même nombre en 2008.

Le « Rando-Challenge scolaire et environnement » séduit progressivement d'autres territoires du département, comme par exemple le secteur de Bain-de-Bretagne. Au-delà de la Bretagne, il devient même une référence nationale pour la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

B) Enjeux éducatifs et pédagogiques : un support d'apprentissage pluridisciplinaire

L'originalité déjà soulignée du « Rando-Challenge scolaire environnement » créé par le CDFFRP 35, est qu'il repose sur l'établissement de liens très étroits entre le mouvement sportif et le milieu scolaire permettant de valoriser les nombreuses plus-values éducatives et pédagogiques de l'action.

Alors que les relations entre mouvement sportif et milieu scolaire sont parfois marquées par une certaine distance (voir chapitre précédent), le « Rando-Challenge scolaire environnement » (RCSE), montre a contrario, ce qu'une coopération étroite entre les deux secteurs au sein d'un territoire peut avoir de meilleur dans l'intérêt supérieur de l'éducation et de l'épanouissement des enfants.

Les bénévoles de l'association de randonnée pédestre « Vivre à Argentré », membre du CDFFRP 35, ont ainsi su convaincre la conseillère pédagogique en EPS de la circonscription scolaire de Vitré, puis les enseignants des écoles concernées, de l'intérêt éducatif du RCSE.

En effet, si le RCSE est un prolongement naturel de l'éducation physique et sportive (EPS) enseignée dans les écoles primaires, et des activités proposées par les associations sportives scolaires (USEP, UGSEL), le spectre de son exploitation éducative est bien plus large. Le Rando-Challenge peut ainsi servir de support pédagogique pluridisciplinaire pour différents apprentissages relevant du « cycle des approfondissements » (CE2, CM1, CM2) :

- Culture humaniste : Pratiques artistiques et histoire des arts *(Rando-Challenge : QCM et animations culturelles)*
- Histoire-géographie-instruction civique et morale (Rando-Challenge : QCM et histoire ; savoir s'orienter et lire une carte ; travail en équipe, respect des consignes collectives, vivre ensemble …)
- Français (Rando Challenge : lecture, expression, communication…)
- Mathématiques (Rando Challenge : calculs de distances, de vitesse moyenne…)
- Sciences expérimentales et technologie (Rando Challenge : sciences de la nature et de l'environnement, utilisation d'une boussole …)

Cette liste n'est pas exhaustive.

C) Enjeu territorial : un levier de coopération et de valorisation territoriales

Le « Rando-Challenge scolaire environnement » est une action d'éducation par le sport se déroulant au cœur d'un territoire.

Le territoire est tout d'abord fédérateur. Il permet de rassembler des partenaires d'horizons et d'intérêts divers : établissements scolaires publics et privés (enseignants, directeurs, élèves, parents d'élèves, conseiller pédagogique en lien avec le Rectorat, associations de sport scolaire…) ; associations sportives locales de randonnée pédestre et leurs bénévoles encadrants (une quinzaine du Pays de Vitré) ; les collectivités locales (Conseil général 35 ; Syndicat Mixte des Eaux de la Valière (SYMEVAL) ; Syndicat mixte de collecte et de traitement des ordures ménagères (SMICTOM) ; Artothèque et Musée de Vitré ; Golf des Rochers, association « Vivre à Argentré » ; le propriétaire du Château du Bois des Rochers, etc.

On le voit à la lecture de cette liste de partenaires, le Rando-Challenge est un formidable levier de coopération territoriale : il exerce, de fait, une fonction de passerelle.

Ensuite, le « Rando-Challenge », par ses animations éducatives et culturelles, est en soi un outil de valorisation des richesses du territoire auprès des enfants : environnement naturel, patrimoine culturel local…

D) Enjeu sportif : initier les enfants à la randonnée sportive

Le Rando-Challenge (RC) a été créé par la Fédération Française de Randonnée Pédestre (FFRP) dans l'objectif principal de rajeunir l'effectif de ses licenciés. Attractif et accessible à tous, y compris aux personnes en situation de handicap (ex : joëlettes), le RC est une compétition sportive dont l'esprit est avant tout ludique et convivial.

En permettant à de nouveaux publics de s'initier à la pratique organisée de la randonnée fédérale, la FFRP et ses antennes locales, cherchent à s'adapter aux évolutions de la demande sportive et en particulier à répondre aux nouvelles attentes et motivations des jeunes.

Sa formule scolaire initiée en Ille-et-Vilaine, le « Rando-Challenge scolaire environnement », entre aussi dans cette stratégie à long terme de recrutement de futurs licenciés.

Mais ce seul objectif n'aurait pas permis de fédérer autant d'acteurs du Pays de Vitré. C'est bien en mettant la finalité éducative au premier plan que le CDFFRP 35 a réussi à convaincre les acteurs territoriaux, publics et privés, du service public de l'Education nationale, que le Rando-Challenge scolaire-environnement pouvait s'inscrire dans le prolongement de l'éducation physique et sportive et, d'une manière générale, des programmes scolaires.

Préconisation CESR

- à destination des conseils généraux (collèges) et de la Région Bretagne (Lycées, CFA) : en lien avec le Rectorat d'académie et le mouvement sportif régional, soutenir l'expérimentation et le développement de « Rando-challenges scolaires environnement » par les établissements scolaires de l'enseignement du second degré (collèges et lycées). Pour la Région Bretagne, ce soutien pourrait, par exemple, entrer dans le cadre du dispositif « Karta-sport santé » et « Karta-sport pédagogie.

1.1.4. Le nautisme en Bretagne[767] : « éduquer l'homme par la mer »

A) Le nautisme s'est développé à partir d'un projet social : « éduquer l'homme par la mer »

Lors de son audition, le délégué général de Nautisme en Bretagne, M. Jean Kerhoas, a rappelé que les sports nautiques se sont développés en Bretagne, à partir de la seconde moitié du XXème siècle, en étant amarrés à un projet éducatif, celui d' « éduquer l'homme par la mer ».

Ainsi, les années 1950-1960 voient l'émergence d'une pratique essentiellement estivale, avec la création des premiers centres nautiques et écoles de voile, de clubs, autour d'un projet social et éducatif. Dans les années 1960-1970 apparaissent les premiers séjours de classes de mer (1964) et de voile à l'école (1975) autour d'un projet toujours social : « L'accès de tous à la pratique des sports nautiques ». L'éducation à l'environnement est aussi présente : « Mieux connaître le milieu maritime, le terrain de jeu des sports nautiques, pour mieux le protéger ».

Aujourd'hui, même si, comme le montre la récente étude de l' l'Association de recherche et d'études socio-économiques de l'Arc atlantique (ARESE), *«Pour une coopération interrégionale en faveur d'un nautisme durable – 50 propositions des CESR de l'Arc Atlantique»* (mai 2009, rapporteur : M. Alain Le Menn), la dimension économique est devenue très prégnante (emploi, chiffres d'affaires, tourisme…), les dimensions sociale et environnementale restent plus que jamais, selon Nautisme en Bretagne, au cœur du projet nautique breton, les trois devant être conjuguées simultanément.

B) Activités nautiques scolaires et classes de mer

Pour Nautisme en Bretagne, les pratiques dans le cadre scolaire sont l'élément clé de la démocratisation des sports nautiques.

En premier lieu, dans le cadre des « activités nautiques scolaires », chaque année, 30 000 jeunes bretons (primaire, collège, lycée) font l'apprentissage des sports nautiques et découvrent l'environnement maritime[768].

[767] Audition CESR de M. Jean KERHOAS, délégué général de Nautisme en Bretagne, sur la contribution du nautisme au développement durable en Bretagne, le 3 juin 2008 à Port-la-Forêt (29)
[768] Le chiffre d'affaires ainsi généré était estimé à 3.5 millions d'euros par NEB, en 2008

En second lieu, dans le cadre des « classes de mer », chaque année, 20 000 jeunes (primaire et collège) venus de toute la France, vivent un séjour dont l'objet majeur est la connaissance de l'environnement maritime[769].

Rappelons ici que l'accès aux pratiques nautiques est conditionné par l'apprentissage préalable du « savoir nager » et qu'en la matière, la situation reste largement inégalitaire, voire inquiétante, en Bretagne comme ailleurs en France[770].

Michel Desjoyeaux : « Il faut inciter les jeunes bretons à faire de la voile »

Interrogé lors de son audition[771] sur le rôle éducatif de la course au large, Michel Desjoyeaux a formulé une préconisation à destination des institutions publiques :*« Il faut inciter les jeunes bretons à faire de la voile, notamment à travers le sport scolaire ».*

1.1.5. Le sport comme éducation à la citoyenneté, ouverture internationale et dialogue interculturel

De nombreuses activités, rencontres ou manifestations sportives favorisent l'ouverture internationale des jeunes, en même temps que leur apprentissage de la citoyenneté et du dialogue interculturel[772].

L'exemple du Tournoi international de football de Dirinon dans le Finistère, très emblématique à ce sujet, est présenté dans la troisième partie du rapport portant sur la vie sociale et le développement territorial. Nous rapporterons ici une autre action régionale particulièrement intéressante en ce domaine, les « BZH à Beijing 2008 », et citerons l'exemple du Tournoi international de Basket de Pacé, en Ille-et-Vilaine, l' « Eurobasket ».

1.1.5.1. Les BZH à Beijing 2008 : valorisation du bénévolat des jeunes, ouverture internationale et éducation par le sport

L'action « Les Trophées du sport – les BZH à Beijing 2008 » a fait l'objet de bilans approfondis de la part de la DRDJS 35 et de BSI, y compris sous la forme d'un DVD rendant compte de l'épopée des jeunes bretons pendant les Jeux Olympique, dans la province chinoise du Shandong, jumelée avec la Bretagne depuis 1985[773].

L'audition de ses co-organisateurs[774] a permis de mieux saisir sa dimension culturelle et éducative.

[769] Le chiffre d'affaires annuel des classes de mer en Bretagne était estimé à environ 8 millions d'euros au moment de l'audition de NEB, en 2008
[770] Voir ci-avant, le chapitre consacré aux équipements de l'EPS, passage consacré aux piscines en Bretagne
[771] Audition de Michel Desjoyeaux à Port-la-Forêt, par le CESR, le 3 juin 2008
[772] Sur le sujet voir le site de l'International Sport and Culture Association (ISCA) : http://isca-web.org/french/ . En France, aujourd'hui, l'UFOLEP, l'USEP et la FFEPGV sont membres de l'ISCA
[773] Les développements qui suivent sont des extraits sélectionnés de ces documents, parfois légèrement remis en forme et reformulés.
[774] Auditions de Mme Huayin LIU, chargée de mission à Bretagne Sport International (BSI), M. Yannick MORIN, Président de BSI, M. Emmanuel MOURLET, Inspecteur à la DRDJS 35, sur l'action «Les Trophées du sport – les BZH à Beijing 2008 » et la valorisation du bénévolat sportif des jeunes, CESR, le 1er avril 2009, Faculté des métiers de Ker Lann, Bruz

A) Contexte et origine du projet : valoriser l'engagement bénévole de jeunes sportifs bretons en profitant du jumelage Bretagne-Shandong à l'occasion des JO de Pékin en 2008

D'abord développée dans le secteur du nautisme et de la voile, la coopération entre la Bretagne et la province chinoise du Shandong, s'est étendue entre 2006 et 2008 à d'autres disciplines sportives : cyclisme (route, BMX, VTT), course à pied (marathon), cerf-volant et vol libre. Afin de développer, diversifier et structurer cette coopération internationale, le CROS Bretagne, la DRDJS Bretagne et la Région Bretagne, créent l'association Bretagne Sports International (BSI) en 2007.

Après les JO d'Athènes en 2004, certains responsables régionaux s'inquiètent d'un défaut de présence de la Bretagne lors des manifestations olympiques. L'idée germe alors d'amener des jeunes sportifs en Bretagne aux JO de Pékin en 2008 afin de valoriser et récompenser leur engagement bénévole exemplaire en faveur de leurs associations sportives : accueil, organisation, arbitrage, accompagnement de personnes en situation de handicap, préservation de l'environnement…

Afin de sélectionner les heureux élus, un concours régional dénommé « le Trophée des jeunes officiels sportifs » est organisé en 2006, puis en 2007. Piloté par le CROS Bretagne, la DRDJS, l'UNSS et l'UGSEL, ouvert à tous les jeunes de 12 à 16 ans inscrits dans un club sportif breton, ce concours permet d'arrêter une liste de 35 jeunes lauréats complétée par la sélection de 6 lycéens bretons apprenant le Chinois et engagés dans la vie de leur établissement. Au final, ce sont 41 jeunes, 24 filles et 17 garçons, âgés de 12 à 18 ans, qui seront du voyage sportif et culturel en 2008.

***« Comment peut naître un tel projet ? »* selon Emmanuel Mourlet, DRDJS 35**

« Réponse : parce que le sport, ce n'est pas que du sport ! »

Le sport en France est un espace culturel qui a un langage qui lui est propre, et dans lequel se reconnaît une partie considérable de la population : son organisation, ses bénévoles, ses pratiquants, ses compétitions internationales, son public, sa presse, les nouveaux sports à sensation...

Le sport en France est en même temps un fait de société qui irrigue la vie sociale dont il est le reflet : la télévision, le savoir faire en matière de construction d'équipements, le commerce d'articles de sports et ses grandes marques françaises, le chauvinisme, la solidarité, les échanges internationaux, le tourisme sportif.

Le projet Jeunes officiels est à la croisée de ces deux dimensions : le mouvement sportif sait récompenser les siens, le mouvement sportif sait (doit) prendre la place qui est la sienne dans l'éducation et la solidarité[775]. »

B) Le voyage à Pékin : ouverture internationale et éducation par le sport

Comme l'a souligné Emmanuel Mourlet lors de son audition, la vocation de l'action est avant tout éducative. Sa finalité première est en effet « d'inciter et préparer les citoyens sportifs de demain, en les rendant acteurs d'un séjour à l'étranger au cours d'un évènement sportif mondial : les Jeux Olympiques de Pékin 2008 [776]». Plus précisément, les objectifs du « Trophée » sont de :

« - favoriser l'engagement des jeunes dans la vie associative : animation, organisation, arbitrage, pratique…,

[775] Audition CESR, 1 er avril 2009, à la Faculté des métiers de Ker Lann à Bruz.
[776] Bilan « Les BZH à Beijing 2008 », Mars 2009, p 11

- développer des savoir-faire dans le domaine de l'animation et de la communication,
- favoriser l'expression des jeunes et le réinvestissement de l'expérience acquise,
- améliorer la relation à l'autre, au sein du groupe des jeunes français, avec les jeunes chinois rencontrés,
- découvrir et appréhender une culture différente de la sienne[777]. »

Cette préoccupation éducative permanente s'est notamment manifestée par l'encouragement des jeunes à être véritablement acteurs du projet et de l'action. Avant, pendant et après le voyage, ils ont ainsi pu imaginer, mettre en œuvre et rendre compte de nombreuses initiatives en particulier dans les domaines de la communication et de l'animation socioculturelle du séjour.

Pendant les 15 jours du séjour, entre les 7 et 22 août 2008, les 41 jeunes et leurs encadrants ont vécu des expériences et des rencontres humaines, sportives et culturelles extraordinaires : cérémonie d'ouverture des JO sur écran géant, épreuves olympiques de gymnastique masculine, de basket, d'athlétisme, visite de la Cité interdite à Pékin et de la Grande muraille, dialogue et échanges interculturels avec des jeunes et des familles chinoises…

Pour Emmanuel Mourlet, « ces jeunes ont vécu une expérience définitivement gravée dans leur mémoire. Des jeunes qui ont grandi et portent un regard nouveau sur leur histoire personnelle. Des jeunes enfin, qui ont appris à parler de cette expérience et en démultiplient déjà les conséquences bénéfiques au lycée, sur leur entourage familial… et sportif[778] ». Au final, il ne fait aucun doute que les 41 jeunes sauront « tirer parti, pour leur avenir, de l'expérience humaine qu'ils ont partagée ».

Cette action exemplaire, tant par ses finalités et méthodes éducatives que par son organisation, est un modèle de réussite pour la gouvernance régionale du sport en Bretagne. Particulièrement complexe, ce projet a pu être mené à bien grâce au rassemblement, à la forte mobilisation et à l'engagement durable des acteurs régionaux du sport et de leurs réseaux : CROS Bretagne, DRDJS Bretagne et Région Bretagne. Le tout organisé et valorisé par l'action de Bretagne sport international (BSI).

[777] Bilan « Les BZH à Beijing 2008 », Mars 2009, p 11
[778] Bilan « Les BZH à Beijing 2008 », Mars 2009, Introduction p 2.

1.1.5.2. L'Eurobasket de Pacé

L'Eurobasket de Pacé constitue un autre exemple local d'éducation et d'ouverture internationale par le sport en Bretagne[779].

Pacé est une commune périurbaine de 8500 habitants située à 10 mn au Nord-Ouest de Rennes. Le Tournoi international de basket benjamin[780] en est l'un des grands événements sportifs et festifs annuels. Le temps d'un week-end, il attire chaque année environ un millier de spectateurs qui viennent assister aux matchs et participer aux animations culturelles.

Qualifié par son Président de « fête des enfants », le Tournoi, pour sa 25 ème édition des 28 et 29 mars 2009, a rassemblé 30 équipes, dont 19 provenaient de 9 pays étrangers[781], la plupart membre de l'Union européenne. Avec les joueurs français, ce sont près de 300 jeunes sportifs qui se sont rencontrés lors des 87 matchs du Tournoi.

Les équipes sont évaluées non seulement sur leur résultat sportif mais également sur leur fair-play. Chaque année, une équipe est ainsi désignée comme « la plus fair-play » du tournoi.

L'Eurobasket fait œuvre éducative en contribuant à l'ouverture et à la culture européennes des enfants. Par le dialogue interculturel qu'il produit, par son esprit de convivialité locale, de respect et de compréhension mutuelle, même à sa modeste échelle, il sème la « paix dans l'esprit des hommes », pour reprendre la formule de l'UNESCO.

1.1.6. Le sport comme éducation populaire dans les quartiers : exemple du Club omnisports de Lorient

1.1.6.1. Le sport comme projet d'éducation populaire

Le Club omnisports lorientais (COL) est une association multiports affiliée à la Fédération Sportive et Gymnique du Travail (FSGT). Intervenant à Lorient, principalement dans les « quartiers de précarité », elle met en œuvre un véritable projet d'éducation populaire par le sport.

Pour Joël Courtet, son Président, « le sport est d'abord une éthique, une culture, une éducation populaire »

Les activités physiques et sportives sont pratiquées dans un esprit éducatif, ludique, coopératif et solidaire. Le résultat sportif n'est pas ici une fin en soi. La finalité du sport populaire est de permettre à des populations éloignées de la pratique sportive d'y avoir accès à proximité de chez elles et d'améliorer leur bien-être physique, psychologique et social, suivant en cela la définition de la santé donnée par la l'Organisation mondiale de la santé.

Pour la FSGT, sport et développement humain sont liés : « La FSGT est un espace de liberté, de responsabilité et de mutualisation pour développer des activités physiques pour

[779] Audition de M. Michel GARNIER, Président d'Euro Pacé Association, responsable du tournoi international «Eurobasket » de Pacé (35) ; CESR, le 1er avril 2009, Faculté des métiers de Ker Lann, Bruz
[780] Joueurs de 12-13 ans
[781] Équipes étrangères 2009 : Algérie, Belgique, Maroc, Italie, Lituanie, Pologne, Irlande, République Tchèque, Ukraine

tous, de la petite enfance aux seniors de 80 ans, pour l'éducation, la santé, le développement humain[782] de chacun[783] ».

Le sport est donc ici considéré comme un levier d'émancipation personnelle et collective des habitants des quartiers défavorisés.

1.1.6.2. Exemples d'activités multisports éducatives dans les quartiers

Voici quelques exemples d'activités multisports développées par l'association « Sport populaire solidarité de KERVENANEC » (SPSK) à Lorient dont le principe est d'« aller vers » les habitants des quartiers

Kervénanec est le plus grand quartier d'habitat social de la ville de Lorient. Il regroupe près de 10 000 habitants, soit environ 10 % de la population lorientaise. Au plan sociodémographique, il présente plusieurs spécificités : importance des jeunes (43% des habitants ont moins de 24 ans), taux de chômage élevé avoisinant les 21 % (32 % chez les jeunes), une population touchée par la précarité (62% des ménages disposent de ressources inférieures à 40% des plafonds HLM et 16% des habitants sont en stage ou en formation) et 20 % de familles monoparentales[784].

Les enjeux éducatifs, de socialisation, d'intégration y sont particulièrement importants. C'est dans ce contexte que l'association « Sport populaire solidarité Kervénanec » a vu le jour. L'idée centrale est d'aller à la rencontre des habitants, notamment des enfants et des jeunes, pour proposer, en « microproximité », au pied des tours, des activités multisports valorisant la participation et l'émancipation des pratiquants. Au cours de son audition, Joël Courtet, a souligné l'importance du caractère multisports des activités proposées, en particulier pour favoriser la pratique des filles.

Quitte à adapter les activités et les règles sportives avec « les moyens du bord », y compris par des pratiques en plein air ou « de rue », le projet de SPSK est de ne laisser personne sur la touche. Au moyen d'une pédagogie positive valorisant les capacités de chacun, l'essentiel est la participation active du plus grand nombre pour restaurer ou consolider la confiance en soi des joueurs dans un esprit de responsabilité, de coopération et de respect mutuel. « Faire confiance » est ainsi le leitmotiv de l'action éducative de SPSK.

En pratique, les adolescents et les parents sont incités à s'impliquer dans l'encadrement des enfants, par exemple, en proposant aux enfants une activité football au pied des tours. Comme le souligne Joël COURTET : « le sport populaire développe aussi la notion de citoyenneté. Les jeunes comprennent qu'ils peuvent intervenir dans l'organisation de la Cité[785] ». Ces activités dans lesquelles l'autogestion est encouragée bénéficient quand même de l'accompagnement bienveillant et structurant d'encadrants sportifs de SPSK.

SPSK a, dans cet esprit, organisé en 2007 des JO des sports de l'enfant. Après des entraînements réalisés pendant l'été (ex : saut de haie), les enfants se sont pris au jeu et la manifestation a été un succès. Selon Joël Courtet, l'opération vise à *« amener le sport vers les gens pour qu'ils aillent d'eux-mêmes, ensuite, vers les structures[786] »*. Même si l'exigence et le sérieux sont présents lors des entraînements, ce qui prévaut c'est la dimension éducative qui valorise l'engagement et les progrès des enfants : *« plus que le résultat, on se doit de faire réussir l'enfant. L'échec est interdit. »*

[782] NDLR : nous mettons en gras
[783] Extrait de la plaquette de présentation du Foot à 7 autoarbitré
[784] Données tirées du site http://kervenanec.lorient.fr/, consulté le 22 juin 2009
[785] Interview de Joël Courtet, Ouest-France, Lorient, 11/02/2004
[786] Ouest-France, Lorient, 3/09/2007.

A noter que les activités proposées aux jeunes sont gratuites, SPSK ayant souscrit une assurance auprès de la MAIF pour couvrir les joueurs de passage. Pour ceux d'entre eux qui souhaitent s'engager davantage dans l'association, une licence FSGT à 5 € est proposée.

Les activités multisports sont aussi l'occasion de sortir du quartier et de s'ouvrir sur le monde. Ainsi, depuis 2002, des actions de coopération et de liens de solidarité ont été tissées avec des associations palestiniennes d'Hébron en Cisjordanie. Ce projet d'éducation populaire a pour objectif d'œuvrer pour la paix et la non-violence : *« Les enfants de la vieille ville d'Hebron ont des trajectoires de vie déstructurées, ils n'ont connu que la guerre. Sur place, nous formons sur place des animateurs qui les amènent à redevenir des enfants par le jeu autour d'activités culturelles et sportives*[787] *»*, indique Chafil Hbila, du Club omnisports de Lorient (Col). Ce modèle d'animation qui permet aux jeunes citoyens de se réapproprier l'espace urbain fait écho aux actions sportives de microproximité mises en place à Lorient, dans le quartier de Kervénanec.

Le COL a aussi expérimenté une forme de compétition sportive originale, dans un but d'éducation et de socialisation par le sport, le « football à 7 autoarbitré » de la FSGT (voir ci-après).

1.1.7. La compétition sportive peut être éducative et formatrice, y compris dans le haut niveau : réflexions, témoignages et exemples

1.1.7.1. Compétition et éducation : un lien qui ne va pas de soi

Le 8 octobre 2009, l'Institut national du sport et de l'éducation physique (INSEP) organisait un colloque intitulé « Compétition et éducation, entre opposition, conciliation et composition ». L'une des problématiques soulevées était la suivante : *« Comment la pratique compétitive, la pratique des athlètes de haut niveau, peut-elle avoir un lien avec la pratique sportive éducative du plus grand nombre, à des fins éducatives ? ».* Se poser la question, c'est implicitement reconnaître que ce lien entre éducation et compétition ne va pas toujours de soi.

L'interrogation n'est pas nouvelle. Déjà, au début du XXème siècle, dans l'Entre-deux-guerres, Georges Hébert, dans son ouvrage « Le sport contre l'éducation[788] », prenait le contre-pied de Pierre de Coubertin en critiquant radicalement la spécialisation compétitive et la spectacularisation du sport moderne d'origine anglo-saxonne, considéré comme contre-nature et anti-éducatif.

Plus tard, la critique du sport moderne d'inspiration marxiste rejettera vertement le sport de compétition spectaculaire, considéré comme un narcotique social, un opium du peuple, une aliénation des masses, un vecteur de reproduction des inégalités et injustices du système bourgeois capitaliste dominant[789].

Aujourd'hui, les médias se font régulièrement l'écho d'affaires de blessures, de dopage, de tricheries, d'incivilités et de violences (joueurs et spectateurs) dans le sport de compétition. Ils dénoncent de concert le règne de l'argent roi, par exemple dans le football professionnel, ainsi que l'instrumentalisation économique ou politique de certaines compétitions sportives … tout en s'en faisant, parfois malgré eux, les vecteurs.

Une autre critique récurrente est à prendre en compte : la compétition sportive en sélectionnant les meilleurs d'une discipline en exclurait de fait la majorité. En recherchant

[787] Ouest-France, Lorient, 23/01/2007- « Vers une éducation à la paix et à la non violence »
[788] Georges Hébert, «Le sport contre l'éducation », 1925
[789] Voir par exemple, en France, les ouvrages critiques de Jean-Marie Brohm et Marc Perelman

prioritairement le résultat sportif, l'élitisme attaché à la compétition sportive irait ainsi contre l'idéal du sport pour tous.

Enfin, l'idéologie du dépassement de soi sans limite, le culte de la performance pour/contre soi-même, pour/contre les autres, la compétition sans modération peuvent nuire gravement à la santé. En ce sens, certaines pratiques compétitives déséquilibrées et déséquilibrantes peuvent être considérées comme des conduites à risque, assumées ou non (voir première partie du rapport sur la santé).

Face à ce sombre tableau, comment envisager un rôle éducatif de la compétition sportive ?

1.1.7.2. L'ambivalence de la compétition sportive

Lors de son audition, l'écrivain et historien du sport, Jean Durry[790], a souligné « l'ambivalence » du sport moderne : comment concilier la devise olympique *« Citius, Altius, Fortius »* (« plus vite, plus haut, plus fort ») avec le projet éducatif de Pierre de Coubertin qui déclarait en 1919 : « *Tous les sports pour tous : voilà sans doute une formule qu'on va taxer de follement utopique. Je n'en ai cure. Je l'ai longuement pesée et scrutée : je la sais exacte et possible ».*

Si le sport moderne est une «liberté d'excès[791] », jusqu'où peut-on aller « plus vite, plus haut, plus fort » pour concevoir que cette liberté puisse servir le but proclamé de l'olympisme qui est de « *mettre le sport au service du développement harmonieux de l'homme en vue de promouvoir une société pacifique, soucieuse de préserver la dignité humaine »* (article 2 de la Charte Olympique) ? Jusqu'où le « dépassement de soi » (voir encadré ci-après) peut-il « aller trop loin » pour que la compétition reste éducative ?

Axes de réflexion pour une lecture philosophique du dépassement de soi dans le sport de haut niveau – Par la philosophe, Isabelle Quéval[792] –

« La notion de dépassement de soi ne pouvait advenir dans l'univers de la pensée antique, marqué par l'idée de finalité naturelle et la représentation d'un monde clos et fini. C'est l'idée d'une nature comme pourvoyeuse d'ordre et de normes qui prédomine, interdisant à l'homme l'idée de progrès indéfini. Aussi faut-il attendre les bouleversements scientifiques des XVIème et XVIIème siècle pour qu'advienne l'ambition de la perfectibilité et que l'homme se pense selon un progrès constant. Une réflexion sur le dépassement de soi révèle ce qui oppose deux représentations du monde et de l'homme, ainsi que l'affirmation progressive de l'idée de progrès. Elle conduit à repérer dans le sport de haut niveau l'emblème d'une idéologie du dépassement de soi qui traverse la société entière. En cela, le sport de haut niveau témoigne de l'ambivalence de l'excellence corporelle et est le révélateur paroxystique des conséquences du dépassement de soi. Lorsque l'obsession de la performance conduit au surmenage du champion ; au travers du dopage, lorsqu'il stigmatise un problème général des sociétés occidentales, la consommation addictive à fin de performance ; lorsque, par les techniques médicales accompagnant l'entraînement sportif, il interroge sur l'évolution humaine et le rapport nature/culture. »

Afin de dépasser cette contradiction apparente, il faut renoncer à l'angélisme des vertus présupposées du sport. Pour Jean Durry, *« le sport est ce qu'on en fait, il n'a pas de vertu intrinsèque »* et pourtant *« rien ne témoigne mieux des valeurs humanistes de l'olympisme que l'esprit qui souffle sur un village olympique »*. De même, le sociologue Dominique Bodin, lors de son audition, a soutenu que le sport n'est *« ni bon et vertueux par nature »*,

[790] Audition CESR Bretagne du 29 avril 2008
[791] Pierre de Coubertin
[792] Résumé introductif de l'article paru dans la revue Science et Motricité n°52-2004/2 pp 45-82 – Pour un approfondissement, voir l'ouvrage d'Isabelle Quéval « S'accomplir ou se dépasser. Essai sur le sport contemporain », Gallimard, 2004, 341 pages.

ni *« à feu et à sang »*, et de s'interroger : *« Pourquoi le sport devrait-il être meilleur que le reste de la société ? ».*

Ainsi, comme le sport dans son ensemble, la compétition sportive est ambivalente : elle peut exclure, rabaisser ou détruire la personne humaine comme elle peut l'intégrer, l'éduquer et l'élever. Tout dépend du jeu, de son esprit et de ses règles. Tout dépend surtout des qualités humaines de celles et ceux qui organisent la compétition, qui la régulent, qui la servent, qui s'en servent, qui la pratiquent, qui la regardent, ou qui la donnent à voir.

1.1.7.3. La compétition sportive humaniste, une école de la vie

Si la compétition sportive est reliée à une éthique sportive, à un projet éducatif, à une culture humaniste et démocratique, si elle est centrée sur le développement équilibré et durable du pratiquant plus que sur le seul résultat sportif, si elle est orientée par le respect permanent de sa dignité, de son intégrité et de sa santé physique, psychologique et sociale, alors elle peut être éducative, quel que soit le niveau de pratique, du sport de loisir au sport de haut niveau.

La compétition humaniste fait partie de l'éducation par le sport. Sous-tendue par une éthique personnelle et un comportement citoyen des pratiquants comme de leurs encadrants, jalonnée d'efforts, de combats, de joies et de peines, de réussites et d'échecs, elle peut être une école de la vie.

Interrogé sur une éventuelle incompatibilité de principe entre éducation et compétition, le délégué général de l'Agence pour l'Education par le Sport, Jean-Philippe Acensi, va d'ailleurs en ce sens : *« Je dirais pour ma part que la compétition ne joue pas contre l'éducation par le sport. Notre agence a primé de nombreux projets alliant des objectifs d'insertion et de compétition. Quant aux logiques d'affrontement et d'adversité, elles ne prennent de l'ampleur que dans la mesure où l'encadrement tolère des comportements inacceptables*[793]*. »*

Dans ces conditions, compétition et éducation, sport de haut niveau et sport pour tous, « liberté d'excès » et préservation de sa santé, confrontation aux autres et respect des autres, dépassement de soi et respect de soi, peuvent ne plus être considérés comme antagonistes mais comme complémentaires. Pour reprendre l'expression de la philosophe Isabelle Quéval, « le dépassement de soi » peut alors s'élever jusqu' à « l'accomplissement de soi ».

Les structures sportives d'entraînement en Bretagne en 2009[794]

- 47 Centre locaux d'entraînement (CLE)
- 5 Pôles France
- 19 Pôles Espoir
- 3 Centres de formation des clubs professionnels (CFCP)
- 10 Centres d'entraînement et de formation des clubs (CEFC)
- 250 Sections sportives scolaires
- 7 Sections sportives universitaires

[793] Interview de Jean-Philippe Acensi, Gazette des communes, 28 mai 2007, « Faut-il encore croire à l'éducation par le sport ? », article de Laurent Bigot, p32
[794] Source : DRDJS, d'après la Lettre du CROS Bretagne n°98 janvier 2009.

1.1.7.4. Quelques témoignages de sportifs de haut niveau sur le potentiel éducatif de la compétition

A) Michel Desjoyeaux : une image auprès des jeunes qui induit une responsabilité éducative

La commission « Qualité de vie, culture et solidarités » du CESR, à qui la réalisation de cette étude a été confiée a eu la chance de pouvoir rencontrer Michel Desjoyeaux[795], à Port-la-Forêt, où est basée son entreprise « Mer agitée » ainsi que le Pôle France « Course au large ». Le skipper de Foncia a beaucoup insisté sur la dimension humaine autant que technique de la course au large. Il est conscient que son image induit une responsabilité vis-à-vis des jeunes et que le sportif de haut niveau, en ce sens, a une fonction éducative qui repose autant sur ses exploits que sur son exemplarité. Son parcours, ses victoires, sa passion, son enthousiasme, et son « envie » sont déjà en soi, en ce sens, un message éducatif à son public, jeune ou … adulte.

Issu d'une famille nombreuse, Michel Desjoyeaux, qui suit une partie de sa scolarité par correspondance, est présent auprès de ses parents, de la mer et des bateaux. Il pratique alors *« la voile pour le plaisir avec l'ambition, un jour, d'en vivre ».*

Michel Desjoyeaux l'affirme, il *« n'a pas voulu faire de la voile pour de l'argent »*, d'ailleurs son salaire n'a rien à voir avec les gains astronomiques d'un footballeur professionnel qu'il n'envie en rien : *« Je n'aurais pas voulu devenir joueur de foot ou alors, sur le banc de touche, pour filer avec le salaire du joueur…et faire de la voile ! ».*

Le skipper, pourtant l'un des plus grands compétiteurs de course au large, ne navigue pas « au résultat ». S'il s'investit avec autant d'énergie et de professionnalisme, c'est avant tout par passion, *« par engagement, par motivation »*, car *« la mer, ça apporte du bonheur »*. Lui qui affronte en mer les éléments les plus extrêmes, il la décrit comme un *« environnement avec peu de contraintes ».*

La forte dimension humaine de la course au large, qu'il partage entièrement avec l'équipe de son écurie « Mer agitée », reste primordiale à tous les niveaux.

Pour Michel Desjoyeaux, si la course au large peut remplir une fonction éducative, cela relève plus de son exploitation pédagogique par des professionnels enseignants que par le skipper lui-même : sciences physiques, mathématiques, sciences naturelles… Cela suppose une course d'une durée suffisamment longue comme l'est le Vendée Globe par exemple.

Pour autant, il est conscient de sa fonction d'exemplarité auprès des jeunes qu'il fait rêver. En termes d'image, la course au large exprime la liberté, l'aventure, l'extraordinaire, le goût du risque et de l'inconnu… *« Il y a trois sortes d'homme : les morts, les vivants et ceux qui vont sur les mers »*. Le skipper doit être conscient, que par son image, il permet à ceux qui sont à terre de *« vivre des émotions par procuration »*. Cela constitue en soi une responsabilité vis-à-vis des jeunes. Et celle-ci sera d'autant mieux assumée que le skipper, au-delà de l'exploit de la course au large, saura « rester lui-même en tant qu'être humain passionné par la mer », qu'elle soit haute ou basse…

Interrogé lors de la visite de son entreprise « Mer Agitée » sur les qualités nécessaires au skipper de course au large, Michel Desjoyeaux répond d'une phrase : « Il faut avoir envie ». Il précise qu' il faut aimer ce qu'on fait pour être performant et être performant pour réduire la part de risque inhérente à la course au large.

[795] Audition CESR du 3 juin 2008, Port-la-Forêt (29)

Cultiver « l'envie » et les « valeurs humaines », comme l'incarne Michel Desjoyeaux à terre comme en mer, voilà déjà un beau projet éducatif pour les jeunes en Bretagne qui rêvent de prendre le large …

B) Stéphane Diagana : « La compétition étant aussi vieille que la vie… »

Dans l'ouvrage du CNOSF « La raison du plus sport », Stéphane Diagana, champion du monde d'athlétisme, rappelle que la compétition fait partie de la vie et que l'espace ludique, symbolique et pacifié du sport peut permettre d'en faire l'apprentissage, sous réserve toutefois d'une bonne formation de ses encadrants.

Stéphane DIAGANA- Extraits de l'ouvrage du CNOSF «La raison du plus sport » (2006)

« […] Le sport est considéré à tort par certains comme une matrice de notre société et non comme son reflet, dès qu'il est dit de compétition. Pour les tenants de cette pensée, le sport porte donc une part de responsabilité non négligeable des maux et de la brutalité de nos sociétés modernes qui nous réduisent à la domination ou à la soumission, à vaincre ou à être vaincu, à la pression ou à la dépression. Pourtant, la compétition étant aussi vieille que la vie elle-même, le sport ne peut en être qu'un reflet aussi simplifié que symbolique…

Ce constat étant fait, il n'est pas interdit d'aspirer et d'œuvrer à un monde où la solidarité serait la loi première en lieu et place de la compétition, mais en attendant ce jour, il est aussi du devoir de tout éducateur de préparer ses élèves à la réalité à laquelle il sera confronté. Le sport utilisé à bon escient peut permettre de remplir ce double objectif. Au-delà de son bénéfice en termes de santé publique, il est l'outil pédagogique idéal pour cela. Il peut apprendre aux plus jeunes les mérites du dépassement et de la vertu, tout en présentant les écueils de l'irrespect et de l'égoïsme. C'est un outil puissant, qui nécessite une grande formation de la part de ceux qui le manient si l'on veut qu'il remplisse sa mission. Il permet d'apprendre à conjuguer à haut niveau et dans la plus grande diversité sociale, savoir-être et savoir-faire…[796] »

C) Robert Poirier : « Authenticité, travail, rigueur »

Lors de son audition au CESR[797], Robert Poirier, Président de l'Office des sports de Rennes et ancien directeur technique national d'athlétisme, a témoigné de son parcours personnel de sportif de haut niveau et de ses apports formateurs.

Issu d'une famille modeste, il entre à l'Ecole normale de Rennes en 1958. Se formant à devenir un « hussard de la République », il rencontre Jean HUITOREL[798], enseignant en éducation physique et sportive[799], qui devient son « maître ». Ses valeurs humanistes et républicaines, son charisme, sa capacité à tirer le meilleur de ses élèves marquent profondément Robert POIRIER en qui il détecte des qualités physiques et sportives de haut niveau. En s'entraînant intensivement, il devient major de sa promotion en sport à la fin de sa première année alors qu'il était le dernier à son arrivée à l'Ecole normale !

Robert POIRIER ne vit pas l'entraînement de haut niveau comme une contrainte : *« A aucun moment je n'ai considéré faire des sacrifices personnels. Le sport de haut niveau est pour moi un choix de vie. »* C'est une passion accompagnée par la société qu'il ressent comme une chance.

[796] CNOSF, « La raison du plus sport », septembre 2006, pp 152-153
[797] Audition du 16 décembre 2009 à Rennes.
[798] Voir l'ouvrage biographique : « Jean Huitorel, itinéraire républicain d'un éducateur engagé », Skol Vreizh, octobre 2006
[799] Egalement entraineur au stade Rennais

Il ira jusqu'à participer aux JO de Tokyo en 1964 et de Mexico en 1968 avant devenir Directeur technique national d'athlétisme de 2001 à 2005. Il exerce également de nombreuses responsabilités au sein du mouvement sportif et d'organismes publics de formation (CREPS, INSEP…).

Il définit sa ligne de conduite à partir du triptyque *« authenticité, travail, rigueur »*. Le sport de haut niveau (SHN) lui permet d'ancrer ces valeurs dans sa vie personnelle en même temps qu'il lui apporte une reconnaissance sociale et une ouverture sur le monde à travers la participation aux grandes compétitions internationales. Par exemple, sa participation aux JO de Tokyo lui fait découvrir la civilisation asiatique à travers le Japon de l'après-guerre. Quatre années plus tard, à Mexico, il assiste aux poings levés des athlètes Noirs sympathisants des Black Panthers. Les rencontres internationales contribuent fortement à l'éveil de sa conscience géopolitique.

C'est la raison pour laquelle, lorsqu'il devient DTN d'athlétisme, il incite les jeunes athlètes français à s'ouvrir au monde lors des compétitions internationales en visitant les pays accueillants : *« j'ai sorti les athlètes du triangle infernal : aéroport-hôtel-stade ! ».*

Robert Poirier est très clair sur la fonction éducative du sport en général : *« le sport n'est pas éducatif en soi, il n'a que les valeurs qu'on veut bien y mettre ».* Ce constat est vrai également pour le sport de haut niveau.

Les sportifs de haut niveau sont des êtres d'exception dans un système d'exception. Le risque est alors l'installation dans « une bulle dérogatoire » et « plus dure sera la chute » lorsque la réalité quotidienne reprendra ses droits. L'athlète doit aussi prendre garde à ne pas prendre pour argent comptant son aura médiatique qui surestime son positionnement social.

En tant que DTN, il s'attache à donner aux athlètes français des « repères sociétaux », en même temps que des valeurs humanistes. Il leur rappelle qu'ils sont des « êtres de pleins droits, mais aussi de pleins devoirs ».

D) Roxana Maracineanu : « Prendre en compte la vie en dehors du sport »

Roxana Maracineanu, championne du monde et médaillée olympique de natation, est intervenue lors d'une conférence de consensus sur l'éducation par le sport[800] afin de témoigner des apports éducatifs du sport de haut niveau dont le bénéfice à long terme, selon elle, est réel pour autant que soit prise en compte la personne globale de l'athlète, y compris « en dehors du sport ».

Pour la championne, dans le sport de haut niveau comme dans le sport de masse, la compétition est éducative et structurante, notamment pour les raisons suivantes :

- Elle peut favoriser la tolérance lorsqu'est pris en compte non seulement le résultat mais aussi l'investissement de la personne ;
- Elle contribue à l'affirmation de soi, à la confiance en soi, à la reconnaissance et à la promotion sociale, par exemple pour les femmes sportives de haut niveau ;
-Elle apporte de grandes satisfactions personnelles lorsque les bons résultats sportifs sont là ;
- Elle améliore la connaissance de soi, d'une part, par l'investissement dans l'activité elle-même (choix personnel, engagement, plaisir…), d'autre part, à travers les autres par la confrontation et la collaboration, y compris avec les entraîneurs ;

[800] Agence pour l'éducation par le sport, Conférence de consensus « L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires », 3 avril 2008, Sénat, Palais du Luxembourg

- Elle est une école d'engagement parce qu'elle donne la possibilité d'essayer sans peur : le sportif fait l'apprentissage de la prise de risque, du doute et du droit à l'erreur.

Mais attention, pour que la compétition soit vraiment éducative, l'entraîneur doit avoir conscience du parcours de l'individu et « prendre en compte la vie en dehors du sport » : études, famille… Il doit avoir une *approche globale de la personne*, dans l'intérêt du sportif lui-même comme de sa performance dans la compétition.

D'où l'importance de la mise en pratique du « double projet » à la fois sportif et éducatif pour les sportifs de haut niveau. Avec cette double-formation, le sportif de haut niveau pourra plus facilement transférer ses compétences sportives dans le milieu professionnel lorsqu'il devra se reconvertir.

E) Mme Hadda Guerchouche, sportive de haut niveau, championne paralympique : le sport, une « lampe magique » qui ouvre « le champ des possibles »

Lors de son audition au CESR[801], Hadda Guerchouche, sportive de haut niveau, championne paralympique de natation a témoigné, à travers son parcours, du rôle formateur du sport de haut niveau. Son histoire, son énergie et son enthousiasme sont déjà un message éducatif en soi.

« Hadda », cela veut dire « frontière » en arabe et « fée » en espagnol. Jeune enfant, une polio et une méningite la laissent handicapée : *« j'ai dépassé mes limites toute ma vie ».* En 1978, elle découvre la natation avec l'APF lors de cours rassemblant des handicapés physiques et mentaux, sans personnes valides. En 1989, élève au CREPS de Dinard, elle peut alors « exprimer tout son mental » en suivant une formation au BE Handisport et en participant aux cours du BEESAT (Brevet d'Etat d'éducateurs sportifs des activités physiques pour tous) et du BEESAN (Brevet d'Etat d'éducateur sportif des activités de la natation). L'enjeu est *« d'être performante pour pouvoir être avec les autres ».* En même temps le CREPS de Dinard lui « apporte des valeurs ».

Elle rencontre alors un entraîneur « très dur » qui la met au même régime que les valides. Elle s'accroche, fait des sacrifices et devient championne d'Europe au 200m 4 nages : *« Tout ça m'a tiré vers le haut ».* Le sport de haut niveau lui permet « d'exprimer sa colère », de dépasser une « croyance limitante » en un handicap-punition. Relativisant son handicap, elle peut désormais pratiquer sans complexe : *« il n'y a pas de noblesse dans la souffrance ni dans le handicap (…) La vie vaut la peine d'être vécue »,* même si *« quel que soit le handicap, cela nous demande plus d'effort [que les valides] ».* Hadda souligne deux travers du rapport à la différence : « l'indifférence et le communautarisme ». La « pairémulation » lui paraît très importante pour se dépasser.

Forte de son expérience elle est convaincue que, pour une personne en situation de handicap, faire du sport est un moyen efficace pour accéder à l'autonomie : « la culture sportive permet de mieux s'en sortir » Hadda refuse une société de l'image, du non effort, du plaisir immédiat, qui ne favorise pas cet accès. La pratique sportive accroît la capacité d'adaptation de la personne en situation de handicap. Pour aller à la compétition, *« il faut être capable de se débrouiller à côté du sport ».* Pour élargir ce « champ des possibles », le coût du matériel handisport peut être un frein important (ex : un fauteuil handibasket en carbone coûte environ 5000 €). Or chaque enfant, valide ou handicapé, devrait avoir accès à une éducation sportive.

[801] Audition CESR du 16 décembre 2008

☛Préconisation au Conseil régional
-Financer davantage, dans les lycées, l'acquisition de matériel de handisport pour l'EPS comme pour le sport scolaire.

Au-delà des gains d'autonomie, la pratique sportive peut permettre à la personne handicapée de *« se réconcilier avec son corps, avec sa valeur et de vivre dans le champ des possibles (…) Si je n'avais pas fait de sport, mon corps et moi, on ne se serait jamais rencontrés, ça aurait été dommage quand même ! ».*

Pour Hadda, les personnes en situation de handicap doivent entrer *« dans le droit commun »*, loin de toute approche stigmatisante, compatissante ou victimisante. L'enjeu est *« d'être avec tout le monde »*. Les résistances sont parfois parmi les personnes handicapées elles-mêmes : certaines préfèrent rester entre elles. Parfois, c'est une étape nécessaire avant de s'ouvrir aux autres, dans une logique de « pairémulation », à condition, précise-t-elle, d'en sortir…

Hadda intervient en milieu scolaire pour sensibiliser au handicap. L'espace sportif, du jeu, permet de libérer la parole. Le fauteuil roulant est ici utilisé comme vecteur de communication. Au sein de l'association rennaise APPARTH pour laquelle elle travaille, elle développe aujourd'hui un métier de coach sportif auprès de personnes souffrant de maladies ou de handicap psychiques. Pour l'accompagnement socioprofessionnel et la préservation de la santé mentale, le sport se révèle *« un outil génial »*

Et de conclure, en insistant sur l'importance du langage et de la communication non violente : « Grâce au sport, je me considère comme une lampe magique. Pour trouver le talent en soi, il faut savoir où frotter. Il est temps d'arrêter de se plaindre en France, il y a des tas de possibilités : c'est le champ des possibles (…) Si j'avais été valide, je me serais ennuyée ! ».

1.1.7.5. Les Centres de formation et d'entraînement des clubs (CEFC) : un label d'initiative régionale favorisant l'accès au haut niveau et la réussite scolaire

Le Centre de formation et d'entraînement des clubs (CEFC) est un label régional Etat-Région-CROS attribué à des clubs phare du sport de haut niveau amateur en Bretagne. Pour pouvoir bénéficier du label et du soutien public qui en découle, les CEFC doivent respecter un cahier des charges très strict qui est la traduction du principe de double formation des sportifs de haut niveau, c'est-à-dire la prise en compte simultanée de la formation sportive et scolaire des jeunes, avec un suivi médical.

A) Le Centre de formation et d'entraînement des clubs : le double projet scolaire et sportif vécu dans la proximité

Le label CEFC est une initiative bretonne conjointe du CROS Bretagne, de l'Etat en région (DRDJS) et de la Région Bretagne. A côté des Centres labellisés d'entraînement (CLE), des Centre de formation des clubs professionnels (CFCP) ou des Sections sportives scolaires, il est l'une des voies qui prépare les jeunes à accéder à la filière du sport de haut niveau, à l'image des Pôles Espoir[802]. Les CEFC s'inspirent d'ailleurs largement de ces derniers par leur finalité et leur fonctionnement. Comme eux, ils reposent sur le principe du double projet, à la fois scolaire et sportif, du jeune en formation.

[802] filière nationale officielle du haut niveau

Pour être labellisé CEFC, une structure de formation d'un club doit respecter un cahier des charges très rigoureux visant à garantir la qualité de l'encadrement humain et de la prise en charge des jeunes. Le Centre, qui fonctionne comme un internat, doit permettre aux adolescent(e)s de progresser simultanément sur les plans sportif, scolaire et personnel. Ils s'inscrivent donc bien dans un projet éducatif global respectueux de l'équilibre, de la santé et du projet de vie des jeunes, afin que leur avenir personnel et socioprofessionnel ne soit pas sacrifié sur l'autel des résultats sportifs à tout prix.

L'obtention du label CEFC donne droit, pour la structure bénéficiaire, à une aide financière régionale de la Région Bretagne et de l'Etat qui contribue à financer l'encadrement, les équipements, les déplacements et le suivi médical, socioprofessionnel et scolaire.

Le CEFC doit rendre une évaluation annuelle dont dépend la reconduction du label. Cette évaluation est à la fois quantitative (résultats sportifs et scolaires) et qualitative (encadrement, entraînement sportif, services aux sportifs).

Liste des 10 structures labellisées CEFC pour la saison 2008/2009 en Bretagne

- GV Hennebont Tennis de table,
- UJAP Quimper Basket,
- OC Cesson-Sévigné Handball,
- Rennes Volley 35,
- Etendard de Brest,
- Handball féminin Arvor 29,
- Pleyber-Christ Basket Club (voir ci-après),
- Goëlo Saint-Brieuc Côtes d'Armor (Volley ball),
- Avenir de Rennes Basket féminin,
- Stade briochin football féminin (voir ci-après).

B) Deux exemples de CEFC à Pleyber-Christ et Saint-Brieuc

1) Le CEFC de la section féminine de Basket de Pleyber-Christ : l'apprentissage du haut niveau à proximité des lieux de vie et de scolarité des adolescentes[803]

La création du CEFC de Pleyber-Christ est issue de la rencontre de la volonté du Club d'élever le niveau de ses joueuses et du souhait de ces dernières, âgées de 13 à 18 ans, de « tester le haut niveau » sportif dans des conditions conciliables avec leur réussite scolaire et leur épanouissement personnel à proximité de leur territoire de vie.

La recherche de proximité territoriale est essentielle, tant pour les responsables du club qui souhaitent s'appuyer sur des « filles du cru » que pour ces dernières qui peuvent craindre la perspective d'un éloignement géographique, par exemple au Pôle espoir de Rennes.

Lors de la saison sportive et de l'année scolaire 2008/2009, le CEFC a accueilli et pris en charge 18 jeunes filles âgées de 13 à 18 ans, dont 6 « Minimes » (13 et 14 ans) et 12 « Cadettes » (15 à 18 ans).

[803] Auditions CESR du 4 mars 2009 à Pleyber-Christ : M. Jean-Claude KERDILÈS, Maire de Pleyber-Christ et Vice-président de Morlaix Communauté, M. Marcel TANNE, co-président du Club ; Mme Laurence GORSE, co-présidente ; Mme Annick CORBEL, secrétaire du Club ; M. René GOAER, adjoint au Maire ; Mme Mélanie VENIER, responsable de l'internat et joueuse du Club de Basket de Pleyber-Christ en National Féminin 1 ; Mme Audrey VIDAL, également responsable de l'internat et joueuse du Club de Basket de Pleyber-Christ en Pré-national Féminin ; M. Gurvan MORVAN, responsable du CEFC, entraîneur et coach ; Joueuses cadettes, lycéennes et internes du CEFC : Melles Laure DESFOSSEZ, Lucie TREBONTA, Charlène GELEBART, Emmanuelle SEGALEN.

a) Les résultats scolaires doivent suivre…pour cela les élèves sont aidées et suivies quotidiennement par le CEFC

Toutes suivent une scolarité normale mais compte tenu de contraintes spécifiques, notamment en termes de transport et de suivi scolaire, des conventions ont été signées avec les deux établissements scolaires publics qui les accueillent, à savoir : le collège des Monts d'Arrée à Plounéour-Ménez situé à 7 km du CEFC et le lycée Tristan Corbière à Morlaix à 9 km.

Compte tenu de l'éloignement de Pleyber-Christ et des heures d'entraînement des joueuses, la gestion des transports scolaires est un problème, surtout le soir. Si les collégiennes et lycéennes bénéficient le matin des transports scolaires collectifs, en revanche il a fallu mettre en place un minibus conduit par des bénévoles pour assurer, chaque jour, le retour du Lycée ainsi que les déplacements des joueuses pour leurs entraînements quotidiens.

L'entraîneur et coach du CEFC, Gurvan MORVAN, est à la fois coach sportif et coach scolaire. Autant soucieux des résultats sportifs que scolaires de ses joueuses, il assiste aux conseils de classe et annonce d'emblée, dans le contrat moral passé avec les joueuses et leurs parents, que l'échec scolaire entraîne l'exclusion du centre.

Afin de réussir scolairement, en plus de leur travail personnel, les jeunes filles, qui vivent en communauté, s'entraident mutuellement et bénéficient au Centre d'une aide aux devoirs dispensée par des bénévoles de la commune, dont une institutrice à la retraite et des professeurs particuliers en cas de besoin (maths, français, anglais, etc.). Les plages d'études quotidiennes, 17h45-18h45 et 21h15-22h15, sont surveillées, de même que les résultats mensuels et trimestriels.

b) La vie sportive intense et rigoureuse des basketteuses du CEFC

A côté de leur vie scolaire, les jeunes filles du CEFC doivent s'organiser pour progresser dans leur vie sportive, ce qui suppose une discipline et une hygiène de vie au quotidien qui font partie intégrante de l'apprentissage du sport de haut niveau et de sa dimension éducative.

Avant de s'intéresser à la pratique sportive en elle-même, il faut signaler que le CEFC est responsable du suivi médical et de la santé de ses joueuses. Même si, n'étant pas inscrites sur la liste officielle des sportives de haut niveau, les joueuses du CEFC ne sont pas soumises au suivi médical longitudinal obligatoire, leur santé fait l'objet d'une attention constante. En début de saison, elles doivent effectuer un électrocardiogramme (ECG) et d'autres examens en cabinet médical ou paramédical. Elles bénéficient aussi d'un suivi médical à l'année assuré par les médecins généralistes de Pleyber-Christ. Une infirmière est à leur disposition jour et nuit. Enfin, pour la récupération, des séances de thalassothérapie ont lieu à Roscoff.

Pour leurs entraînements, elles sont encadrées par 3 entraîneurs breveté d'Etat 1er degré (BE), 1 entraîneur BE 2 spécifique et 2 entraîneurs spécialisés en préparation physique option basket-ball (FFB). Les séances ont lieu tous les jours du lundi au vendredi, après les devoirs scolaires, entre 19h et 20h30. Les matchs se déroulent chaque week-end, alternativement à domicile ou à l'extérieur, ce qui occasionne de nombreux et parfois lointains déplacements, notamment pour l'équipe des cadettes évoluant en Nationale 1.

Témoignages de Laure, Lucie, Charlène et Emmanuelle, joueuses du CEFC

Les joueuses ont été interrogées sur leur parcours de basketteuses, leurs motivations et leurs projets. Voici quelques extraits de leurs témoignages :

- J'ai commencé le basket à 6 ans. J'ai fréquenté le Pôle Espoir de Rennes et suis venue à Pleyber-Christ pour me rapprocher. Plus tard, je continuerai à jouer au basket mais j'envisage aussi de travailler dans le domaine du social…
- J'ai débuté à 8 ans à Brest, puis à Saint-Brieuc ensuite. Mes projets pour plus tard : continuer dans le basket, devenir entraîneure, faire des études en STAPS…
- C'est à 8 ans que j'ai commencé, à Plouzané. Je pense que je vais continuer le basket plus tard. J'espère pouvoir jouer à un meilleur niveau.
- J'ai commencé à 4 ans. Avant de venir à Pleyber-Christ, je suis allé à Rennes. Je souhaitais me rapprocher. Mon projet : être joueuse de basket et infirmière.
- Il faut vraiment aimer ça, il y a du plaisir. Ce qui me plaît le plus actuellement en tant que joueuse : l'équipe, me défouler, le plaisir de gagner, la compétition. Le plus difficile : l'éloignement d'ami(e)s proches, parfois le manque de temps libre…

Pour le coach et les responsables bénévoles du club, le plus important « c'est l'investissement et l'engagement des joueuses plus que le résultat ». Ce qui les met en colère : « qu'une fille ne mouille pas son maillot » à l'entraînement ou en match. Même s'ils préfèrent la victoire à la défaite, l'essentiel pour eux est de voir les joueuses progresser individuellement et collectivement sur le plan sportif comme au niveau scolaire, dans la logique du double-projet des sportifs de haut niveau.

Au CEFC, une vie en communauté fondée sur le respect de valeurs humaines et sportives

Dans la cuisine du Centre, lieu de convivialité entre joueuses, on peut voir des petites affichettes accrochées au mur qui chacune exprime une valeur à cultiver dans le groupe : *« Respect ; Motivation ; Ecoute ; Encouragement ; Générosité ; Solidarité ; Epanouissement ; etc. »*

c) La compétition et le haut niveau sont aussi une éducation

Cet engagement des joueuses, cette discipline de vie, ce goût de l'effort, cette organisation rigoureuse du temps, cet esprit d'équipe, cette volonté d'aller de l'avant et de se dépasser sont une éducation en soi.

Le cadre éducatif et sportif du CEFC de Pleyber-Christ montre que la compétition et le sport de haut niveau développent des aptitudes, des capacités, des potentialités, des qualités physiques et mentales qui contribuent au développement et à l'épanouissement personnel.

Loin des clichés qui opposent a priori succès sportif et réussite scolaire, le CEFC de Pleyber-Christ montre, par ses résultats concrets, que l'un et l'autre peuvent au contraire entrer en synergie : 100 % de passage en classe supérieure et 100 % de réussite au Brevet et au Baccalauréat. Est même cité le cas d'une joueuse qui était en situation d'échec scolaire avant d'arriver au centre et qui, une fois prise en charge par le CEFC, a eu le « déclic » pour se réconcilier avec l'école et renouer durablement avec les bons résultats.

2) Le CEFC de la section féminine de football du Stade briochin[804]

a) La section féminine de football du Stade Briochin : du sport ouvrier de Chaffoteaux et Maury à la Première division nationale

C'est en 1971, au sein de l'usine Chaffoteaux et Maury, fabricant d'appareils de chauffage, qu'une poignée d'ouvrières, parmi lesquelles Josette Andrée, décide de créer une section féminine de football. En 1973 et 1975, 11 joueuses participent à des tournois inter-entreprises de « foot-loisir ». En 1975-1976, l'association s'affilie à la Fédération française de football et ses joueuses participent pour la première fois à la Coupe de l'Ouest. A partir de là, le club progresse régulièrement dans les championnats amateurs régionaux et nationaux : vainqueur à plusieurs reprises de la Coupe de Bretagne, montée en première Division de l'équipe A, demi-finaliste de la Coupe de France en 2006-2007… Certaines de ses joueuses évoluent même au plus au niveau international, celui des « bleuettes » de l'équipe de France.

Depuis 1971, le statut du club a évolué, en particulier à partir du retrait de son principal sponsor « Chaffoteaux et Maury » en 1999. A cette date, le club devient le « Saint-Brieuc football féminin ». A partir de 2003, suite à un rapprochement des équipes de l'école de football, l'association fusionne avec le Stade Briochin masculin et devient le Stade briochin-football féminin.

Club phare de la région Bretagne dans le domaine du sport de haut niveau amateur, la qualité de son investissement dans la formation des joueuses est récompensée en 2007-2008 par la DRDJS, la Région Bretagne et le CROS Bretagne : il est labellisé « Centre d'entraînement et de formation ». Cette nouvelle reconnaissance lui apporte, moyennant le respect d'un cahier des charges rigoureux, un soutien financier public substantiel.

Dynamique, le football féminin du Stade Briochin voit son effectif de joueuses licenciées augmenter de 80 en 2006/2007 à 126 en 2008/2009. Cette progression est, pour l'essentiel, due à la croissance des catégories les plus jeunes (« école de football » et « 13 ans »).

b) Projet de développement : agir pour une meilleure reconnaissance du football féminin

L'axe principal du projet de développement de la section féminine de football du Stade briochin est le suivant : « la reconnaissance du football féminin repose sur l'augmentation du nombre de licenciées et de l'offre de pratique de proximité qui l'accompagne ».

Selon l'âge des joueuses et le niveau de pratique, la section féminine adapte son projet de développement en le déclinant en 9 objectifs :

- « La découverte » du football pour les petites filles de 7 à 11 ans (mixité facilitée à cet âge, actions dans les écoles primaires) ;
- « L'éducation » pour les joueuses de 12 à 15 ans (Centre d'animation féminin, compétitions sectorielles, développement du futsal et du foot en milieu scolaire avec l'UNSS)

[804] Auditions du 7 avril 2009 de responsables et joueuses de la Section féminine de football du Stade briochin : Mme Isabelle LE BOULCH, Vice-présidente déléguée aux Féminines ; Mme Sonia HAZIRAJ, entraîneur général des Féminines, Directrice du CEFC et joueuse de Première division ; Mme Josette ANDRE, bénévole fondatrice du Club de football féminin en 1973 ; Melle Elodie LE MOINE, joueuse et éducatrice salariée ; Melle Marion BOISHARDY, joueuse en Première division et élève du CEFC ; Melle Audrey FEVRIER, Joueuse de Première division et Internationale de l'équipe de France (-19 ans), élève du CEFC ; Melle Eugénie LE SOMMER, Joueuse de Première division et Internationale de l'équipe de France A.

- « La compétition » pour les joueuses de 16 ans à «seniors » (stabilisation de la Division 1, championnats régionaux et nationaux).
- « La formation des accompagnants » (formation des éducatrices, valorisation de l'encadrement et de l'arbitrage féminin).
- « La vocation féminine du club » (garder la spécificité féminine, qualité d'accueil et de prise en charge éducative »
- « L'excellence » (activité orientée vers l'épanouissement des filles et l'amélioration du niveau de pratique)
- « Détection/préformation »
- « Formation » : objectif de pérenniser le CEFC
- « Haut-niveau/sélections nationales » : « préparer au mieux les joueuses à potentiel et privilégier l'accompagnement, l'éducation, la formation et l'insertion professionnelle » (double-projet).

On observe, à travers la lecture de ce projet, non seulement une volonté de développement quantitatif du football féminin à Saint-Brieuc mais également une attention permanente à la dimension *qualitative* de ce dernier, en particulier le souci d'être mieux reconnu tout en préservant l'indépendance et la spécificité féminine du club ainsi que ses valeurs sportives, éducatives, humaines et sociales.

c) Le Centre d'entraînement et de formation du club (CEFC)

En 2008-2009, pour sa deuxième année de labellisation régionale, le CEFC de la section féminine du Stade Briochin a accueilli 12 joueuses âgées de 15 à 19 ans : *« le Stade briochin est absolument persuadé que pour faire de grandes choses, il faut se baser sur la formation des jeunes joueuses. A l'instar des centres de formation garçons, les responsables de la section féminine souhaitent favoriser l'épanouissement et l'éclosion de jeunes talents et pérenniser le club au plus haut niveau*[805]*. »*

Même si l'objectif de progression sportive est important, la priorité est accordée à la réussite scolaire et à l'équilibre personnel des jeunes filles : *« pas question de jouer avec l'avenir des jeunes ».* La responsable du CEFC, Sonia HAZIRAJ, à la fois joueuse de D1en nationale A et entraîneure, entretient des relations étroites avec les enseignants des deux établissements scolaires qui accueillent les joueuses : le Lycée du Sacré-Cœur et le Lycée Saint-Pierre de Saint-Brieuc. Elle assiste même aux conseils de classe. Par cet accompagnement scolaire et sportif coresponsable, les joueuses-élèves sont bien suivies et obtiennent de bons résultats et de bonnes appréciations scolaires.

Lors de son audition, Audrey Fevrier, élève du CEFC et joueuse en D1 au niveau international inscrite sur la liste des sportives de haut niveau, apprécie de pouvoir concilier sa passion sportive pour le football et les études, même si la gestion du temps est très exigeante : « *on s'avance au maximum, il faut être organisée* ». Pourtant, elle reconnaît que, certains soirs, en raison de la fatigue accumulée, cette conciliation peut être difficile. Son entraîneure, Sonia Haziraj, souhaiterait que l'engagement de ses joueuses telles qu'Audrey soit mieux reconnu à l'extérieur : *« c'est parfois beaucoup de concessions pour peu de considération ».*

[805] Plaquette de présentation du CEFC 2008/2009

Figure 107. Emploi du temps 2008/2009 des joueuses du CEFC de la section féminine de football du Stade Briochin

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
7H00	PETIT DEJEUNER	PETIT DEJEUNER	PETIT DEJEUNER	PETIT DEJEUNER	PETIT DEJEUNER
8H10	COURS	COURS	COURS	COURS	COURS
9H05					
10H15					
11H10					
12H05	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER	DEJEUNER
13H00	COURS	COURS	COURS	COURS	COURS
13H55			SUIVI SCOLAIRE / DETENTE FRED AUBERT		
14H50					
15H55		KINE		ENTRAÎNEMENT CEFC TACTIQUE (vidéo / obs…) Salle tv internat	ETUDE
17H00 17H45	ETUDE PR TOUTES LES INTERNES SALLE INTERNAT	ENTRAÎNEMENT CEFC			
18H00	MEDECIN				
19H00	ENTRAÎNEMENT CLUB	DÎNER	ENTRAÎNEMENT CLUB	DÎNER	ENTRAÎNEMENT CLUB
20H30		ETUDE		ETUDE	
21H	DÎNER		DÎNER		

Source : Stade Briochin, CEFC

Un enjeu majeur apparaît : celui d'une meilleure reconnaissance du football féminin et une d'une valorisation du statut des joueuses (voir la quatrième partie du rapport).

1.1.7.6. Une compétition originale d'éducation populaire : « le football à 7 autoarbitré »

La Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT) développe une forme originale de compétition sportive dans un but d'éducation et de socialisation de jeunes vivant dans des quartiers sensibles : « le football à 7 autoarbitré ». Mis en œuvre dans une perspective d'éducation populaire de microproximité, ce football particulier responsabilise les jeunes qui en deviennent les arbitres et peuvent même en négocier les règles…sous l'œil attentif et bienveillant de leurs éducateurs.

En Bretagne, le Club Omnisport de Lorient (COL) a tenté l'expérience[806]. Le CESR a pu auditionner son responsable, M. Joël Courtet[807].

A) Qu'est ce que le foot à 7 autoarbitré ?

La FSGT rappelle qu'au XIX ème siècle, avant l'émergence du sport moderne, le football se jouait sans arbitre, les règles pouvant être négociées entre les joueurs. Le « foot à 7 autoarbitré », modèle FSGT, voit le jour en mai-juin 1968 à Aubervilliers, dans le milieu ouvrier à l'occasion d'occupation d'usines. Dès 1970, un championnat est organisé en Ardèche avec une vingtaine d'équipes d'entreprise. En 2008, dans les régions françaises, plus de 2000 équipes, rassemblant près de 20 000 joueurs pratiquent ce type de football original.

[806] Pour d'autres actions éducatives multisports du COL voir ci-avant
[807] Audition CESR de Joël Courtet, Président du COL, le 27 février 2009, Chambre de métiers de Vannes

Le foot à 7 autoarbitré déroge aux règles officielles du football qui se pratique normalement à 11. Il se rapproche du foot ludique et convivial joué entre copains dans la cour d'école ou sur des terrains improvisés. Il se joue en 2X 25 mn ou 30 mn, sur une moitié de terrain de football classique, avec 7 joueurs. Il donne lieu à des rencontres sportives dans lesquelles l'esprit de fair-play, la participation des joueurs et la dimension ludique sont recherchés en priorité, quitte à adapter les règles traditionnels du football. Par exemple, le foot à 7 autoarbitré se joue sans hors-jeu, sans tacle et, comme son nom l'indique, sans arbitre ! Les règles sont conçues et négociées *« pour favoriser un jeu attractif et vivant, avec beaucoup de buts et pour lutter contre la violence et les blessures*[808] *».*

Autre spécificité déjà signalée : l'autoarbitrage. L'article 6 du règlement du foot à 7 fédéré dans la FSGT dispose en effet qu' *« il revient à chacun des participants d'assurer la régulation de la rencontre dans le meilleur des esprits. En cas de besoin, la régulation est recadrée par les responsables d'équipes. Ainsi, il appartient à chacun des joueurs d'arrêter son action, dès lors qu'une faute ou une sortie des limites du terrain a été observée »*. Etant précisé que « ce règlement est une base pour s'organiser » et que « chaque département construit son propre règlement ». La souplesse prévaut puisque *« d'un commun accord, les équipes pourront même l'adapter en début de rencontre si l'esprit, le principe de l'autoarbitrage et l'idée du beau jeu sont respectés ».*

Outre ces règles originales et adaptables, le foot à 7 autoarbitré de la FSGT se distingue surtout par son état d'esprit coopératif et accessible à tous : *« ce foot vraiment démocratique refuse de laisser les moins forts sur le banc de touche et l'élimination des plus faibles. C'est un foot pour que tout le monde joue : les ados de 12 à 17 ans accompagnés de leurs éducateurs, les adultes de 18 à 55 ans, de tous niveaux, du débutant au confirmé*[809] *».*

Les principes généraux du foot à 7 autoarbitré de la FSGT – Extrait[810]

« Dans le football autoarbitré à 7 (FA7), le plaisir du jeu et l'esprit de camaraderie, priment sur l'enjeu du résultat. Par l'autoarbitrage, les joueurs assurent eux-mêmes le loyal déroulement du match, ils en sont les garants. Chaque joueur se met en condition de considérer que sans les autres, pas de jeu possible. Outre ses équipiers, les joueurs de l'autre équipe sont aussi des partenaires qui lui permettent de jouer et donc de progresser. »

B) L'expérience du Foot à 7 autoarbitré du COL Lorient

Le COL Lorient a expérimenté pendant une année, en 2007/2008, le foot à 7 autoarbitré. Joël Courtet, son Président, a fait le bilan de cette action lors de son audition.

Au commencement, lorsque l'idée a émergé sur la place publique, le COL a rencontré un certain scepticisme de la part de ses partenaires éducatifs locaux. Sans règles officielles, sans la régulation d'un arbitre, ceux-ci craignaient l'apparition d' « incidents » entre les joueurs et doutaient de leur capacité à s'autoarbitrer.

En réalité, l'expérience a été très positive et aucun incident n'a été signalé : *« on est là pour jouer, donc tu respectes les règles »*, souligne Joël Courtet. La formulation est intéressante et suscite le questionnement suivant : sont-ce les règles qui font le jeu ou l'expérience responsable du jeu qui fonde le respect des règles ? L'expérience du foot à 7 autoarbitré à Lorient a bien fonctionné, favorisant, à travers le plaisir partagé d'un jeu très accessible, l'apprentissage de la co-responsabilité et du respect mutuel.

[808] Plaquette FSGT « Foot à 7 autoarbitré ».
[809] Plaquette FSGT « Foot à 7 autoarbitré »
[810] Plaquette FSGT « Foot à 7 autoarbitré »

Pour une question de moyens humains[811] et matériels (absence de locaux), l'expérience, bien que satisfaisante au niveau éducatif, n'a pas été reconduite en 2008/2009 à Lorient.

1.2. L'éducation par le sport : une formation tout au long de la vie

Les exemples et actions présentées dans les développements précédents concernaient essentiellement l'éducation par le sport pour les enfants et les jeunes. Pourtant les apports formateurs du sport peuvent se poursuivre à l'âge adulte, dans une logique d'éducation permanente et de formation tout au long de la vie.

Dans cette optique, il devient comme une auto-formation continue qui, sur la base du volontariat et de l'engagement personnel, peut aussi s'appuyer sur de la formation extérieure, qu'elle soit sportive ou autre.
Cette logique d'apprentissage permanent par le sport ou en lien avec le sport se retrouve aussi bien dans le sport pour tous que dans le sport de haut niveau. Pour le premier, nous prendrons comme exemple l'expérience formatrice du bénévolat sportif et, pour le second, le centre de formation du Pôle France « Finistère-Course au large ». Dans les deux cas, nous verrons que la vie sportive apporte des connaissances, des savoir-faire, savoir-être, des compétences personnelles et sociales qui sont de véritables acquis de l'expérience transposables en dehors du monde sportif.

1.2.1. Le Pôle France «Finistère- course au large » : au-delà de la performance sportive, l'ambition de former des « chefs de projet course au large ».

Lors de son audition, Christian Lepape, le Directeur du Pôle France «Finistère-Course au large », a présenté les grands axes de la formation des skippers, qu'ils soient confirmés comme un Michel Desjoyeaux ou un Jean Le Cam, ou bien encore dans la catégorie des meilleurs espoirs.

Au niveau sportif, le skipper doit être capable de maîtriser et combiner de multiples paramètres tant techniques qu'humains. Ce qu'explique Christian Lepape : *« Pour prétendre au plus haut niveau dans une discipline sportive, le pratiquant doit posséder un fond de jeu suffisamment étoffé. Plus on monte en niveau, plus la technique est élaborée, et plus l'harmonie entre tous les paramètres spécifiques à une activité (technique, stratégique, tactique, physique, mentale) doit être forte[812] ».*

Il ne s'agit pas pour lui de former uniquement des sportifs de haut niveau très performants mais bien de véritables « chefs de projet course au large » dans la logique du double-projet des sportifs de haut niveau.

1.2.1.1. La course au large : de l'aventure au sport professionnel de haut niveau

La course au large (CAL) a d'abord été une grande aventure de marins hors pair avant de devenir, depuis peu, une véritable discipline sportive professionnelle de haut niveau. Récente, non olympique, principalement développée en France et dans quelques pays européens, son impact médiatique et économique est pourtant fort : Route du Rhum, Vendée Globe, Solitaire du Figaro…

[811] Lors de son audition, Joël Courtet a exprimé son inquiétude quant à la pérennisation de l'emploi STAPS de l'association.
[812] Christian Lepape, « La compétition en solitaire », partie 1, 2006, p 17, http://www.polefinistere.com/, consulté le 25 septembre 2009

Elle se caractérise également par :

- l'importance de la dimension technologique dans la performance sportive ;
- sa forte attractivité médiatique ;
- son impact, en aval, sur le marché du nautisme ;
- son coût élevé, tant en investissement qu'en fonctionnement ;
- sa forte dépendance vis-à-vis des partenaires financiers privés (sponsors) à relier à sa logique de projets et de défis sans cesse renouvelés.

Ce n'est que depuis 2004 qu'elle est réellement reconnue comme un sport de haut niveau. On observe en effet un mouvement de professionnalisation dans lequel s'inscrit l'action formatrice du Pôle France de Port-la-Forêt.

1.2.1.2. Le Pôle France « Finistère course au large » : le double projet de former des sportifs de haut niveau et « chefs de projet course au large »

Le Pôle France « Finistère course au large » se présente ainsi sur son site Internet[813] :

« Le Pôle fonctionne depuis sa labellisation en 1995, dans le respect des instructions réglementant les filières sportives du haut niveau. Il garantit à l'athlète une prise en charge globale de son suivi sur toute l'année et s'inscrit dans une stratégie d'objectifs à moyen et long termes[814].

Basée à Port-La-Forêt, la structure offre les moyens techniques et humains nécessaires à une préparation au plus haut niveau : entraînements nautiques, professeurs de sport, météorologues, tacticiens, kiné et médecins assurent le suivi permanent des athlètes.

Chaque année, la structure accueille des marins issus de différentes filières. Ils intègrent le centre avec un projet personnel de course au large, la volonté de travailler en équipe et partager un savoir-faire. La démarche de détection, d'évaluation, de préparation et d'entraînement mise en place par la structure vise l'excellence sportive tout en favorisant le projet social et professionnel de chaque individu. C'est la notion de double-projet des sportifs de haut niveau.

Si les jeunes bénéficient majoritairement des apports du Pôle, les navigateurs plus expérimentés y restent fidèles. Le Pôle continue d'assurer une partie de leur formation dans le domaine de la météo ou du suivi médical ».

L'action du Pôle-France montre que la formation dispensée vise non seulement l'excellence sportive des skippers mais également le développement continu de leur capacité à être de véritables « chefs de projet course au large ». Ainsi en témoigne le contenu généraliste de la formation : technique de navigation et sécurité, préparation physique, suivi médico-sportif, gestion et droit des contrats, communication et médias, management et gestion de projets…

Les skippers renforcent ainsi leur aptitude à négocier des contrats plus équilibrés avec leurs partenaires publics et surtout privés. Ce qui doit leur permettre non seulement d'obtenir de meilleurs résultats sportifs en course au large, mais également de sécuriser leur avenir, tant du point de vue professionnel que personnel.

[813] http://www.polefinistere.com/, page d'accueil consulté le 25 septembre 2009
[814] NDLR : nous mettons en gras car ici apparaît le principe fondamental du double-projet de la filière du sport de haut niveau

On mesure l'importance de cette formation à l'aune des 32 projets en cours en juin 2008 dont le budget global atteignait les 29 millions d'euros environ.

Le Pôle dispense aussi de la formation continue sur des modules experts, une formation spécifique « Vendée Globe », et s'investit dans la détection de jeunes talents à l'occasion notamment du Challenge Espoir Région Bretagne (espoirs 18-25 ans) et les Filières du Talent DCNS (espoirs de plus de 25 ans).

En juin 2008, le Pôle rassemblait 26 athlètes de haut niveau et 5 « Espoirs », soit 75 % de l'effectif national de la discipline.

1.2.1.3. Course au large et valeurs humaines : concurrents et solidaires à la fois

Le Pôle est né de la volonté de plusieurs skippers de s'entraîner ensemble pour progresser sur le plan sportif, mettre en commun des moyens matériels, des savoirs et des savoir-faire. La concurrence acharnée qu'ils se livrent sur les mers et les océans à l'occasion des courses n'exclut pas l'esprit d'équipe et de solidarité lors des entraînements (ou lors d'opérations de secours mutuels en compétition). Le Directeur du Pôle a insisté sur ces valeurs humaines présentes au cœur même de la logique d'émulation et d'excellence sportive.

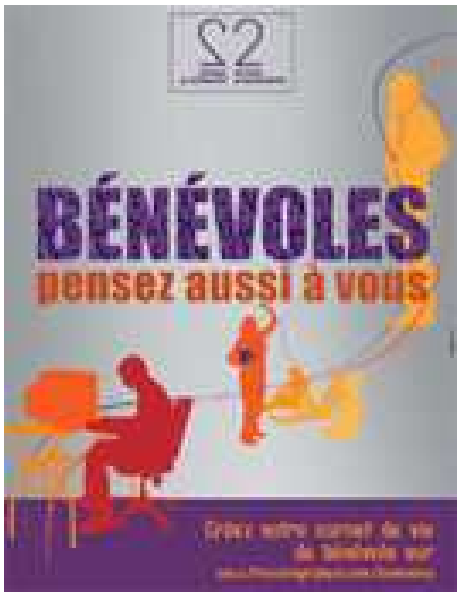
1.2.2. Le bénévolat sportif : une formation tout au long de la vie …à faire valider

Tournoi international de football de Dirinon[815], Grand-prix cycliste de Plouay, Cyclocross de Lanarvily, En avant Guingamp, CEFC du club de Basket féminin de Pleyber-Christ ou celui de la Section féminine du Stade briochin, Ecole d'aventure de Rugby du Morbihan, etc., sont autant d'événements ou de lieux où le CESR a rencontré des bénévoles non seulement passionnés et dévoués mais aussi le plus souvent très compétents, voire « professionnels » dans l'organisation et la gestion de leurs activités et responsabilités : gestion des ressources humaines, management, formation, gestion budgétaire, financière et juridique, communication, sécurité, santé, arbitrage, relations internationales… Cette liste est très loin d'être exhaustive !
Ainsi, les nombreuses auditions de bénévoles menées pour la présente étude (voir liste des personnes auditionnées en fin de rapport) ont montré l'extraordinaire portefeuille de compétences qu'ils déploient et acquièrent dans l'animation, l'organisation et la gestion de leurs activités ou manifestations sportives, des plus jeunes (ex : sport associatif scolaire) aux plus âgés (ex : organisation d'événements sportifs).

La loi de modernisation sociale du 17 janvier 2002 a en effet reconnu l'association comme une organisation apprenante. Si l'exercice du bénévolat participe de l'apprentissage de la citoyenneté, il permet aussi d'acquérir des compétences, des savoirs, de mettre en œuvre des parcours de formation et désormais des parcours de validation des acquis de l'expérience. La validation des acquis de l'expérience (VAE) est donc à la fois une reconnaissance de la valeur des acquis de l'activité professionnelle et de l'engagement des bénévoles associatifs.

[815] voir troisième partie du rapport ci-après

Figure 108.Affiche du CNOSF pour la promotion du Carnet de vie du bénévole



Source : CNOSF

L'engagement bénévole sportif peut donc être reconnu comme formateur au titre d'une VAE. Le mouvement olympique et sportif français (CNOSF) et son représentant régional, le CROS Bretagne, militent d'ailleurs fortement pour faire reconnaître, formaliser et valoriser les compétences acquises par l'activité des bénévoles sportifs. Pour cela, outre de nombreuses campagnes d'information, il a mis en place un outil électronique : le Carnet de Vie du bénévole ou CV du bénévole[816].

Le Carnet de vie comprend 6 rubriques à compléter par le bénévole : « Mon identité », « Mes titres », « Mes attestations », « Mes associations », « Mes formations associatives », « Mes savoir-faire ». Rempli soigneusement et régulièrement avec les attestations justificatives afférentes, il doit permettre, le cas échéant, de faciliter la reconnaissance des acquis lors d'une démarche de VAE.

Préconisation au Conseil régional

En lien avec le GREF Bretagne, la CRES Bretagne et ses Pôles territoriaux, la CPCA Bretagne, le CROS Bretagne, engager une réflexion sur l'harmonisation des outils de traçabilité de l'expérience bénévole en Bretagne dans une perspective de VAE.

[816] Toute l'information sur le Carnet de vie du bénévole du CNOSF sur http://www.franceolympique.com/art/160-carnet_de_vie_du_benevole.html , consulté le 25 septembre 2009

Chapitre 5

L’éducation par le sport : un projet fédérateur au défi d’une nouvelle gouvernance territoriale

1. Rassembler les acteurs de l'éducation et de la formation par le sport en s'inspirant de la méthode de concertation de la SREF et du PPI 456
1.1. Se baser sur la méthode de concertation de la SREF 456
1.2. ... et du Programme pluriannuel d'investissement (PPI) des lycées 456

2. S'inspirer des recommandations de l'Agence pour l'éducation par le sport en les adaptant aux spécificités de la Bretagne et de ses territoires 457
2.1.1. Le constat de l'APELS : des carences dans la gouvernance locale et l'évaluation de l'éducation par le sport..... 457
2.1.2. Les dix propositions de l'APELS pour faire de l'éducation par le sport « un projet d'avenir pour les territoires » 458
2.1.3. Conclusion : Il faut investir dans la mise en lien des acteurs de l'éducation par le sport au niveau des territoires..... 462

Introduction du chapitre 5 : *« Tous contribuent à la promotion et au développement des activités physiques et sportives en Bretagne »*

Les Etats généraux du sport en 2002 avaient déjà mis en évidence la nécessité de revoir les relations entre les acteurs territoriaux du sport. En 2007, le CES national, dans son rapport « Le sport et la vie sociale » (rapporteur André Leclercq), préconisait lui aussi une nouvelle forme de gouvernance territoriale du sport en préconisant de « favoriser l'émergence de contrats territoriaux du sport équitable », en insistant notamment sur la pertinence des niveaux régionaux et intercommunaux.

Afin de développer un *« esprit d'équipe »* dans le sport en Bretagne, le Conseil régional, dès 2004, a organisé une *« concertation active »* dans les départements bretons à travers les « Rencontres régionales du sport ». Puis en 2006, s'est tenue la première « Assemblée générale consultative du sport breton ». Dans le document de présentation des grandes orientations de sa politique sportive, le Conseil régional soulignait l'enjeu de la gouvernance et des relations avec la diversité des acteurs du sport en Bretagne : *« Communes, intercommunalités, départements, Etat et ses services déconcentrés, institutions sportives elles-mêmes organisées en fédérations, ligues et comités, associations… tous contribuent à la promotion et au développement des activités physiques et sportives en Bretagne. Ce sont les interlocuteurs naturels et privilégiés du Conseil régional*[817] *».*

Nous reviendrons plus loin, de manière plus générale sur les enjeux d'une nouvelle gouvernance du sport en Bretagne, mais d'ores et déjà, à l'issue de ce premier chapitre sur l'éducation et la formation par le sport, à travers la grande diversité des acteurs et actions concernées, de leurs spécificités comme de leurs interactions et convergences, il nous semble important que la Région Bretagne, parce que la formation est au cœur de ses compétences, prenne l'initiative – en partenariat -d'une nouvelle réflexion et concertation sur les enjeux régionaux et territoriaux de l'éducation et de la formation par le sport ainsi que sur sa gouvernance démocratique.

Car non seulement l'éducation par le sport est une finalité en soi, elle est aussi un projet de nature à fédérer les acteurs régionaux et territoriaux partageant les valeurs d'un sport humaniste et citoyen. En ce sens, il peut être un puissant levier pour faire advenir une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport en Bretagne et, ce faisant, pour valoriser la fonction éducative et sociale du sport, dimension aujourd'hui reconnue par l'Union européenne comme une spécificité du sport justifiant « l'exception sportive ». Les enjeux politiques, juridiques et financiers de la valorisation régionale et territoriale de l'éducation par le sport sont donc majeurs pour l'avenir du sport en Bretagne.

[817] Politique sportive du Conseil régional, 2ème session de juin 2006, p 1

1. Rassembler les acteurs de l'éducation et de la formation par le sport en s'inspirant de la méthode de concertation de la SREF et du PPI

1.1. Se baser sur la méthode de concertation de la SREF …

Tout en cherchant à resserrer les liens existants entre ses politiques sectorielles « sport », « formation », « santé », « égalité », sa politique territoriale, etc., la Région pourrait contribuer à construire de nouvelles passerelles entre les acteurs. Pour ce faire, le CESR suggère que la Région Bretagne se base sur la méthode de concertation utilisée pour l'élaboration de sa stratégie régionale emploi formation (SREF), voire inclure un volet « éducation et formation par le sport » lors de la prochaine révision de cette dernière, en y associant les parties prenantes présentes lors de l'assemblée consultative du sport de 2006, en particulier le mouvement sportif, ainsi que le Rectorat et des représentants des parents d'élèves, des associations familiales et des communes ou de leurs groupements. Le CESR pourrait également y être associé.

Dans le document de la SREF 2006-2010, le Conseil régional donnait sa définition de la gouvernance : « Par gouvernance, il faut entendre la capacité à s'accorder sur les diagnostics, à partager des objectifs commun et à prendre des décisions adaptées aux situations et aux besoins, après concertation avec les acteurs concernées[818] ». Un peu plus loin, elle précisait : « l'instauration de modalités de gouvernance doit permettre d'articuler les différentes politiques et de mettre en cohérence les différents dispositifs dans le respect des compétences de chacun[819] ».

« Dans le respect des compétences de chacun ». Ce dernier point est crucial, car si la Région peut jouer un rôle important dans la mise en lien des acteurs, son rôle n'est pas de se substituer à chacun d'entre eux, elle n'en a d'ailleurs ni la compétence ni les moyens.

1.2. … et du Programme pluriannuel d'investissement (PPI) des lycées

Comme la SREF, le PPI est un dispositif faisant l'objet d'une large concertation territoriale. Il constitue donc aussi un exemple de gouvernance partenariale pour co-construire une stratégie régionale territorialisée de l'éducation et de la formation par le sport tout au long de la vie en Bretagne.

[818] Région Bretagne, SREF 2006-2010, p9
[819] SREF 2006-2010, p 22

2. S'inspirer des recommandations de l'Agence pour l'éducation par le sport en les adaptant aux spécificités de la Bretagne et de ses territoires

En complément du Pôle ressource national « Sport, éducation, insertion »[820], l'Agence pour l'éducation par le sport (APELS) rassemble une grande diversité d'acteurs et observateurs de l'éducation, de l'insertion et de la citoyenneté par le sport. Elle est à la fois un outil de soutien à l'innovation sociale locale par le sport et un centre d'expertise et de ressources en ce domaine (voir encadré ci-après). Elle organise, au niveau national, des manifestations rassemblant un grand nombre d'acteurs de l'éducation par le sport comme par exemple ses forums « Educasport » en 2007 et 2009[821], ou la Conférence de consensus du 3 avril 2008, au Sénat, dont l'objet était : *« L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires ».*

Cette dernière Conférence a permis de s'accorder, d'une part, sur un constat de carences dans la gouvernance territoriale de l'éducation par le sport, d'autre part, sur 10 recommandations pour y remédier. Nous les reproduisons ci-après car, à l'issue de notre étude sur le sport en Bretagne, et même si ceux-ci sont à adapter aux spécificités de la Bretagne et de ses territoires, ils nous semblent particulièrement intéressants pour l'ensemble des acteurs du sport en Bretagne[822].

L'Agence pour l'éducation par le sport (APELS)[823]

Créée en 1996 à l'initiative du Ministère de la Jeunesse, des sports et de la vie associative, de la Délégation interministérielle à la Ville, en partenariat avec Gaz de France, l'Agence pour l'éducation par le Sport (APELS) est une organisation militante qui agit en faveur des personnes, avec son réseau de partenaires (institutions, fédérations, associations, experts, mouvement sportif, collectivités locales, entreprises…), afin de contribuer à leur éducation, leur insertion sociale et professionnelle par des activités physiques et sportives. L'APELS a pour objet de développer à l'échelle locale, nationale et européenne, trois programmes d'actions prioritaires :

- « FAIS-NOUS REVER » : actions qui soutiennent, valorisent et encouragent tous les acteurs et initiatives locales de l'éducation par le sport (appels à projets, partenariats médias et acteurs du sport professionnel…)
- « EDUCASPORT » : mutualisation et capitalisation des savoir-faire (rencontres, évènements, publications, ressources…)
- « ANOVASPORT » : développement des savoirs et des connaissances dans le champ de l'éducation par le sport (recherche, études, expérimentations, accompagnement…)

2.1.1. Le constat de l'APELS : des carences dans la gouvernance locale et l'évaluation de l'éducation par le sport

L'Agence constate tout d'abord que depuis 25 ans les politiques d'éducation et d'insertion s'appuyant sur le sport se sont largement développées, en particulier en lien avec les politiques de la ville dans les quartiers défavorisés auprès de publics, notamment de jeunes, en difficulté. Les dispositifs mis en place et les intervenants se sont multipliés en étant rarement coordonnés, ce qui fait dire à l'Agence que *« ce qui caractérise ce champ d'activités est une certaine confusion des rôles, la séparation des fonctions où l'on a bien du mal à déterminer le rôle et les missions des principaux acteurs (institutionnels, collectivités,*

[820] http://www.sport-education-insertion.jeunesse-sports.gouv.fr/
[821] Des synthèses et vidéos de ces forums sont consultables sur le site internet de l'Agence : http://www.apels.org/
[822] Les développements qui suivent sont extraits de la synthèse de l'APELS « L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires », Conférence de consensus du 3 avril 2008, Palais du Luxembourg, Paris
[823] Source : APELS, Les cahiers de l'éducation par le sport, n°4, mai/juin 2009. p 20

acteurs du sport, associations et acteurs sociaux). Il devient urgent de mettre en cohérence, à l'échelle d'un territoire, les besoins et les réponses à mettre en œuvre localement en partenariat avec les acteurs concernés[824] *».*

Autre constat : sans sous-estimer les difficultés méthodologiques d'une évaluation d'actions éducatives dont les effets ne se mesurent souvent qu'*à long terme*, l'Agence observe que les dispositifs et actions locales d'éducation par le sport sont peu évalués[825].

2.1.2. Les dix propositions de l'APELS pour faire de l'éducation par le sport « un projet d'avenir pour les territoires »

Face à ce constat, l'Agence pour l'éducation par le sport propose de « construire des politiques publiques plus efficaces et cohérentes pour l'éducation par le sport » en avançant 10 propositions ayant fait consensus en son sein. Nous les exposerons ci-après avec quelques observations.

2.1.2.1. «Préciser collectivement une définition partagée et territorialisée de l'éducation par le sport en lien avec les publics ciblés»

L'Agence, tout en reconnaissant les compétences et cultures spécifiques de chacun des acteurs, fait remarquer que « l'opposition parfois stérile des différents acteurs du sport ne contribue pas à l'amélioration d'une pratique utile socialement pour les personnes ».

Il lui paraît donc important de réunir les acteurs territoriaux du sport pour co-construire une vision partagée de l'éducation par le sport et ainsi, dépasser certains cloisonnements institutionnels ou culturels.

2.1.2.2. «Constituer des réseaux locaux ouverts de concertation et de suivi au niveau d'un territoire donné »

Il s'agit ici, pour l'Agence, compte tenu de la première proposition, de mettre en place une structure de concertation locale *ouverte* à la grande diversité des acteurs territoriaux de l'éducation par le sport tels qu'ils ont été présentés dans ce premier chapitre.

Il a déjà été signalé que la mise en place du volet sportif du dispositif d'*Accompagnement éducatif* des écoliers et collégiens nécessite aussi cette instance locale de concertation et de coordination[826].

2.1.2.3. « Proposer des modules méthodologiques de spécialisation dans les différentes formations sportives et sociales »

Cette troisième proposition part du constat que l'éducation par le sport est un champ de l'action socioéducative nécessitant des acteurs formés et compétents, capables d'avoir une approche pluridisciplinaire.

L'Agence propose ainsi de réfléchir à de nouvelles pistes de formation dans les champs sociaux, sportif, éducatif… On pourrait ajouter également celui des formations du secteur de la santé.

[824] APELS « L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires », Conférence de consensus du 3 avril 2008, Palais du Luxembourg, Paris, synthèse p 6
[825] A ce sujet, voir la Gazette des communes, 28 mai 2007, Laurent Bigot, « Faut-il encore croire à l'éducation par le sport ? », pp 30-32
[826] voir chapitre 1 ci avant et article de Laurent Bigot dans la Gazette des communes du 26 janvier 2009 « Accompagnement éducatif sportif, la difficile articulation entre les dispositifs ».

Cette recommandation rejoint en quelque sorte notre propre proposition au Conseil régional de Bretagne d'intégrer plus explicitement le champ de l'éducation et de la formation par le sport dans la Stratégie régionale emploi formation (SREF).

2.1.2.4. « Favoriser les échanges et les rencontres entre les différents acteurs européens »

L'Union européenne reconnaît aujourd'hui « la fonction sociale et éducative » du sport[827]. Il semble donc important que les acteurs intègrent cette vision européenne du sport pour mieux valoriser leurs actions.

L'APELS, en ce domaine, préconise de développer les échanges de bonnes pratiques entre acteurs locaux de l'Union, les recherches communes (intégration, santé, insertion, éducation). Elle appelle aussi les collectivités locales, *« via notamment leur service de jumelage ou leur direction européenne »*, à *« mettre en place des coopérations nouvelles axées sur des projets en ce sens ».*

2.1.2.5. « Développer l'expérimentation et l'innovation sur différents niveaux territoriaux impliquant des partenaires publics, associatifs et privés »

Il s'agit ici de promouvoir l'innovation éducative et sociale par le sport en valorisant les coopérations entre acteurs publics et privés du sport, étant précisé que cela pourrait *« déboucher sur la mise en place de formations, la création d'outils d'évaluation et d'accompagnement de projet »*

2.1.2.6. « Faire évoluer les critères de contractualisation avec les différents acteurs sportifs (nationaux, régionaux et locaux) en privilégiant les dimensions sociales et éducatives »

Cette sixième recommandation découle du fait, selon l'Agence, que « les critères de financement des acteurs du sport ne prennent pas suffisamment en compte l'aspect social et éducatif ».

Plusieurs personnes auditionnées par le CESR au cours de son étude ont confirmé ce constat : trop souvent, les collectivités locales proportionnent leur soutien financier aux seuls résultats sportifs des clubs.

Pour ce qui concerne la Bretagne, l'enjeu est ici très important : il s'agit d'imaginer, avec les acteurs concernés, de nouvelles formes de contractualisation plus ciblées sur le projet social et éducatif des clubs sportifs. Cette préconisation rejoint notre proposition, avancée au début du présent chapitre, d'élaboration d'une Charte régionale de l'éthique dans le sport dont le Conseil régional pourrait prendre l'initiative en y associant notamment le CROS Bretagne, l'Etat en région (Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale et Rectorat), des représentants des associations familiales, ainsi que d'autres acteurs locaux concernés (Départements, communes et leurs groupements…).

[827] voir chapitre 1, ci-avant

2.1.2.7. « Evaluer, à travers une instance indépendante, l'ensemble des projets financés par les pouvoirs publics »

Afin de s'assurer de la bonne utilisation des deniers publics à des fins d'intérêt général, l'Agence propose de créer un regroupement d'acteurs scientifiques et d'experts indépendants pour évaluer les dispositifs d'éducation par le sport au regard des objectifs poursuivis.

Si l'idée d'une évaluation des actions d'éducation par le sport est à retenir, celle-ci relevant trop souvent de l'incantation dans de nombreux discours, en revanche il paraît très difficile d'imaginer d'évaluer, comme le propose l'Agence, « l'ensemble des projets » financés, en raison de leur multiplicité et de leur diversité. Il nous semble qu'un objectif plus modeste d'évaluation de quelques actions locales exemplaires pourrait déjà constituer un important progrès.

Pour cela, l'idée d'une instance indépendante et reflétant la diversité des acteurs du sport dans sa composition, est également à retenir. Celle-ci pourrait par exemple, en Bretagne, inclure des enseignants-chercheurs de l'Université ou d'organismes de formations spécialisés (STAPS, sciences-humaines et sociales, médecine, écoles des formations sanitaires et sociales …).

2.1.2.8. « Susciter et valoriser les recherches appliquées et les partenariats scientifiques dans la mise en place de dispositifs d'éducation par le sport »

L'Agence, avec son Comité scientifique, fait cette recommandation sur la base du constat que « le champ de la recherche sur le secteur de l'éducation par le sport est assez peu développé alors qu'il peut être très utile pour évaluer, expérimenter et orienter ».

Le CESR approuve cette idée de soutenir les recherches-actions dans le champ de l'innovation sociale et de l'éducation par le sport.

En Bretagne, celui-ci pourrait par exemple être intégré dans le champ du dispositif « Appropriation sociale des sciences » (ASOSC) du Conseil régional.

2.1.2.9. « Créer un label de l'éducation par le sport pour une démarche qualité »

La mise en place d'un tel label qualité d'éducation par le sport doit permettre aux financeurs de mieux cibler leur soutien aux actions et acteurs apportant une réelle plus-value éducative, ce que la Ville de Saint-Denis, dans la région parisienne, a intitulé les « dispositifs sportifs à valeur éducative ajoutée[828] ».

Nous avons déjà souligné combien un tel label, qui pourrait être régional, pourrait faciliter déjà les relations entre l'Education nationale, les associations de sport scolaire, le mouvement sportif et les collectivités locales.

Ce label régional d'éducation par le sport devrait être co-construit par une démarche concertée avec l'ensemble des parties prenantes concernées. De même, l'attribution du label devrait être instruite et décidée par une instance indépendante représentant la pluralité de la communauté éducative et sportive régionale.

[828] A ce sujet, voir la Gazette des communes, 28 mai 2007, Laurent Bigot, « Faut-il encore croire à l'éducation par le sport ? », p31

Il serait souhaitable de prévoir un centre de ressources régional avec des antennes territoriales capables d'accompagner les porteurs de projet candidats à l'obtention de ce label, ce afin de ne pas le réserver seulement aux grandes structures ayant les moyens administratifs et financiers de leur valorisation.

Cette démarche qualité devrait aussi favoriser les processus d'évaluation dynamique et d'autoévaluation, en amont comme en aval des actions.

Un tel label constituera probablement, à moyen terme, un outil de fléchage des aides publiques et de leur conformité au droit européen. En effet, une action dont la fonction sociale et éducative est ainsi formalisée et reconnue, pourra bénéficier de soutiens publics entrant dans le cadre de « l'exception sportive européenne », c'est-à-dire qu'il ne sera pas considéré par l'Union européenne et les autorités françaises comme une « activité économique » de droit commun soumise au droit de la concurrence (Cf. Traité de Lisbonne entrée en vigueur le 1er décembre 2009)..

L'enjeu financier est immense pour le mouvement sportif associatif à but non lucratif dont les services pourraient être considérés comme étant, au sens européen, des services sociaux d'intérêt général (SSIG). Encore faudra t-il, pour obtenir des financements publics, que ses acteurs parviennent davantage à démontrer et valoriser leur utilité sociale et éducative, et qu'ils soient accompagnés pour ce faire.

Si le terme et la démarche de « label » paraissaient trop contraignants aux acteurs, une démarche de type «Charte de qualité éducative » serait alors à privilégier.

2.1.2.10. « Une méthode pour agir »

La dernière proposition de l'Agence pour l'éducation par le sport pour mener à bien un projet territorial d'éducation par le sport est d'ordre méthodologique. Il lui paraît en effet important que 3 éléments soient respectés :

A) Etablir un diagnostic territorial

Selon l'APELS, « il est important de partir d'un constat de départ afin de bien connaître la situation du territoire, les forces en présence et les difficultés sur le champ social, éducatif et autre » et de « faire l'inventaire des dispositifs, des acteurs et des ressources localement disponibles ». Il faut donc partir de l'existant.

B) Mettre en place une concertation locale

Cet état des lieux ne saurait découler d'une démarche descendante reposant sur l'expertise d'un seul acteur. Pour l'Agence, il « doit être concerté et partagé avec l'ensemble des acteurs concernés par la thématique (Etat, acteurs du sport, collectivités territoriales, Education nationale, politique de la ville, experts, associations…), afin de faire émerger des solutions et un plan d'action concerté. L'intelligence collective et partagée doit être mobilisée à toutes les étapes.

C) Définir des plans d'actions locaux

De ce diagnostic territorial concerté doit découler un plan d'action territorial d'éducation par le sport. L'Agence va jusqu'à recommander de chiffrer et dater les objectifs, à court terme comme à long terme, de fixer des échéances intermédiaires ainsi que l'évaluation du plan d'action.

S'il apparaît en effet souhaitable d'évaluer régulièrement l'atteinte des résultats par rapport aux objectifs initiaux, la notion de chiffrage des objectifs de l'éducation par le sport peut

laisser plus dubitatif, tant le domaine est ici d'ordre qualitatif et tant les relations de cause à effet peuvent se révéler complexes, en particulier sur le long terme.

On retiendra donc principalement cette idée essentielle d'établir *un projet territorial de l'éducation par le sport co-construit* avec l'ensemble des acteurs locaux de l'éducation et du sport sur la base d'un diagnostic partagé, celui-ci devant autant s'attacher à repérer les manques qu'à valoriser les atouts des actions existant localement.

Le niveau intercommunal apparaît pertinent pour co-construire un tel projet, car il permet autant d'aborder la question de l'éducation par le sport que celle, non moins importante, des équipements et moyens de proximité qui doivent être mis en commun pour sa réalisation.

Dernier point de gouvernance : pour la réalisation du projet territorial d'éducation par le sport, il convient, dans la mesure du possible, de désigner clairement le (ou les) (co-responsable(s)) de la mise en œuvre des actions.

2.1.3. Conclusion : Il faut investir dans la mise en lien des acteurs de l'éducation par le sport au niveau des territoires

2.1.3.1. « Il faut rétablir le lien entre l'école, les parents et le club »… ainsi qu'avec les territoires et leurs élus

Pour Thierry Philip, Président de l'Agence pour l'éducation par le sport et Vice-président du Conseil régional de la Région Rhône-Alpes, l'action au plus près du territoire est « essentielle », y compris au niveau régional. Elle l'est d'autant plus que, pour lui : « *Si l'on veut éduquer par le sport, il faut établir le lien entre l'école, les parents et le club*[829] *! ».*

Les parents et les familles ne doivent en effet jamais être oubliés lorsque l'on parle d'éducation et, a fortiori, d'éducation par le sport des enfants et des jeunes. Comment rendre plus attractif les modes de participation et d'implication des parents dans l'éducation par le sport ? C'est un enjeu qu'il paraît important d'approfondir en y associant les représentants des parents d'élèves et des associations familiales. Un échange de bonnes pratiques entre acteurs pourrait être intéressant car, en ce domaine, certains acteurs locaux du sport réussissent bien à « activer » les parents, comme par exemple l'Ecole d'aventure du rugby mise en place par le Comité départemental de Rugby du Morbihan 56 ou encore le Tournoi international de football de Dirinon[830]…

Les dix propositions présentées ci-dessus pourraient servir de base de discussion lors d'une *conférence de consensus régionale sur l'éducation et la formation par le sport en Bretagne,* dont le Conseil régional pourrait, par exemple, prendre l'initiative, en concertation avec les parties prenantes concernées, en particulier le CROS Bretagne, la Direction régionale de la cohésion sociale et le Rectorat.

Dans un premier temps, cette réflexion pourrait, par exemple, concerner le public jeune bénéficiaire du « Chèque sport » de la Région Bretagne, c'est-à-dire les lycéens et **apprentis** essentiellement. Elle étendrait ensuite ce champ aux autres tranches d'âges dans une optique de continuité éducative et de formation tout au long de la vie par les activités physiques et sportives.
Cette conférence de consensus pourrait, en amont comme en aval, être déclinée au niveau territorial : pays, autres intercommunalités ou communes… selon l'échelle territoriale paraissant la plus pertinente aux acteurs concernés. Car si le lien entre école, parent et club

[829] Interview de Thierry Philip, La Lettre de l'économie du sport n° 894, 4 juillet 2008, p 4-5
[830] voir ci-dessus la présentation de ces actions.

est fondamental, celui avec les collectivités locales de proximité ne l'est pas moins en matière d'éducation par le sport, notamment avec les communes. L'Agence pour l'éducation par le sport rappelait à ce titre que « pour 90% des communes de plus de 3000 habitants, le sport comme moyen d'éducation est une finalité prioritaire de leur politique sportive[831] ». On peut émettre l'hypothèse que ce taux serait au moins aussi fort dans les communes de moins de 3000 habitants…

S'agissant du mouvement sportif, représenté par le CROS au niveau régional et par les CDOS au niveau départemental, outre les conséquences de la RGPP et de la réforme territoriale, celui-ci pourrait être amené à revoir son organisation territoriale et sa gouvernance, en particulier face à la montée en puissance des intercommunalités, afin d'être le représentant du sport associatif d'intérêt général à l'échelon le mieux adapté aux enjeux à venir de l'éducation et de la formation par le sport. Au sein du CNOSF, le Président national du Conseil national des CROS et des CDOS (CNCD), M. Georges Planchot, mettait en avant ce nouveau défi : *« C'est dans les territoires que le sport trouve ses racines (…) Afin de contribuer à la cohérence entre les politiques sportives des fédérations et les politiques territoriales en faveur du développement du sport associatif, le CNOSF met l'accent sur la vision globale du sport dont la mise en œuvre relève de ses structures à tous les niveaux de territorialité, CROS, CDOS et CTOS[832] ».*

Ainsi, le mouvement olympique et sportif ne sera-t-il pas amené, dans un proche avenir, à devoir créer- en complément ou en substitution des CDOS - des Comités territoriaux olympiques et sportifs[833] (CTOS) afin d'être présent aux futurs niveaux où se décideront les projets territoriaux d'éducation par le sport[834] ?

Cette conférence de consensus pourrait donc jeter les bases d'une nouvelle gouvernance territoriale de l'éducation et de la formation par le sport en Bretagne et, pourquoi pas, réfléchir à l'opportunité de créer, avec les parties prenantes volontaires, un pôle régional d'éducation et de formation par le sport en Bretagne[835] en lien avec le Centre régional d'expertise et de ressources du sport et des loisirs en Bretagne (CRESLB), voir au niveau local, des pôles territoriaux de l'éducation et de la formation par le sport.

Nous reviendrons plus loin, dans le rapport, sur l'enjeu plus général d'une nouvelle gouvernance du sport et de l'activité physique en Bretagne et dans ses territoires. Mais déjà, à travers ce défi de l'éducation par le sport, on peut mesurer son importance pour l'avenir, surtout dans un contexte de rapides mutations institutionnelles et sociétales.

2.1.3.2. Connecter la stratégie régionale d'éducation et de formation par le sport à « Kino-Bretagne »

Comme cela a déjà été souligné à la fin de la première partie du rapport, un défi majeur est de parvenir, en Bretagne, à mieux connecter les acteurs de l'éducation par le sport à ceux de la santé par l'activité physique et le sport.

[831] PELS « L'éducation par le sport : un projet d'avenir pour les territoires », Conférence de consensus du 3 avril 2008, Palais du Luxembourg, Paris, synthèse p 2

[832] CNOSF, « Le mouvement olympique et sportif dans les territoires…au cœur de la vie sportive et de la société,…au cœur de l'action sur le terrain », 2006

[833] Les CTOS existent déjà au sein du mouvement olympique et sportif français, mais ils ne concernent pour l'instant que la Nouvelle-Calédonie, Wallis et Futuna et la Polynésie française.

[834] Déjà, en Bretagne, le mouvement sportif est membre de certains Conseils de développement des Pays, mais l'avenir de ces derniers, à l'heure où nous écrivons ces lignes est loin d'être assuré (projet de réforme territoriale).

[835] L'idée d'un pôle régional d'éducation et de la solidarité par le sport a été développée par Philippe Péron, Président de l'association « L'enfance de l'art », lors de son audition au CESR du 28 juillet 2009. Voir le site de l'association : http://etoilesdesbanlieues.fr/regional.html

La constitution d'un Pôle régional de l'éducation et de la santé par l'activité physique et le sport, décliné dans les territoires, pourrait favoriser de nouvelles passerelles

☞ **Voir schéma de synthèse figurant à la fin de la première partie du rapport :**
« Proposition pour une stratégie régionale et territoriale
de l'éducation et de la santé par le sport en Bretagne »

Troisième partie

Le sport au cœur de la vie sociale et d’un développement territorial durable

Introduction de la Troisième partie : Bouger ne fait pas société…

Si l'activité physique -dont la pratique sportive- peut comporter de nombreux bienfaits pour la santé des individus et populations, il ne faudrait pas pour autant réduire les activités physiques et sportives à leur fonction sanitaire ou hygiéniste. Le sport, comme nous l'avons vu dans le chapitre sur l'éducation et la formation, est bien plus que cela. Pour résumer, nous dirons que 30 minutes de marche rapide par jour est nécessaires pour la prévention et la promotion de la santé mais que cela ne fait pas société !

Le sport, selon l'expression sociologique consacrée, est un « fait social total[836] ». Il a donc aussi une fonction sociale, aujourd'hui reconnue par l'Union européenne, et, d'une manière générale, contribue au développement durable des territoires et de leurs habitants.

L'approche « développement durable » suppose une approche *simultanée* des dimensions sociale, environnementale et économique d'une activité ou d'un territoire. L'enjeu est la recherche d'un équilibre entre ces trois dimensions et leurs interactions dynamiques en plaçant l'homme au cœur de tout projet de développement.

Cette dimension humaine essentielle traverse l'ensemble des exemples : engagement bénévole désintéressé, investissement professionnel, participation citoyenne des femmes et des hommes, de tous âges et toutes conditions, à la vitalité démocratique, sociale et économique des territoires …

Quelles sont ces contributions du sport au développement humain durable dans les territoires de la Bretagne ?

Le CESR de Bretagne est allé à la rencontre d'actions et d'acteurs de terrains. Ce chapitre comporte de nombreux exemples territoriaux afin d'illustrer l'approche théorique du développement durable par des cas pratiques.

La liste des actions présentées ci-après est loin d'être exhaustive. Chaque exemple met en lumière, de manière concrète, ce que peut apporter le sport au développement durable des territoires et de leurs habitants.

Pour présenter ces exemples et leurs enseignements, nous commencerons par exposer ceux qui permettent une *approche intégrée* du développement durable et de ses trois dimensions sociale, environnementale et économique. Ce faisant nous insisterons sur la première d'entre elles, à savoir la dimension humaine et sociale qui est au cœur de la présente étude (chapitre 1).

Puis, après avoir présenté ces approches intégrées, nous reviendrons spécifiquement, toujours à partir d'exemples, sur *les dimensions environnementales (chapitre 2) et économiques* (chapitre 3) du développement durable par le sport.

[836] M. Mauss

Chapitre 1

Approche intégrée du développement durable par le sport.

1. Quelques points de repères sur le football en Bretagne et sa dimension territoriale 474
1.1. Un millier de clubs de football en Bretagne avec un extraordinaire maillage territorial 474

2. Le Tournoi international de football de Dirinon (29) : un retour aux fondamentaux humanistes du sport 476
2.1. Dirinon : une commune de 2 500 habitants au cœur du canton de Landerneau 476
2.2. Origines du tournoi international de football : au-delà des clochers, un rêve de dialogue interculturel devenu réalité 476
2.3. Le tournoi international de football de Dirinon aujourd'hui : près de 900 joueurs de 9 à 12 ans originaires de 4 continents et 6 000 spectateurs 477
2.4. « L'esprit de Dirinon » ou le développement humain durable par l'ouverture et la convivialité sportive 478
2.4.1. La dimension éthique du tournoi : le foot, un prétexte à la transmission de valeurs humanistes 478
2.4.2. Les dimensions éducative et sociale : éduquer et créer du lien du local à l'international 478
2.5. Conclusion : L'esprit de Dirinon, un exemple de développement humain durable par le sport 488

3. « En Avant Guingamp » ou le football professionnel commme catalyseur général et multiforme du développement territorial 488
3.1. Guingamp, « carrefour de l'Armor et de l'Argoat » : une cité à forte identité culturelle et sportive 488
3.2. L'histoire presque centenaire d'« En avant de Guingamp » : du petit club de l'école laïque à la Coupe de France de football 489
3.3. Un rôle structurant dans le développement local : En Avant, « une entreprise économique, sociale et affective » à « esprit associatif » 489
3.3.1. Développement économique : à Guingamp, le foot est un « facilitateur » 490
3.3.2. La contribution d' « En avant » au développement social *du territoire 493*
3.3.3. La contribution d'En avant au développement territorial et urbain de Guingamp 495
3.3.4. Le football, un levier de coopération territoriale 495
3.3.5. En avant et le développement sportif local 495

4. « Les 3 jours de Plouay » : un événement sportif majeur géré par des bénévoles 497
4.1. Les « 3 jours de Plouay » : de la fête patronale locale au championnat du monde de cyclisme 497
4.1.1. Les grandes étapes de l'histoire du Grand-prix de Plouay 497
4.1.2. Les « 3 jours de Plouay » aujourd'hui : un pont entre les cyclismes amateur et professionnel 498
4.2. La passion sportive comme levier de développement local 499
4.2.1. Développement social et culturel 500
4.2.2. Développement économique 500
4.3. Forces et fragilités d'une organisation associative exclusivement bénévole 500
4.3.1. Plouay, un village d'irréductibles bénévoles passionnés de vélo 500
4.3.2. Les fragilités d'une organisation associative bénévole 501
4.4. « 3 jours », 5 défis 502

5. Lanarvily : le cyclocross ! 502
5.1. Le Cyclo-cross de Lanarvily : de la kermesse du village au championnat du monde 502
5.1.1. Le cyclocross : une discipline sportive née en France au début du XXème siècle et devenue aujourd'hui plus confidentielle 503
5.1.2. Dans les années 1950, un léonard de Lanarvily, Jean Le Hir, prend l'initiative d'organiser un cyclo-cross pendant la kermesse du village 503
5.1.3. Les grandes dates du Cyclo-cross international de Lanarvily 504
5.1.4. La mobilisation bénévole locale : clé du succès 504
5.1.5. Les défis à venir 505
5.2. L'impact social, territorial, économique et sportif du Cyclo-cross de Lanarvily 505
5.2.1. L'impact social : une fête sportive populaire qui rassemble dans la convivialité 505
5.2.2. L'impact territorial : que serait Lanarvily sans son cyclo-cross ? 505
5.3. L'impact économique : un atout touristique en hiver 506

5.4. L'impact sportif : retrouver les valeurs authentiques du vélo 507

6. La contribution du nautisme au développement durable en Bretagne 507
6.1. Rappel historique : les sports nautiques se sont développés en Bretagne à partir d'un projet social, environnemental puis économique 508
6.2. Les sports nautiques en Bretagne en 2008 dans leurs dimensions sociale, environnementale et économique 508
6.2.1. La dimension sociale des sports nautiques 510
6.2.2. La dimension environnementale 511
6.2.3. La dimension économique des sports nautiques est prépondérante 513
6.3. Deux défis à relever 514

Introduction du chapitre 1 : L'intérêt d'une approche territoriale intégrée du développement durable par le sport

Les exemples d'actions présentés dans ce chapitre illustrent, chacun à leur manière, l'intérêt d'une approche territoriale intégrée des dimensions sociale, environnementale et économique du développement durable.

Une « quatrième dimension » apparaît en filigrane de ces cas pratiques : la dimension sportive elle-même, pour elle-même, autonome et irréductible à d'autres fins que celle du « sport pour le sport ». Comme nous le soulignerons plus loin, il faut en effet se garder de toute vision exclusivement utilitariste du sport, fût-ce au service du développement durable. Le sport peut-être créé et pratiqué pour lui-même, par plaisir, voire par passion, sans autre finalité que lui-même.

Par ailleurs, la mise en exergue des trois dimensions sociale, environnementale et économique n'épuise pas, loin de là, les contributions sociétales multidimensionnelles du sport. En effet, celui-ci a également une dimension humaniste, éducative, culturelle, éthique, sanitaire, citoyenne, institutionnelle, politique …

Nous verrons, à travers cinq exemples, en quoi et comment, sur le terrain, le sport contribue au développement durable.

Trois d'entre eux concernent des manifestations sportives locales : le Tournoi international de football de Dirinon (29), le Grand-prix cycliste « Les 3 jours de Plouay » (56) et le Cyclocross de Lanarvily (29). Le quatrième présente l'impact territorial du club de football professionnel « En avant Guingamp » (22). Nous terminerons en présentant le nautisme en Bretagne et ses contributions au développement durable.

A travers la présentation de ces exemples, c'est aussi l'une des spécificités du modèle sportif français et européen qui apparaît, à savoir, la relation de complémentarité et non d'opposition qui peut exister entre le sport de masse et le sport d'élite, entre le sport amateur et le sport professionnel, entre le sport citoyen et le sport « business », entre le sport qui se vit et le sport qui se regarde.

Le meilleur du sport est lien et fait lien, ce qui est en soi un facteur de développement territorial. En atteste la force de l'engagement bénévole local au service du sport qui est un investissement humain en même temps qu'un don de temps et de soi dont la valorisation devrait être à la hauteur de sa fragilité.

1. Quelques points de repères sur le football en Bretagne et sa dimension territoriale

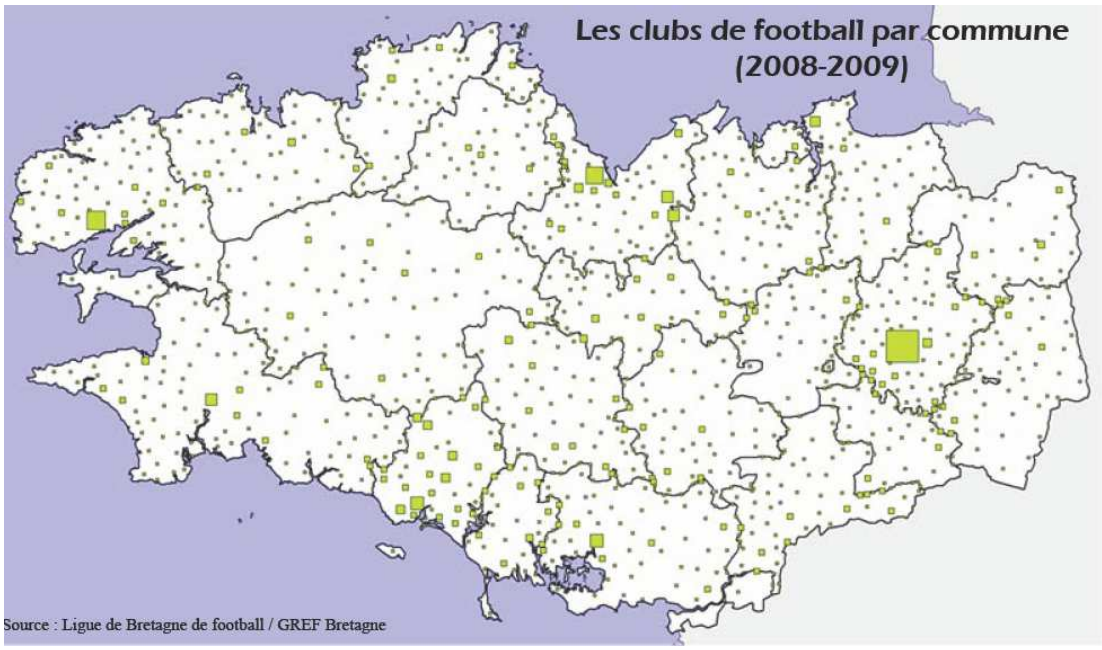
Avant de présenter le tournoi international de football de Dirinon et le club professionnel « En Avant Guingamp », nous rapporterons ici quelques éléments sur le paysage du football en Bretagne. Ces données sont issues des travaux conjoints de la Ligue de Bretagne de football et du Centre régional d'expertise et de ressources sur le sport et les loisirs (CRESLB). Elles ont été présentées lors de la Troisième journée Sport emploi-formation organisée par l'Etat et la Région Bretagne, le 17 juin 2009 à Rennes.

1.1. Un millier de clubs de football en Bretagne avec un extraordinaire maillage territorial

Lors de la saison sportive 2008/2009, la Bretagne comptait 1 175 clubs de football dont 16 concouraient dans des championnats nationaux et 5 dans des championnats professionnels (2 clubs en Ligue 1, 3 clubs en Ligue 2).

La carte ci-après illustre l'extraordinaire maillage territorial des clubs de football en Bretagne : 71% des communes bretonnes (900 sur 1268) ont au moins un club de football. Les trois premières totalisent 10% des clubs : Rennes (54), Brest (21) et Saint-Brieuc (16). Les communes n'ayant qu'un seul club représentent les 2/3 des cas. En moyenne, on compte 138 licenciés par club, pour un ensemble de 162 114 licencié(e)s à la Fédération française de football en Bretagne en 2008/2009[837].

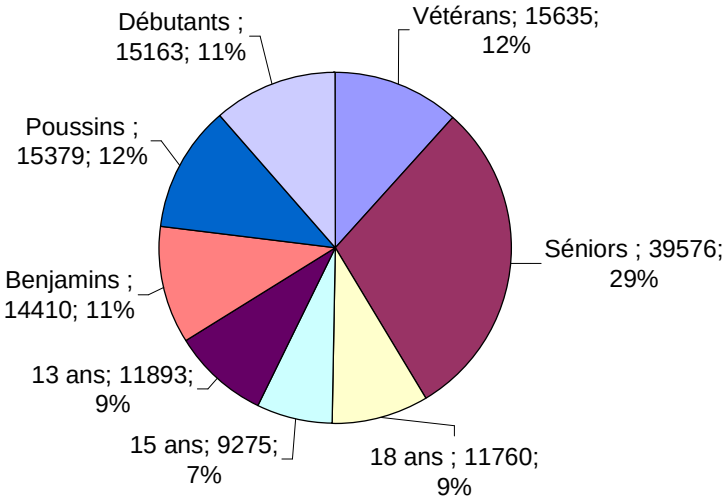
Carte 3. Répartition géographique des clubs de football par commune en Bretagne en 2008/2009



Source : Ligue de Bretagne de football / GREF Bretagne (CRESLB), Troisième journée Sport emploi-formation organisée par l'Etat et la Région Bretagne, le 17 juin 2009 à Rennes.

[837] Source : http://footbretagne.fff.fr/cq/7700/www/chiffres/27856.shtml, site consulté le 6 février 2010

Figure 109. Répartition par catégorie d'âge des « joueurs libres » de football en Bretagne licenciés à la Fédération française de football (133 091 licenciés) en 2008/2009



Source : Ligue de Bretagne de football / GREF Bretagne (CRESLB), Troisième journée Sport emploi-formation organisée par l'Etat et la Région Bretagne, le 17 juin 2009 à Rennes. Lecture : Lors de la saison sportive 2008/2009, 14410 benjamins étaient licenciés à la FFF en Bretagne, représentant 11% de l'ensemble des 133 091 « joueurs libres » licenciés.

La ligue de Bretagne de football recensait 355 éducateurs sous contrat ou joueurs professionnels en 2008/2009. Face aux 162 114 licenciés de football en Bretagne, les 241 éducateurs licenciés dans 132 clubs comme « aspirants, stagiaires ou professionnels », peuvent heureusement compter sur des milliers d'encadrants bénévoles pour les seconder sur les terrains…

La situation décrite par la Ligue et le GREF Bretagne interpelle particulièrement sur l'avenir de l'encadrement humain et sportif dans le football amateur et donc, notamment, sur sa qualité éducative : en 5 ans alors que l'effectif de joueurs a augmenté de 50 % en Bretagne, le nombre de techniciens sous contrat a baissé de 5%. Quels seront les moyens humains mobilisés pour un développement durable et de qualité du football pour tous en Bretagne dans les prochaines années, notamment dans le contexte d'une démographie régionale très dynamique (+ 400 000 habitants d'ici à 2030 selon l'INSEE) ?

2. Le Tournoi international de football de Dirinon (29) : un retour aux fondamentaux humanistes du sport

Une délégation du CESR de Bretagne a été accueillie le 18 mars 2009 par les acteurs locaux du Tournoi international de football de Dirinon[838], commune du Finistère.

Elle a pu mesurer la force de l'engagement bénévole local au service d'un tournoi de football benjamin qui mobilise toutes les énergies d'un territoire pour le plaisir de voir jouer ensemble des enfants de plusieurs nationalités dans un esprit éducatif et humaniste autant que convivial et festif.

2.1. Dirinon : une commune de 2 500 habitants au cœur du canton de Landerneau

Dirinon est une commune de 2 500 habitants située à 15 km à l'Est de Brest, au cœur du canton de Landerneau, à proximité des grands axes de circulation. Lors de son audition, M. Claude Bervas, son maire, a souligné l'attachement des habitants à leur cadre de vie et leur forte implication dans la vie associative locale, riche d'une trentaine d'associations.

Pour la commune, les associations « contribuent à la dynamique de la commune. Elles sont autant de lieux d'échanges, de rencontres et d'intégration au service de tous les habitants[839] ».

Un vaste complexe sportif, divisé en 9 terrains de football pour le tournoi international, permet d'accueillir les joueurs et le public dans un environnement naturel de qualité.

2.2. Origines du tournoi international de football : au-delà des clochers, un rêve de dialogue interculturel devenu réalité

Après s'être d'abord déroulé à Plonéour-Trez pendant 2 ans, le tournoi international de football s'est tenu pour la première fois à Dirinon en 1995.

Lors de son audition, son fondateur et Président jusqu'en 2001, M. Dominique Pont, a raconté l'origine de la manifestation. Au départ, il y a une passion personnelle pour l'animation et l'organisation d'activités qui permettent aux jeunes de « sortir de la routine », de leur milieu de vie et de s'ouvrir sur l'extérieur, au-delà de l'horizon de leur « clocher ». Le projet de Dominique Pont est avant tout éducatif, le sport étant un outil au service du

[838] Auditions du 18 mars 2009 à Dirinon : M. Jean-François KERDRAON, Président du Tournoi international, Mme Mélanie KERMARREC, Vice-présidente, M. André DANTEC, Président de la section «Foot» de l'AS Dirinon, M. André LEMOIGNE, Vice- président «Jeunes»; M. Claude BERVAS, Maire de Dirinon, M. Olivier KERDRAON, Responsable partenariat, Mme Françoise NEDELEC, Responsable de stand, M. Arnaud CLUGERY, Responsable « Développement durable et solidaire » au Tournoi, M. Laurent BESCOND, Educateur, entraîneur général AS Dirinon ; M. Yannick LE COURTES, Partenaire – Directeur d' Agence CMB Landerneau, M. Patrick PELE, Partenaire – Chef d'entreprise Transports Pelé, M. Didier SOUBIGOU, Club partenaire, M. André PAUGAM, Club partenaire, Mme Martine LANDURE, Photographe du Tournoi, MM. Jean-Noël ROCHCONGAR et Gérard GOASDUFF pour l'intendance, M. Dominique PONT, Président fondateur du Tournoi ; M. Claude ANDRE, Association de solidarité internationale ZATOVO (Madagascar), Mme Marie-Françoise LE GUEN, Conseillère générale du Finistère (29), M. Raymond EMILY, bénévole retraité, Mme Nathalie KERANDEL, Présidente du club des supporters, Mme Sylvie BLEAS, famille d'accueil, M. Jean-François AUTRET, Arbitre et M. Jean-Charles FLOC'H, Professeur des écoles accueillant de délégation étrangère lors du tournoi. Trois jeunes joueurs du Tournoi sont également venus témoigner : Hugo (12 ans), Quentin (13 ans) et Simon (14 ans).

[839] Site Web de Dirinon, http://www.dirinon.fr/rubrique.aspx?idrub=1&id=16, consulté le 15 juillet 2009

dialogue interculturel entre les jeunes de différentes localités ou nationalités. L'idée du tournoi international était « un très très grand rêve pour permettre à des gamins de vivre le leur ». Dès les premières éditions, le rêve devient réalité. Dominique Pont se souvient : « c'était magnifique, ça créait des liens entre les gamins ».

Dynamisé par l'enthousiasme et l'engagement des Dirinonnais ainsi que par le volontarisme des élus de la commune, le tournoi est aujourd'hui devenu « une fête extraordinaire » où, sur les visages, rayonne « le bonheur des enfants et des adultes ».

Depuis 2001, le tournoi est piloté par le comité d'organisation de l'Association sportive (AS) Dirinon, club de football de la commune, avec l'implication de près de 400 bénévoles.

2.3. Le tournoi international de football de Dirinon aujourd'hui : près de 900 joueurs de 9 à 12 ans originaires de 4 continents et 6 000 spectateurs

Le tournoi international de football de Dirinon est une rencontre sportive et une fête populaire organisées sur deux jours, chaque année, en général le week-end de la Pentecôte. Il est destiné à de jeunes footballeurs âgés de 9 à 12 ans : « Poussins » (9-10ans) et « Benjamins » (11-12 ans).

Lors de son édition 2008, le tournoi a rassemblé 880 joueurs originaires de 13 pays et 4 continents : enfants issus de grands clubs de football professionnels français (PSG, Olympique Lyonnais, Olympique Marseillais, Monaco, Stade Rennais, Stade Brestois, FC Lorient…) et étrangers (Arsenal FC, Spartak Moscou, Dinamo Sofia, Boavista Porto…), mais aussi des clubs de pays défavorisés (Bistrita en Roumanie, Diego Suarez à Madagascar, Sélection de Rio de Janeiro au Brésil, Bairro au Cap Vert…). Les clubs locaux du Pays de Brest sont bien sûr présents : Dirinon, Pencran, Plouédern, Loperhet, Daoulas, Patronage Laïque du Bergot de Brest…). A noter également, en 2009, les liens particuliers tissés avec des clubs des DOM-TOM français : Montjoly en Guyane, JS Saint-Pierroise à la Réunion…

Cette fête internationale de la jeunesse et du football, fruit du travail de près de 400 bénévoles, rassemble chaque année environ 6 000 spectateurs de tous âges et de tous milieux sociaux. Sont également à mentionner les 210 familles d'accueil bénévoles, dont celles des clubs voisins, qui hébergent les jeunes joueurs extérieurs et leur font découvrir, avec enthousiasme, la vie culturelle et les richesses touristiques locales. Interviennent aussi une trentaine d'arbitres bénévoles, dont certains sont issus des délégations étrangères présentes.

Tous les ans, le tournoi est parrainé par une sommité du football : l'ancien joueur brésilien Valdo en 2008, l'ex-goal de l'équipe de France Bernard Lama en 2009… Les organisateurs s'appuient ainsi sur un réseau relationnel impressionnant pour promouvoir et développer leur manifestation.

Comme l'écrit Olivier Kerdraon, le responsable « Partenariat » du comité d'organisation, le tournoi « rassemble toute la planète foot », du local à l'international, afin de contribuer au développement du dialogue interculturel et à la paix entre les enfants et les adultes du monde. Et ce, dans le « Landerneau breton », loin des grands médias et de l'industrie du spectacle footballistique…

2.4. « L'esprit de Dirinon » ou le développement humain durable par l'ouverture et la convivialité sportive

2.4.1. La dimension éthique du tournoi : le foot, un prétexte à la transmission de valeurs humanistes

La finalité éthique et humaniste du tournoi est clairement affirmée par les organisateurs : « Dans notre démarche, le football est un prétexte, un moyen de faire se rencontrer des enfants et des adultes du monde entier. Nous concevons le sport comme vecteur d'intégration et d'échanges humains et culturels, de solidarité et de tolérance, autant de valeurs qui nous tiennent à cœur et que nous tentons de promouvoir avec ce tournoi ».

Le sport, ici le football, est mis au service d'une éducation par le sport fondée sur l'apprentissage et le respect d'une éthique sportive et de valeurs humaines.

Ecole de tolérance, le tournoi international de Dirinon est inauguré chaque année avec la lecture solennelle du « Code du sportif » par les enfants eux-mêmes qui s'adressent aux autres enfants dans leurs langues respectives. La manifestation s'inscrit dans l'action nationale « Halte à la violence dans le sport », promue par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports et par le CNOSF. Ce « Code du sportif » est d'ailleurs issu du texte produit par l' « Association Française pour un sport sans violence et pour le Fair Play » émanant du CNOSF.

Pour inciter les enfants à respecter la lettre et l'esprit du Code, le comportement des joueurs est évalué, d'une part à chaque match par système de points, d'autre part d'une manière générale, en dehors des terrains, par exemple lors de leur séjour en famille d'accueil. L'équipe ayant eu le plus « beau jeu » remporte la « coupe du fair-play » à l'issue du tournoi. Ainsi, les dimensions éthiques et sportives sont indissolublement liées.

Le « Code du sportif »
de l'Association Française pour un sport sans violence et pour le Fair Play (AFSVFP)[840]

Lors de l'édition 2009 du tournoi international de Dirinon, le texte qui suit a été lu par les enfants dans 13 langues différentes.

« Tout sportif, débutant ou champion, s'engage à :

1- Se conformer aux règles du jeu,
2- Respecter les décisions de l'arbitre,
3- Respecter adversaires et partenaires,
4- Refuser toute forme de violence et de tricherie,
5- Etre maître de soi en toutes circonstances,
6- Etre loyal dans le sport et dans la vie,
7- Etre exemplaire, généreux et tolérant ».

2.4.2. Les dimensions éducative et sociale : éduquer et créer du lien du local à l'international

Les dimensions éducative et sociale du tournoi international de Dirinon découlent, d'une part de sa préoccupation éthique et de ses valeurs humanistes, très proches de l'idéal olympique, d'autre part, du caractère festif et convivial de l'événement.

[840] www.fairplay.asso.fr, consulté le 15 juillet 2009

2.4.2.1. Les apports éducatifs : ouverture culturelle et tolérance

La dimension éducative du tournoi est particulièrement importante s'agissant d'enfants âgés de 9 à 12 ans. Le premier apport éducatif est l'esprit humaniste et convivial du tournoi lui-même. L'objectif de remporter les matchs et le tournoi est bien sûr très présent chez les jeunes joueurs, mais ici la compétition se déroule dans un esprit de fair-play et de jeu qui prime sur le résultat. C'est ce qu'exprimait à sa façon un jeune joueur de Dirinon auditionné, qui malgré sa défaite contre Marseille (15-0) soulignait : « on n'est pas là pour gagner, juste pour s'amuser ». La compétition est éducative dans la victoire…comme dans la défaite.

Les rencontres de joueurs d'autres équipes, par la médiation du football, représentent une extraordinaire opportunité d'ouverture culturelle, internationale et d'éveil pour les enfants. Dans un esprit de dialogue, de tolérance et de respect interculturel, de co-développement, les joueurs des équipes de San-Francisco, de Loperhet, de Madagascar ou de Rio de Janeiro se côtoient et échangent par la médiation du jeu sportif, le ballon devenant, le temps d'un week-end, une « langue universelle ». Interrogé sur la barrière des langues, un jeune joueur auditionné reconnaît que « parfois, on ne peut pas se dire grand-chose », alors « on demande juste si on peut jouer » …et la magie du ballon rond, devenu esperanto enfantin, opère à merveille. Comme le dit Olivier Kerdraon, responsable « partenariats » du Tournoi : « un ballon sur le terrain, puis c'est parti ! »

A l'occasion de leur venue en Bretagne, certaines équipes étrangères sont accueillies dans les écoles locales. L'école Jules Ferry de Landerneau a ainsi reçu, en 2008, dans sa classe bilingue « français-breton », des enfants malgaches. Selon l'instituteur, M. Jean-Charles Le Floc'h, cette rencontre a permis, le temps d'un après-midi, dans une classe bilingue accoutumée à la diversité culturelle, de travailler sur la découverte mutuelle de la réalité quotidienne vécue par les enfants, à partir de photos des deux pays. Pour l'association de solidarité internationale Zatovo, co-organisatrice de la venue de la délégation malgache à Dirinon, cette rencontre à l'école a été l'un des moments les plus appréciés par les jeunes de Madagascar ... avec la découverte du TGV et des escalators[841] !

L'association de solidarité internationale avec Madagascar « Zatovo »[842] : De Diego-Suarez à Dirinon

Zatovo qui veut dire « jeunesse » en malgache, est une association développant, auprès d'enfants de Madagascar, des actions de solidarité internationale, de développement et d'éducation par le sport.

Avec ses relais locaux, elle organise sur place un tournoi de football réunissant environ 250 enfants, dont les meilleurs sont sélectionnés pour participer au tournoi international de Dirinon, ce qui représente, dans un pays de grande pauvreté, une opportunité extraordinaire. Le voyage est financé par des actions de solidarité, notamment par l'organisation, dans le Finistère, d'un repas Malgache visant à collecter des fonds. Un système de parrainage de scolarité d'enfants malgaches est également mis en œuvre. C'est ainsi que l'équipe de Diego Suarez a pu se rendre dans le Finistère en 2008, notamment à Dirinon, non sans rencontrer d'importants obstacles administratifs pour obtenir les papiers nécessaires auprès des autorités françaises.

Les organisateurs du tournoi de Dirinon soulignent également les apports en termes éducatifs, de formation ou de développement personnel, pour les adultes : « la participation à notre tournoi, que ce soit en tant que joueur, éducateur, bénévole, famille d'accueil, organisateur…permet à chacun de s'enrichir grâce aux contacts et échanges avec les enfants et adultes du monde entier. Chacun ressort plus tolérant de la manifestation [843]».

[841] Audition de Claude André, Association Zatovo
[842] http://www.zatovo.net/
[843] Olivier Kerdraon, contribution écrite du 07/07/2008 (questionnaire CESR)

2.4.2.2. La dimension sociale : un tournoi qui crée des liens, du local à l'international

Le Tournoi international de football de Dirinon crée des liens. Il contribue au développement social, du local à l'international.

Les participants et observateurs du tournoi de Dirinon sont unanimes : sa force, c'est la convivialité. Et celle-ci est inséparable de la mobilisation enthousiaste, de l'authenticité et de la générosité de ses nombreux bénévoles.

A) Une large mobilisation bénévole qui favorise le développement social territorial

Le Tournoi de Dirinon est exclusivement organisé par des bénévoles. Il est un liant social qui densifie le tissu relationnel local, un fédérateur de participation des habitants à la vie de la cité, un lieu de brassage social et générationnel. Les organisateurs sont conscients de cette richesse sociétale : « Le grand intérêt de notre manifestation est de rassembler dans un premier temps toute la population de la commune : 400 bénévoles y participent, ce qui représente une bonne part des familles dirinonnaises ! ».

La participation bénévole favorise la cohésion sociale territoriale : « Notre équipe de bénévoles est constituée de personnes – femmes et hommes- de tous âges et de tous milieux sociaux : les retraités de la commune travaillent une dizaine de jours (à leur rythme !) pour le Tournoi, les « 20-60 ans » prennent pour beaucoup un ou des jours de congés pour l'évènement, et les plus jeunes participent également : les joueurs du club, qui, à 13 ans, ne peuvent plus jouer au Tournoi, souhaitent pour la plupart « devenir bénévoles » : ils participent à la préparation des paniers-repas qui sont servis aux équipes, et intègrent ainsi la grande équipe des bénévoles… : chacun à sa manière et selon ses compétences peut participer à notre action ». Le Maire de la commune observe que la participation des nouveaux habitants à l'organisation du Tournoi sportif est également un très bon moyen d'intégration sociale, ce qui est important pour une ville rurale dont la population augmente.

La photographe du tournoi, Mme Martine Landure, décrit ce qu'elle a observé à l'occasion de son reportage de 10 jours sur les bénévoles du tournoi de Dirinon : « Pas un coup de gueule, mais un esprit d'entraide permanent. On a l'impression qu'il n'y a pas d'effort. Tout se passe dans la bonne humeur. Il y a un grand respect mutuel, y compris entre les adultes et les enfants. C'est un boulot de petites fourmis qu'on ne voit pas, mais qui existe. »

A noter également que le tournoi de foot de Dirinon mobilise autant les femmes que les hommes. Elles sont d'ailleurs nombreuses à exercer des responsabilités bénévoles au sein du Comité d'organisation de l'AS Dirinon. Ainsi, au lieu d'être une passion exclusivement masculine qui tend à diviser les couples et les familles, l'esprit particulier du tournoi de Dirinon les rassemble autour des enfants et de la fête, ce qui est loin d'être toujours le cas…Et l'investissement des femmes au bord des terrains de football n'est pas que ponctuel : il est, selon les responsables sportifs, une réalité tout au long de l'année à Dirinon.

L'entraide associative intercommunale est également très présente : « Nous y associons les clubs voisins : 17 clubs locaux du Pays de Brest hébergent des joueurs provenant de différentes régions de France et du monde entier ». Cette solidarité locale se traduit par la mobilisation d'un réseau de près de 210 familles d'accueil bénévoles. Cette entraide associative, à la fois communale et intercommunale, va bien au-delà du tournoi de football de Dirinon et du sport : de nombreuses coopérations mutuelles sont tissées entre des associations d'objets différents. Par exemple, les bénévoles de l'AS Dirinon sont venus en aide, en juin 2009, aux organisateurs du Festival culturel « Escale à Logonna ».

Le bénévolat sportif est un levier de cohésion et d'inclusion sociales, de solidarité et de coopération territoriales. Il favorise à la fois l'être, le bien-être et le faire ensemble. Il est facteur de développement social territorial et stimule la participation de la société civile à la vie locale. Rassemblée autour du ballon rond pour le bonheur des enfants, celle-ci prend conscience de sa capacité à se prendre en main librement, solidairement et collectivement. En cela, on peut dire que le Tournoi de Dirinon est un véritable projet d'économie sociale et solidaire. Interrogée sur ses motivations, une bénévole répond : « ce qui nous fait tenir, c'est l'organisation collective : on est tous acteurs. D'une année sur l'autre, on a toujours l'envie de mieux faire ! ».

A noter enfin que pour remercier et valoriser le travail de ses bénévoles, l'AS Dirinon organise chaque année, après le Tournoi, un grand repas qui réunit les quelque 400 personnes ayant donné leur temps, leur énergie, leur enthousiasme, leur savoir-faire, pour la réussite du tournoi – sans compter.

B) L'ouverture et la solidarité internationales autour d'une « certaine idée du sport » et de « convivialités de fait ».

« Jouer et partager, se découvrir et s'ouvrir au monde[844] », le tournoi de Dirinon est international. En accueillant des joueurs étrangers et leurs accompagnateurs, des relations d'amitiés et de compréhension mutuelle entre les peuples se tissent du local au global et réciproquement. C'est aussi un élément important de la dimension sociale du développement durable : un ballon rond peut faire beaucoup pour ouvrir la population de la Bretagne et ses territoires sur le monde, la diversité culturelle, la paix internationale. Toute leur vie durant, les jeunes joueurs de Dirinon conserveront la mémoire de leur match amical contre les Malgaches de Diego Suarez, les Roumains de Bistrita, les Brésiliens de Rio de Janeiro ou la sélection sénégalaise de Dakar… A Dirinon, pour reprendre le titre d'un article d'Ouest-France[845] « le foot, se joue des frontières » en réalisant, chaque année, un « petit miracle cosmopolite » autour « d'une certaine idée du sport ». C'est ainsi qu'à la pointe de la Bretagne, les week-ends de Pentecôte, on peut voir les Dirinonnais danser la samba et les Malgaches, la gavotte !

On observera que la rencontre avec les joueurs des pays de l'Union européenne, des anglais de l'Arsenal FC aux joueurs Tchèques de la Dynamo Ceske Budejovice, participe aussi au développement d'un sentiment et d'une culture europénne chez les enfants comme chez les adultes. Un exemple de « solidarité de fait » pour reprendre l'expression de Jean Monnet. Mais peut-être l'idée de construire l'Europe à partir de « convivialités de fait », à l'image du Tournoi de Dirinon, serait-elle aussi à explorer…

Témoignage de Gino BUCUR, éducateur roumain de l'équipe de Bistrita participant chaque année au Tournoi de Dirinon – Extraits d'une lettre adressée fin 2007 aux organisateurs -

«Chers amis, (…) Je tiens à remercier tous ceux qui nous ont logés et nous ont fait confiance (peut-être au début avec un peu de soupçon) et nous ont aidés à arriver là-bas et à devenir leurs amis (…) Je fais de mon mieux pour pouvoir apporter des enfants de Roumanie à votre tournoi. Je le fais pour eux, pour les enfants, pour leur faire comprendre la différence qui existe entre nous et vous et les autres enfants participants. Pour qu'ils voient et qu'ils comprennent la véritable démocratie – bien qu'ils soient encore petits, eux, pour le moment, mais plus tard ils s'en souviendront et jugeront juste, ça c'est sûr. Pour qu'ils sachent la manière d'être, de se conduire dans la famille, dans la rue, sur le terrain de football de vos enfants et pour qu'ils en tirent le meilleur et le plus beau. (…)

[844] Jean-François Kerdraon, Président du Comité de gestion du Tournoi de Dirinon, cité dans le Télégramme du 31 mai 2009, article de M. Madec.
[845] Les citations entre guillemets sont extraites de l'article de Catherine Jaouen paru dans le journal Ouest-France du 1er juin 2008, en page Finistère.

Somme toute, j'ESPERE que le fait qu'ils aient des contacts avec des enfants d'autres pays et surtout de France leur enseignera ce que le respect envers l'HOMME veut dire, quelle que soit la couleur de sa peau, quelle que soit sa nation, la langue qu'il parle, la religion qu'il partage, j'espère que les contacts avec les étrangers leur enseigneront à être, comme Thomas disait, TOLERANTS. (…)

J'espère que les enfants qui s'y rendront l'année prochaine s'y sentiront aussi bien et que l'amour et la chaleur avec lesquels nous avons été accueillis leur fera comprendre dès maintenant ce que l'amitié, la sincérité, la rectitude et le respect signifient.

La distance en kilomètres entre nous est considérable, même si on la parcourt facilement, mais la distance entre nos âmes est négligeable si on fait tous un effort de volonté (…)».

2.4.2.3. La contribution au bien-être physique, psychologique et social

Nombreux sont les participants au tournoi, bénévoles, joueurs, public… qui décrivent le tournoi international de football de Dirinon comme un moment de bien-être partagé, voire de bonheur personnel et collectif. On y parle de « convivialité », de « bonne ambiance », de « chaleur humaine », de « bonne humeur générale », de « plaisir », de « solidarité », d' « amitié », de « joie », de « sourire », d' « épanouissement » et parfois même de « rêve »… autant de mots qui traduisent le sentiment de bien-être psychologique et social ressenti par de nombreux participants.

Pour les enfants qui jouent au football et se dépensent avec générosité et naturel lors des matchs, le tournoi et sa préparation sont une source de bien-être physique. En période de croissance, sous réserve d'une pratique non excessive, les effets de l'activité physique sont des plus bénéfiques pour la santé des enfants (prévention de l'obésité, développement du capital osseux, des aptitudes et qualités physiques…).

Comme nous l'avons vu dans la première partie du rapport, selon l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé est « un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». D'après cette définition, on peut dire que des événements sportifs, tels que le tournoi de Dirinon, contribuent à la prévention et à la promotion de la santé des populations au cœur des territoires.

2.4.2.4. La dimension environnementale : des actions pour un tournoi sportif « éco-durable »

Depuis 2008, le Comité d'organisation du tournoi a engagé une réflexion de fond sur une meilleure prise en compte de la dimension environnementale du développement durable lors de la manifestation. Un « responsable développement durable et solidaire », M. Arnaud Clugery, a été désigné à cet effet.

Cinq thèmes ont été passés en revue dans l'optique d'une mise en œuvre progressive d'actions à partir du tournoi 2009 : la communication ; le transport éco-responsable ; la politique d'achats, de choix des équipements et fournitures ; la gestion des déchets et la sensibilisation à l'environnement.

Cette dernière thématique est particulièrement importante sachant que le tournoi rassemble environ un millier de joueurs âgés de 9 à 12 ans. L'enjeu de l'éducation à l'environnement est désormais intégré aux objectifs du tournoi.

Les effets d'exemplarité sont aussi recherchés auprès des 400 bénévoles et des 6 000 spectateurs présents.

En pratique, dès 2009, 4 actions majeures ont été décidées : le tri sélectif des déchets – y compris par l'installation de toilettes sèches - la consigne des gobelets, la mise en place d'un « bar à eau » et l'incitation à venir au tournoi sans voiture. Cette action environnementale a donné lieu à un important travail de communication auprès des bénévoles comme du public, avant comme pendant le tournoi. Une rubrique et une vidéo ont même été mises en ligne pour promouvoir les gestes d'un tournoi éco-durable[846].

Même s'ils sont convaincus de la justesse de la démarche, les organisateurs ont signalé que ces actions environnementales entraînent un surcoût financier conséquent pour l'AS Dirinon. Ils espèrent donc pouvoir bénéficier de nouveaux soutiens financiers pour pouvoir continuer à promouvoir les gestes contribuant à faire de Dirinon un tournoi « durable et solidaire » exemplaire en Bretagne.

2.4.2.5. La dimension économique et entrepreneuriale du tournoi

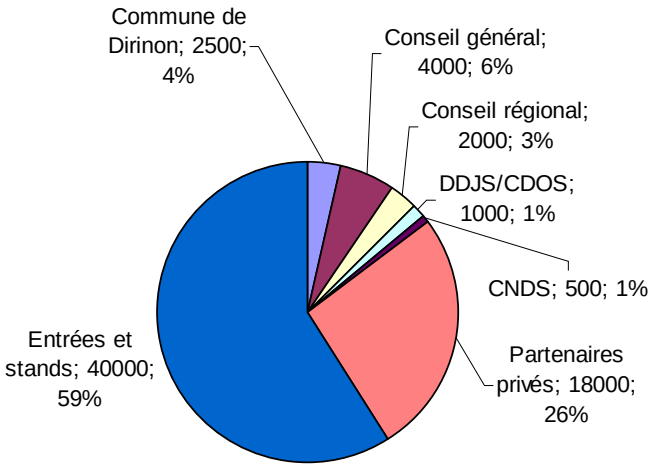
L'approche développement durable du tournoi de Dirinon implique de s'intéresser à la dimension économique de ce dernier.

A) Le budget du tournoi : 80 000 €, sans compter le temps bénévole…

La manifestation mobilise un budget d'environ 80 000 €, hors valorisation monétaire du bénévolat (400 bénévoles, 250 familles d'accueil bénévoles) et de l'aide des services publics communaux.

Les recettes se composent d'aides extérieures et de produits tirés du tournoi lui-même (entrées et stands). Concernant les premières, on observe que les subventions publiques ne représentent que 15 % du total contre 26% pour les aides des partenaires privés. Mais ce sont surtout les produits tirés des entrées et des stands, donc les ressources propres, qui alimentent le financement du tournoi : ils représentent 59% des recettes totales du budget.

Figure 110. Recettes prévisionnelles du tournoi de Dirinon - 2008



Source : AS Dirinon, contribution écrite du 7 juillet 2008 (questionnaire CESR)

[846] http://www.quoi2neuf.net/ecodurable/Site_2/Planete_foot_(accueil).html

Alors même que la manifestation est d'intérêt général et d'utilité sociale, les organisateurs s'inquiètent de la diminution progressive des subventions publiques, en particulier de l'Etat, ainsi que du retrait annoncé de certains partenaires privés sous couvert des effets de la crise économique et financière de 2009. Or, l'AS Dirinon doit disposer d'une réserve de trésorerie pour pouvoir assurer sa continuité. Les responsables du tournoi préconisent, comme le fait son partenaire privé, le CMB, de systématiser les conventions pluriannuelles de financement afin de sécuriser les ressources externes de l'association, sachant que les recettes propres sont à la merci des caprices de la météo le week-end du tournoi.

Les organisateurs attirent l'attention des financeurs sur les contraintes liées à l'éloignement géographique de Dirinon : « On est loin. Il est sans doute plus facile d'organiser un tournoi international à Paris qu'à Brest ». Le financement des frais de déplacement des équipes représente ainsi le premier poste de dépense budgétaire, environ 30 000€ par édition, à la charge de l'AS Dirinon.

Enfin, ils soulignent que lorsque le tournoi dégage des excédents financiers, ceux-ci sont exclusivement affectés aux jeunes joueurs de l'AS Dirinon : équipements, déplacements régionaux, interrégionaux ou internationaux… Etant précisé que « les joueurs adultes ne tirent aucun bénéfice de ces excédents ».

B) Les retombées économiques locales marchandes… et non marchandes

1) Tourisme

1 000 joueurs, leurs familles et accompagnateurs, 6000 spectateurs… Le Tournoi international de football de Dirinon n'est pas neutre économiquement. Il génère même une activité touristique substantielle. Si les joueurs et dirigeants sont logés en famille d'accueil, beaucoup viennent accompagnés de leurs parents et amis provenant de toute la France, mais aussi du Portugal, d'Angleterre, du Brésil, du Canada, des Etats-Unis d'Amérique…pour des durées allant jusqu'à 1 semaine. Le Comité d'organisation du tournoi estimait l'impact de l'accueil des participants en 2008 à environ 1 300 nuitées d'hébergement touristique auxquelles il faut ajouter les prestations liées de restauration, les achats de souvenirs, les visites touristiques en Pays de Brest… Les déplacements des joueurs, de leurs accompagnateurs, du public, pour se rendre au Tournoi génèrent aussi une activité économique dans le secteur des transports (avion, train, autocar, automobile…).

Enfin, la qualité de l'accueil des dirinonnais et de leurs proches voisins, la réussite du Tournoi, valorisent le Pays de Brest, le Finistère et plus largement la Bretagne. Le Tournoi, à son échelle, contribue à la notoriété, à l'attractivité touristique et au rayonnement international de la Bretagne.

Témoignage de Gérard H, coach des poussins du Racing Club de Strasbourg – Extrait du Livre d'or du site Internet du Tournoi de Dirinon.

« (…) Pour l'accueil incommensurable des bretons et leur hospitalité sans frontière : merci »

2) Activités artisanales et commerciales

L'organisation du tournoi stimule les activités artisanales et commerciales locales. Ce n'est pas un hasard si plus de 120 artisans, commerçants et entreprises du Nord Finistère, apportent leur contribution par le biais d'annonces dans le programme du tournoi, la pose de banderoles publicitaires, en n'oubliant pas de mentionner les aides financières et matérielles apportées.

3) Compétences, image, esprit et valeurs d'entreprise

Un entrepreneur dirigeant d'une entreprise de transports et partenaire du tournoi[847], a souligné, lors de son audition, qu'il prenait des « leçons de management » en observant l'organisation, l'engagement et l'enthousiasme des bénévoles : « l'association est gérée comme une entreprise ».

Il a également mentionné les qualités humaines et les compétences développées au sein de l'entreprise collective bénévole du tournoi. Celles-ci sont, pour beaucoup, transférables au monde de l'entreprise. Elles peuvent même faire la différence sur le marché de l'emploi pour un candidat en face d'un recruteur. Pour lui, « on retrouvera cette éducation et ces valeurs dans la vie de l'entreprise ».

Le même dirigeant a également fait valoir l'impact économique du tournoi de football en termes de valorisation de l'image du territoire intercommunal et donc d'attractivité auprès des acteurs économiques extérieurs : « on donne par plaisir pour des gens qui peuvent véhiculer une image ».

Un autre partenaire privé auditionné, le CMB de Landerneau, dont l'aide pluriannuelle sécurise fortement l'AS Dirinon, a fait remarquer le fort intérêt de la banque coopérative à soutenir un évènement sportif local porteur de valeurs humanistes « dans un monde individualiste ». Ce type de « partenariat de valeurs » est sans doute appelé à se développer à l'avenir entre le mouvement sportif et ses partenaires privés.

4) Economie sociale et solidaire

Le Tournoi international de Dirinon ne peut être analysé uniquement selon les indicateurs et critères classiques de l'économie capitalistique : il est avant tout une entreprise de l'économie sociale et solidaire dont le projet sociopolitique est inséparable de la dimension économique. Fruit de l'initiative de la société civile, de la liberté d'association sans but lucratif, de l'engagement et du travail de personnes bénévoles, le tournoi gagnerait à être analysé à partir de nouveaux indicateurs de richesse, de bien-être et de progrès sociétal. Serait ainsi mise en lumière la diversité de ses plus-values sociétales, économiques, environnementales, territoriales…

Par exemple, quelles sont les retombées économiques de la richesse sociale créée lors du tournoi ? Il faudrait pouvoir mesurer les effets de réseaux, les solidarités économiques territoriales qui découlent de la mise en lien des habitants et partenaires du tournoi. Celui-ci apparaîtrait alors comme un investissement immatériel à long terme dans le capital humain et social du territoire et non comme un coût. N'est-ce pas là une fonction d'intérêt public du sport amateur, considéré comme bien public, qui mériterait d'être mieux prise en compte et soutenue par les pouvoirs publics ?

5) Des effets de synergie locale porteurs d'un développement économique d'intérêt intercommunal

Même s'il manque encore une analyse approfondie des retombées économiques locales du Tournoi, certaines mentionnées ci-avant apparaissent nettement. Les collectivités locales en charge du développement économique intercommunal ne devraient pas voir la manifestation uniquement comme un évènement sportif, mais bien comme une source de création de richesses locales à partir d'une synergie « économie-société-territoire ».

[847] Patrick Pelé, entreprise « Transports Pelé ».

La recherche de ce cercle vertueux du sport implique au préalable de fédérer l'ensemble des acteurs locaux autour d'objectifs et de projets partagés, tant sur le plan économique, que sociétal, environnemental ou sportif. Dans cette optique, la recherche d'une meilleure gouvernance territoriale du sport à l'échelle intercommunale, voire du Pays, apparaît comme un enjeu central.

2.4.2.6. La dimension territoriale : une dynamique de développement local fondée sur la participation citoyenne

Les dimensions développées ci-dessus que nous intégrons à la notion de développement humain durable sont porteuses, chacune et en interaction, d'un développement territorial d'autant plus solide qu'il mobilise l'énergie et la libre participation des habitants à la vie de la cité. Ainsi, développement humain, éthique, culturel, bien-être personnel et social, développement économique, sauvegarde de l'environnement… se conjuguent, se renforcent et se ressourcent mutuellement dans une dynamique de développement local. Un développement au cœur d'un territoire rural fondé à la fois sur une vitalité, une identité et une fierté territoriales partagées et sur une ouverture aux autres et au monde. Dirinon est bien une commune finistérienne et bretonne …

Pour ceux qui pourraient encore en douter, il se passe bien des choses « magnifiques »[848] dans le Landerneau breton !

2.4.2.7. La dimension sportive : « l'esprit de Dirinon », un retour aux fondamentaux d'un football humaniste

A) « L'esprit de Dirinon » : un exemple de ce que le sport peut offrir de meilleur

« L'esprit de Dirinon », l'expression est souvent employée par les organisateurs et les observateurs du tournoi. Elle traduit l'authenticité des valeurs humaines portées par ses bénévoles. Leur engagement aussi sincère que discret, leur disponibilité et leur générosité envers les enfants et leurs accompagnateurs font battre le cœur du tournoi. C'est bien un club de football, l'AS Dirinon, qui organise l'événement, mais d'un football qui ne sacrifie pas l'éducation des enfants sur l'autel des intérêts économiques ou du résultat sportif à tout prix.

Les organisateurs le disent eux-mêmes, ils aiment le football mais celui-ci, lors du tournoi, n'est « qu'un prétexte » pour promouvoir une certaine idée de l'Homme et, ce faisant, une « certaine idée du sport ». Loin, très loin, des caméras les plus médiatiques, de l'industrie du spectacle et du mercato footballistique international, Dirinon promeut une culture sportive humaniste à partir du langage universel du ballon rond. Celle-ci n'exclut ni l'envie de gagner la compétition, ni le rêve, mais ici c'est l'intérêt supérieur des enfants qui prime, quels que soient leurs origines, nationalités, niveaux socioculturels… A Dirinon, le foot est une discipline sportive qui se pratique avec sérieux et rigueur, mais il reste avant tout un jeu compétitif éducatif. Il se fait sport d'inclusion sociale, école de tolérance, d'ouverture à l'autre et au monde, culture de la solidarité par « les convivialités de fait » qui se gravent dans le cœur d'enfants de 9 à 12 ans…et dans celui des adultes qui partagent avec eux le plaisir de la fête. A Dirinon le foot est bien plus qu'un spectacle, il est une fête populaire au cœur d'un territoire et dans le cœur de ses habitants. Pour reprendre l'expression de la journaliste Catherine Jaouen, « le rendez-vous dirinonnais donne à voir ce que le sport peut offrir de meilleur (…) une autre image du foot. Et ça fait du bien[849]. »

[848] adjectif employé par l'un des organisateurs du Tournoi auditionné à Dirinon.
[849] Ouest-France, page Finistère, 1er juin 2008, p 13

Témoignage de Gérard H, coach des poussins du Racing Club de Strasbourg – Extrait du Livre d'or du site Internet du Tournoi de Dirinon.

« Votre tournoi, indépendamment des valeurs qu'il véhicule, de la fraternité qu'il dégage, de la sérénité qui transpire de l'organisation, de la chaleur humaine qu'il suscite, offre aux enfants qui ont la chance d'y participer ce que le sport permet de plus structurant, de plus irrationnel, de plus émotionnel : le rêve !! Personne ne saura assez vous être reconnaissant pour votre investissement au services des jeunes et du football ».

B) Dirinon, un pont entre les footballs amateur et professionnel

Si « l'esprit de Dirinon » est porteur de nombreuses valeurs éducatives et humanistes, s'il cultive l'être plus que « le temps de cerveau disponible », le sujet sportif plus que le consommateur de spectacle, les organisateurs du Tournoi refusent toutefois de caricaturer le monde du football professionnel.

On peut même avancer que sans la générosité et la disponibilité d'acteurs du football professionnel, joueurs ou entraîneurs, le tournoi international de football de Dirinon n'aurait sans doute jamais pu atteindre son envergure actuelle.

Autre point à souligner et cela est très important pour les joueurs « Poussins » et « Benjamins » : le tournoi de Dirinon permet aux enfants des petits clubs amateurs de l'ombre de rencontrer et de se mesurer aux jeunes joueurs entraînés par de grands clubs professionnels de football tels que l'Arsenal, l'Olympique Lyonnais, le stade Rennais, le FC Lorient, le FC Moscou, l'AS Monaco… Les enfants des clubs amateurs peuvent progresser en se confrontant à la rigueur, au sérieux, à la discipline, à la technicité des joueurs des clubs pro et ces derniers peuvent retrouver les joies d'un football plus ludique, festif et convivial. L'intérêt est donc réciproque.

Jeter des ponts entre le football professionnel et le football amateur, dès le plus jeune âge et sous le parrainage bienveillant de grands joueurs ou entraîneurs, c'est aussi cela l'esprit d'ouverture de Dirinon.

C) Le tournoi, un levier pour la promotion des pratiques sportives des jeunes et le renouvellement du bénévolat sportif

A côté de l'événementiel, le football se pratique toute l'année grâce aux encadrants professionnels et bénévoles de l'AS Dirinon. Outre la qualité humaine et éducative de cet encadrement, un autre point a retenu l'attention des membres du CESR lors de leur visite à Dirinon. Selon les éducateurs sportifs rencontrés, grâce à la dynamique du tournoi et à la qualité de l'encadrement humain, les adolescents, une fois atteinte la limite d'âge des 13 ans, continuent le plus souvent à pratiquer leur sport préféré, alors même que la tendance générale est au décrochage de la pratique sportive à partir de cet âge.

Non seulement la continuité de la pratique du foot semble remarquable, mais encore, les ex-joueurs du Tournoi, dès 13 ans, s'engagent dans le bénévolat sportif en apportant « naturellement » leur concours à la préparation et au bon déroulement du tournoi : comme le dit leur entraîneur « c'est une question d'état d'esprit ». On observe ainsi que les effets éducatifs du tournoi peuvent aussi favoriser le renouvellement du bénévolat sportif local.

Quant aux effets du tournoi sur l'incitation à la pratique du football des enfants, ils sont visibles, les inscriptions et réinscriptions étant nombreuses à la rentrée, à Dirinon comme dans les clubs voisins participants.

2.5. Conclusion : L'esprit de Dirinon, un exemple de développement humain durable par le sport

C'est en valorisant et en soutenant davantage ce rôle sociétal du sport, ce sport d'intérêt général, ce sport à la fonction sociale et éducative, ce sport humaniste de l'ombre aussi absent des grands médias qu'il est présent dans la vie des territoires et de leurs habitants de tous âges et toutes conditions, que les pouvoirs publics pourront contribuer, avec le mouvement sportif et la société civile, à faire du sport un des vecteurs du développement humain durable de la Bretagne.

C'est bien « l'esprit de Dirinon » qui souffle -ou devrait souffler- sur tout le sport en Bretagne.

3. « En Avant Guingamp » ou le football professionnel commme catalyseur général et multiforme du développement territorial

Quelques semaines avant que l'un des clubs professionnels de football emblématique de la Bretagne, « En Avant Guingamp », ne remporte la Coupe de France, le 9 mai 2009, une délégation du CESR de Bretagne a pu rencontrer son Président, M. Noël Le Graët, ainsi que M. Aimé Dagorn, Président de la Communauté de communes de Guingamp[850].

Ces auditions ont permis de saisir combien le sport, ici sous la forme d'un club de football professionnel, pouvait être un élément structurant du développement d'un territoire. Depuis les années 1970, en particulier grâce à l'action et au charisme de son Président, Noël Le Graët, « En Avant » joue un rôle de catalyseur général et multiforme dans le développement local. Vecteur puissant de diffusion de l'image et de l'existence, non seulement de la ville de Guingamp, mais également de la région Bretagne, le rayonnement multiple du Club est allé jusqu'au niveau mondial lorsqu'il a accueilli, au Stade du Roudourou, le match de l'équipe de France contre celle des Îles Féroé, en octobre 2009.

Dans un monde de l'image et des médias, Guingamp, sans En Avant, serait probablement demeuré dans l'anonymat. On mesure ses effets multiplicateurs sur le développement local par l'identité et l'attractivité que le club exerce au bénéfice de son territoire, mais aussi par l'esprit de coopération qu'il favorise entre ses acteurs économiques (90 entreprises locales actionnaires). Pour reprendre la formule d'un fervent supporter qui résume cet impact positif : « un nom, En Avant ; une ville, Guingamp ; une région, la Bretagne ».

3.1. Guingamp, « carrefour de l'Armor et de l'Argoat » : une cité à forte identité culturelle et sportive

Située dans le département des Côtes d'Armor, à mi-distance entre Brest et Rennes, à proximité de la RN 12, la ville de Guingamp est au carrefour de l'Armor et de l'Argoat. Avec sa population de 8 000 habitants, Guingamp est la ville centre d'une agglomération de 23 000 habitants et d'un Pays d'environ 71 000 habitants.

L'aire urbaine de Guingamp est constituée de 6 communes (Guingamp, Plouisy, Ploumagoar, Grâces, Pabu et Saint-Agathon) regroupées au sein d'un établissement public de coopération intercommunale, la Communauté de communes de Guingamp.

[850] Audition du 7 avril 2009, Guingamp

Sous-préfecture, Guingamp assure des fonctions administratives, commerciales, scolaires, économiques, sociales et politiques. Ville scolaire et universitaire, elle compte 8 groupes scolaires, 3 collèges, 4 lycées professionnels, 2 lycées d'enseignement général et un campus universitaire (Université catholique de l'Ouest – Bretagne Nord). Environ 5 000 élèves et 1 000 étudiants fréquentent les établissements de l'agglomération.

Le secteur de l'agroalimentaire structure largement le paysage économique local.

Guingamp, l'une des plus anciennes cités médiévales de Bretagne, est riche d'un patrimoine culturel de caractère. L'urbanisme guingampais est aussi marqué par une importante opération de rénovation urbaine en cours visant à restructurer et moderniser son parc de logement HLM. Nous y reviendrons plus loin car cette opération ANRU n'est pas sans lien avec le football.

Enfin, et c'est ici ce qui nous intéresse, Guingamp se présente et se promeut sur son site Internet comme « une ville sportive par excellence » dont la « renommée » est liée à l'existence de « l'une des équipes de football les plus prestigieuses de Bretagne : « En avant de Guingamp », club professionnel évoluant en Ligue 2 qui, le 9 mai 2009, au Stade de France, devant près de 80 000 spectateurs, a remporté, contre le Stade Rennais, la 92ème Coupe de France de football.

3.2. L'histoire presque centenaire d'« En avant de Guingamp » : du petit club de l'école laïque à la Coupe de France de football

En 2012, En avant de Guingamp sera un club de football centenaire. C'est en effet en 1912 qu'est créé, à l'initiative d'instituteurs, au sein de l'école primaire laïque de Guingamp, un petit club de football baptisé « En avant ». S'illustrant régulièrement au niveau régional, il prend véritablement son envol national à partir des années 1970 où il s'illustre par de nombreuses réussites sportives : ¼ de finale de la Coupe de France lors de la saison épique de 1972/1973 ; entrée en 2ème Division en 1977 ; Statut de club professionnel en 1984 ; accès en Ligue 1 en 1995[851] ; finaliste de la Coupe de France en 1997 ; champion de France des 18 ans en 2008 ; vainqueur de la Coupe de France en 2009. Actuellement en Ligue 2, le Club s'est donné pour objectif de retrouver sa place en Ligue 1 pour son centenaire de 2012.

En France, seuls l'AJ Auxerre et le FC Gueugnon, sont parvenus, à une échelle à peu près comparable, à atteindre un tel niveau sportif.

3.3. Un rôle structurant dans le développement local : En Avant, « une entreprise économique, sociale et affective[852] » à « esprit associatif »

Au-delà de ses exploits sportifs, le club de football « En Avant de Guingamp » (EAG) joue un rôle structurant dans le développement local de l'agglomération guingampaise, dans ses dimensions économique, sociale, territoriale, urbaine et sportive.

[851] Depuis 1995, le club oscille entre la Ligue 2 et la Ligue 1. Il joue actuellement (2009) en Ligue 2.
[852] Expression employée par Noël Le Graët, Président d'En avant, lors de son audition CESR du 7 avril 2009

3.3.1. Développement économique : à Guingamp, le foot est un « facilitateur »

3.3.1.1. En avant de Guingamp, club fédérateur des forces économiques locales

Lors de son audition, Noël Le Graët, en présentant les 87 entreprises costarmoricaines actionnaires de la Société anonyme de sport professionnel (SASP) « En Avant de Guingamp », a évoqué « l'esprit associatif » qui les rassemble, dans la victoire comme dans la défaite. « En Avant » est un facilitateur de liens entre les acteurs économiques du département, dont le Président, Noël Le Graët, fait partie. Aucune des entreprises actionnaires ne détenant plus de 5% du capital de la SASP, celle-ci n'est pas dépendante de la défection d'un actionnaire principal, comme c'est souvent le cas dans les grands clubs professionnels. Le Président d'« En avant » a beaucoup insisté sur l'esprit de confiance, de convivialité et de solidarité existant entre les responsables des entreprises actionnaires, en particulier au sein du conseil d'administration de la SA.

Non seulement le football fédère les entreprises du département actionnaires du Club, mais il est aussi un catalyseur relationnel pour l'ensemble du tissu économique local. Il suffit de visiter le stade récemment rénové de Roudourou pour s'en convaincre : celui-ci s'est doté d'un *« espace économique »* relié aux tribunes du stade par une passerelle qui symbolise bien les liens étroits entre sport et économie à Guingamp. Cet espace « VIP » est affecté aux réceptions et soirées d'après match, dîners qui rassemblent régulièrement près de 600 à 700 personnes : entreprises actionnaires, leurs clients et salariés, entreprises sponsors, conseils ou comités d'entreprise… Cet espace sert aussi à des actions économiques plus générales : bourses de transmission d'entreprises, forum pour l'emploi, séminaires divers…qui selon le Président de la Communauté de communes de Guingamp, en charge du développement économique du territoire, « induisent une valeur ajoutée pour Guingamp et son économie ».

Tous ces liens économiques et commerciaux créés par la médiation du football peuvent même, dans certains cas, renforcer l'attractivité économique du territoire pour des entreprises en recherche d'implantation. Ainsi, le réseau relationnel économique tissé par le football, allié à la sphère d'influence de son Président, Noël Le Graët, qui a été aussi Président de la Ligue nationale de football en 1991 et Maire de Guingamp, ne sont pas semble-t-il étrangers au maintien ou à l'installation, dans l'agglomération guingampaise, de grandes entreprises, notamment du secteur agroalimentaire : *Daunat, Stalaven, Bourgoin, Lidl, Friskies*… Autant de facteurs favorables au maintien ou création d'emplois pour les habitants et de taxe professionnelle pour les collectivités locales.

3.3.1.2. Bien d'autres retombées économiques locales…

Outre son pouvoir de densification du tissu économique locale, l'activité sportive d'En avant est aussi à l'origine de nombreuses autres retombées économiques qui contribuent au développement local en termes d'emploi et de création de richesses.

Lors de son audition, le Président de la communauté de communes, en a dressé un premier tableau non exhaustif :

<u>Un Club pro employeur</u>

En avant est une entreprise qui emploie elle-même près de 80 salariés permanents auxquels s'adjoignent une cinquantaine de salariés occasionnels les soirs de match.

BTP

La construction du stade de Roudourou (en 1989-1990) et les chantiers de ses différentes évolutions (1995 et 2007-2008) ont permis de disposer d'un équipement pouvant accueillir 18 000 spectateurs (plus de 2 fois la population de la ville). La réalisation de ces travaux a généré des marchés importants qui ont mobilisé sur le site des dizaines d'ouvriers pendant plusieurs mois et procuré de l'activité aux entreprises locales (soit en direct, soit en sous-traitance).

Les travaux de mise aux normes du stade de Roudourou et de réalisation d'un espace économique (2007) : une bonne opération financière, source de développement économique local. En 2007, le Syndicat mixte de Roudourou, structure de coopération territoriale regroupant le Département des Côtes d'Armor, la Communauté de communes et la Ville de Guingamp, a engagé, en tant que maître d'ouvrage, d'importants travaux de rénovation et de modernisation du stade du Roudourou. Le montant des travaux était de 7 834 650 € en janvier 2008 dont près des deux tiers ont été subventionnés, soit 5 217 630 € (voir détail ci-après). Le solde a été autofinancé par un emprunt souscrit par le Syndicat mixte sur une durée de 15 ans dont l'annuité de 240 337 € est majoritairement financée par un loyer HT indexé de 150 000 € versé par la SASP « En avant », soit 62,4% du remboursement de l'emprunt[853].

La liste des subventions obtenues est la suivante, par ordre décroissant : Région Bretagne (2,5 M€), Département 22 (1.63 M€), Union européenne-FEDER (0.8M€), Etat-FNDS (0.2 M€), Syndicat départemental d'électricité 22 (0.08763 M€).

Hôtellerie, restauration, commerce

Les soirs de match, la présence au stade de 7 500 spectateurs en moyenne en Ligue 2, et du double en Ligue 1, se révèle profitable pour l'économie locale notamment pour les bars, restaurants, commerces alimentaires... Entre 700 et 850 repas d'après match sont servis sur place aux invités des entreprises sponsors ce qui constitue une opportunité fort appréciée des traiteurs de la région et de leurs personnels (une vingtaine de serveurs).

La « mise au vert » des joueurs d'En Avant pour la préparation du match procure également un chiffre d'affaires intéressant pour le restaurateur et l'hôtelier retenus. Il en va de même pour ceux qui accueillent l'équipe adverse.

L'accueil des arbitres, délégués, journalistes, radios nationale, équipes de commentateurs et de techniciens de la télévision (une quinzaine à chaque retransmission) renforce également la clientèle hôtelière et de restauration.

Transports

L'activité de l'aéroport de Saint Brieuc est assurée chaque week-end par « En Avant » pour ses déplacements, ou par les adversaires, pour les matchs « à domicile ». Ceux-ci font appel à un autocar pour les transporter entre l'aéroport et l'hôtel (généralement sur Saint Brieuc), entre l'hôtel et le stade, puis après le match entre le stade et l'aéroport.

Immobilier

Le marché immobilier est soutenu par la location (ou l'acquisition) de maisons d'habitation par le staff technique (1 entraineur et 2 adjoints) et médical (2 Kinés) ainsi que par les joueurs professionnels. Les autres entraineurs du club (CFA, 18 ans, 16 ans, 14 ans et ceux

[853] Source : contribution écrite d'Aimé Dagorn, Président de la communauté de communes de Guingamp.

du centre de formation) ainsi que les joueurs majeurs de ces niveaux renforcent également ce domaine.

La taxe d'habitation et autres impôts locaux produits améliorent les revenus des collectivités de résidence. Les entreprises de déménagement accompagnent les mouvements d'intersaison…

La résidence et la consommation de joueurs professionnels et de cadres techniques aux revenus élevés profite à toute l'économie locale : automobile, habillement, restauration, loisirs, équipement de la maison…

Centre de formation et secteur scolaire

A cette liste s'ajoutent les activités induites par les autres équipes du club : Championnat France Amateur, 18 ans, 16 ans, 14 ans… et le centre de formation. Ainsi, les 10 équipes d'« En Avant » mobilisent chaque week-end (et aussi chaque jour pour le centre de formation) des cars pour leurs déplacements.

Le Lycée privée Notre Dame et les autres Etablissements d'enseignement qui lui sont rattachés (LEP Montbareil et Le Restmeur, Collège Saint Dominique) scolarisent la centaine d'élèves accueillis au centre de formation générant des emplois supplémentaires d'enseignants, de surveillance, de personnels de services…

Secteur de la santé

Le secteur de la santé se trouve lui-même conforté par la présence d'En Avant. Le suivi médical et paramédical des sportifs est source d'activités et de revenus pour les professionnels de santé de l'agglomération guingampaise. La création et le maintien du centre médico-sportif sur le site de l'hôpital se trouvent justifiés par une proximité de sportifs de haut niveau, la maternité, les urgences… enregistrent une fréquentation dont En Avant n'est pas exempt.

Secteur public

Outre les recettes fiscales qu'elle génère pour les collectivités locales environnantes, la SASP « En avant » verse annuellement une redevance de 130 000 € à la commune de Guingamp afin de participer aux frais d'entretien des terrains de football par les services de la ville. Ceci contribue au maintien et à la création d'emplois dans le secteur public local.

Une économie locale dynamisée par les grands événements sportifs

Des événements sportifs exceptionnels tels que le match de coupe de France Concarneau – Lyon, le 24 janvier 2009, qui s'est tenu dans un stade plein (18 000 spectateurs), ou l'accueil, en octobre 2009, au stade de Roudourou, du match international officiel qualificatif pour la Coupe du monde de football entre l'équipe de France A et l'équipe des Iles FEROE tirent l'économie locale vers le haut. Par exemple, la dernière rencontre mentionnée se jouera à guichets fermés et sera diffusée dans tous les continents en présence d'une centaine de journalistes de la presse audiovisuelle, parlée et écrite. Tous les hôtels et restaurants seront réservés dans un périmètre de 50 kms à la ronde…

Lors de tels événements sportifs majeurs, l'image de Guingamp est fortement valorisée et le commerce guingampais, fortement stimulé.

Rayonnement et attractivité touristiques

Il faut enfin mentionner les retombées touristiques directes ou indirectes du rayonnement d'En avant pour la ville de Guingamp, ses environs, son département et, d'une manière plus

large, pour la Bretagne : *« Enfin, le football a aussi grandement favorisé la notoriété de la ville et lui a permis de valoriser son image touristique au-delà de toutes les actions déployées par des campagnes de publicité ou les efforts aussi louables soient-ils du Pays touristique ou de l'office de tourisme».*

Il suffit, pour s'en convaincre, de penser au fort écho médiatique de la Coupe de France de football remportée par Guingamp au Stade de France le 9 mai 2009 et à la marée de « Gwen ha du » qui a déferlé sur ses tribunes devant des millions de téléspectateurs.

3.3.2. La contribution d' « En avant » au *développement social* du territoire

Tant par sa contribution au développement social local que par ses actions de solidarité envers les publics en difficulté, le club professionnel de football « En avant de Guingamp », attentif à sa responsabilité sociétale, concourt à la vitalité locale et à la cohésion sociale territoriale.

3.3.2.1. « En avant », moteur d'animation et de vitalité territoriales, fait vibrer les habitants de Guingamp et au-delà

Noël Le Graët : « Il faut qu'on donne du plaisir (…) De nombreux habitants de notre pays vivent au rythme de nos résultats et parfois la passion est dévorante. ».

Ils sont nombreux, à Guingamp et dans tout le département des Côtes d'Armor, ces habitant(e)s, de tous milieux sociaux et de tous âges, qui vivent et vibrent, chaque semaine, au rythme des matchs et résultats de leur équipe de football préférée. « En avant » fait partie de la vie des habitants. Il crée de l'émotion sociale territoriale et du plaisir à vivre ensemble.

Aimé Dagorn décrit aussi la place importante du football dans la vie sociale locale :

« En Avant crée une animation et fait vibrer tous les 15 jours un public de tous âges, fidèle (plus de 7000 spectateurs de moyenne en Ligue 2), qui se recrute dans un rayon de 50 km (Saint Brieuc, Paimpol, Lannion, la Côte de granit rose, Morlaix, Carhaix). Certains inconditionnels n'hésitent pas à se déplacer de 100 Km et plus (Landerneau, Pont Scorff, Quimper…) et même à effectuer par leurs propres moyens la moitié des déplacements (Pont Scorff, Yffiniac…)

Il y a lieu d'y ajouter les personnes plus âgées qui ne souhaitent pas ou ne peuvent pas se déplacer et qui écoutent systématiquement chaque vendredi soir la retransmission du match sur les radios (Radio bleu Breiz Izel et/ou Radio Bonheur) que ce soit depuis le stade de Roudourou ou lors des rencontres à l'extérieur. Ces commentaires créent un lien social fort et le sentiment d'appartenance.

Bon nombre de cafés de la région se sont dotés d'une télévision à grand écran pour favoriser, dans une ambiance partagée, le suivi des matchs à l'extérieur retransmis à la télévision[854.] ».

[854] Audition et contribution écrite d'Aimé Dagorn, CESR, 7 avril 2009

3.3.2.2. Le football favorise ici la cohésion sociale territoriale

A Guingamp, le football est un liant social. Avant, pendant ou après les matchs, le football rassemble la population. « En avant » favorise la mixité sociale et le lien intergénérationnel. Il est un élément fort d'une culture, d'une identité et même d'une fierté territoriales partagées qui fait communauté et contribue à la cohésion sociale dans le territoire.

« Avez-vous déjà traversé la ville de Guingamp le lendemain d'un match ? Les gens discutent de football entre eux et avec les commerçants » rapporte Aimé Dagorn. En général, dans les bistrots, le moral des habitants-supporters est en phase avec la victoire- ou la défaite - de la veille…

3.3.2.3. Bénévolat sportif

Le bénévolat sportif qui vient soutenir le club professionnel « En avant », quelques centaines de personnes par match, contribue aussi au développement social territorial. Comme quoi, contrairement à certaines idées reçues, sport professionnel et bénévolat ne sont pas antinomiques mais peuvent, au contraire, être complémentaires. Ce que confirme Aimé Dagorn : « *Les bénévoles du club (plus d'une centaine) apportent un concours irremplaçable pour l'organisation des matchs. Ils tiennent des postes à responsabilité : aux guichets, aux contrôles des entrées, à la sécurité… Ils sont fiers de ce dévouement et créent la force vive de l'association En Avant* ».

En ce domaine, il faut signaler qu'En avant valorise les bénévoles d'autres clubs de football ou de disciplines sportives différentes, telles que le handball ou les échecs, en leur confiant la gestion des buvettes lors des matchs et en les rétribuant financièrement pour l'aide apportée.

Les supporters bénévoles du « Kop rouge » sont régulièrement récompensés pour leurs animations lors des matchs : « Le Kop rouge est une création d'un club de supporters qui animent les matchs à domicile et parfois à l'extérieur dans une ambiance festive et sans violence. Il vient de fêter ses quinze ans d'existence et est fréquenté par de nombreux jeunes qui se distinguent par des comportements dignes et responsables. Le Kop rouge obtient chaque année une des premières places dans le classement des animations de stades de Ligue 2 ». Pour conserver ce rôle bénéfique des supporters, le club et ses dirigeants se montrent très vigilants afin de prévenir une éventuelle infiltration de ces derniers par des groupuscules extrémistes.

3.3.2.4. Liens avec les jeunes des écoles de football du département

Chaque année, « En avant » s'ouvre aux jeunes footballeurs du département des Côtes d'Armor : « Une fois par saison, En Avant, en partenariat avec le Conseil Général et le District de football, accueille tous les jeunes licenciés des écoles de football du Département à l'occasion d'un match. C'est l'occasion d'un déplacement en car et d'une fête pour les milliers de jeunes qui apprécient de participer à cette soirée. ».

3.3.2.5. Actions de solidarité envers des publics ou personnes en difficulté

Aidé par les collectivités locales, notamment par la Communauté de communes et le Conseil général, le club professionnel de football d'En avant, joueurs comme dirigeants, se montre soucieux de sa responsabilité sociale envers les publics en difficulté. Les collectivités partenaires reçoivent ainsi des « billets sociaux » qu'elles remettent aux organismes locaux intervenant dans le secteur social. Animation jeunesse, foyer de jeunes travailleurs, foyers-logement… ont ainsi la possibilité de distribuer régulièrement des places gratuites pour les matchs.

Certains joueurs professionnels participent aussi à diverses actions de solidarité envers des personnes ou publics en difficulté : enfants hospitalisés au Centre hospitalier de Guingamp, animations dans des quartiers défavorisés, soutien à des associations de soutien aux malades de mucoviscidose…

3.3.3. La contribution d'En avant au développement territorial et urbain de Guingamp

Le développement économique et social mentionné ci-avant fait partie du développement territorial de Guingamp et de son agglomération dans son ensemble, mais les effets du football vont plus loin puisqu'ils ont un impact sur l'aménagement et le développement urbains de la ville.

Un stade rénové pouvant accueillir, dans de bonnes conditions, près de 18 000 spectateurs, au cœur de Guingamp, ville de 8 000 habitants : l'urbanisme sportif occupe une place majeure dans la structuration du paysage urbain de la cité d'En avant.

Mais il est d'autres effets plus indirects, mais non moins importants, du rayonnement footballistique de la ville sur son développement urbain. Le Président de la communauté de communes en est convaincu : si la ville de Guingamp a été retenue par l'Agence nationale de rénovation urbaine (ANRU), alors que sa petite taille ne jouait pas en sa faveur, c'est grâce au football et plus exactement, grâce au réseau relationnel de son ancien Maire et toujours Président d'En Avant, Noël Le Graët.

Ainsi, le football professionnel est facilitateur de lien économique, puis facilitateur de lien social, le voici aussi facilitateur de restructuration urbaine …en bref, catalyseur de développement territorial.

3.3.4. Le football, un levier de coopération territoriale

Les points développés précédemment ont également montré à quel point le sport, ici le football professionnel à Guingamp, était un extraordinaire *levier de coopération territoriale.*

3.3.5. En avant et le développement sportif local

3.3.5.1. L'investissement permanent dans la formation des jeunes joueurs

Si l'équipe professionnelle d'En avant fait beaucoup parler d'elle, le club est aussi très réputé pour la qualité de son Centre de formation dont plusieurs de ses joueurs professionnels sont issus. Ses jeunes joueurs amateurs de haut niveau obtiennent régulièrement d'excellents résultats sportifs au niveau national.

En pratique, dès l'âge de 12 ans et jusqu'à 20 ans, le Centre de formation d'En Avant de Guingamp accueille des jeunes footballeurs en leur proposant une formation scolaire et sportive. Le club assure ainsi la prise en charge de 112 jeunes pour la saison 2008/2009 dont 80% sont originaires de Bretagne.

Afin de permettre aux joueurs de réussir s*imultanément* leur projet sportif et leur parcours scolaire (« double projet »), des conventions sont passées avec des établissements scolaires du second degré situés à proximité : Collège privé Saint Dominique, Lycée privée d'enseignement général et technologique Notre Dame de Guingamp, mais aussi avec des établissements de l'enseignement supérieur : Université Catholique de l'Ouest et Université de Rennes 2 (STAPS). Pour l'enseignement professionnel (préparation de CAP et BEP) deux

autres établissements sont associés au Centre : le Lycée Montbareil et le Lycée Le Restmeur.

Avec la coopération de leurs établissements, les jeunes joueurs du Centre de formation peuvent ainsi bénéficier d'horaires aménagés et d'un suivi scolaire et sportif très étroit.

Des relations régulières et très proches entre professeurs et éducateurs du club favorisent fortement l'existence d'un environnement global de réussite. Et les résultats scolaires sont là, ce qui est le souci principal de l'équipe éducative s'agissant de préparer l'avenir à long terme des jeunes : 95 % de candidats admis au Diplôme national du Brevet ; 92 % de réussite au baccalauréat et 75 % pour les autres diplômes préparés.

Les résultats sportifs sont aussi au rendez-vous puisque les équipes jeunes amateurs de haut niveau de Guingamp, non seulement s'illustrent brillamment dans les championnats nationaux, mais aussi forment des joueurs professionnels pour l'équipe pro du Club comme pour d'autres équipes.

La difficulté, soulignée par Noël Le Graët, lors de son audition, étant de réussir à garder les meilleurs joueurs dans l'équipe pro d'En avant de Guingamp, car lorsque le succès est là, les joueurs les plus brillants ne résistent pas longtemps aux sirènes financières des plus grands clubs professionnels de football. Financièrement, la SASP En avant peut y être gagnante mais, sportivement, le risque est une baisse du niveau de son équipe pro… Le Président d'En avant, qui est également chef d'entreprise dans l'agroalimentaire, a dit combien cette question du recrutement et du maintien des joueurs était cruciale et parfois douloureuse pour les dirigeants du club, le résultat sportif n'étant jamais garanti : *« J'ai passé un tiers de mon temps à m'occuper du sport. C'est plus dur que de gérer une entreprise. En avant m'a donné plus de souci* [855]*(…) Le résultat est un couperet terrible ».*

Actuellement, En Avant de Guingamp travaille activement à la modernisation de son Centre de formation afin, d'une part, d'améliorer les conditions de vie et d'hébergement de ses jeunes joueurs, d'autre part, de leur faire bénéficier d'un meilleur environnement sportif avec, notamment, deux terrains en herbe et deux terrains synthétiques. Malgré plusieurs projets étudiés, En Avant rencontre d'importantes difficultés pour trouver un site d'implantation adéquat.

3.3.5.2. « En avant tire tout le sport local vers le haut »

La place imposante du football à Guingamp n'étouffe-t-elle pas le développement des autres disciplines sportives locales ? A cette question, Noël Le Graët comme Aimé Dagorn, répondent par la négative. Selon eux, c'est exactement le contraire, En avant « tire tout le sport local vers le haut » par un effet d'émulation et d'exemplarité. Guingamp dispose d'ailleurs d'un Office municipal des sports qui favorise le développement de toutes les disciplines sportives au niveau local[856].

[855] Noël Le Graët, Audition CESR à Guingamp, 7 avril 2009

[856] La visite du CESR à Guingamp n'a pas permis de recueillir d'autres points de vue contradictoires. Il semble qu'il y ait pourtant un débat local sur ce point.

4. « Les 3 jours de Plouay » : un événement sportif majeur géré par des bénévoles

Pour mieux appréhender la dimension humaine et territoriale du sport en Bretagne, le CESR de Bretagne est allé à la rencontre de M. Jean-Yves TRANVAUX, Vice-président du Comité des fêtes de Plouay, chargé de l'organisation du Grand prix et de M. Patrick FERNANDEZ, Président du Comité, tous deux organisateurs et gestionnaires *bénévoles* du grand prix cycliste de renommée internationale « Les 3 jours de Plouay »[857].

Chaque année, vers la fin août, à Plouay, commune de 5 000 habitants située à une vingtaine de kilomètres au Nord de Lorient, le Comité des fêtes local organise bénévolement un évènement sportif majeur en même temps qu'une grande fête populaire : « Les 3 jours de Plouay ». Manifestation très populaire, elle illustre de manière exemplaire la possibilité de faire du sport, ici le cyclisme, un puissant levier de cohésion sociale et de développement territorial. Comment d'une petite fête patronale, la manifestation est-elle devenue, en moins d'un siècle, une épreuve du championnat du monde du cyclisme ? Quels sont les effets des « 3 jours » en termes de développement local ? Quelles sont les forces et les fragilités d'une organisation associative exclusivement bénévole ? Quels sont les défis à relever par la manifestation ? Quelles préconisations peuvent-elles être tirées de cet événement ?

4.1. Les « 3 jours de Plouay » : de la fête patronale locale au championnat du monde de cyclisme

Quelle est l'histoire des « 3 jours de Plouay »[858] ? Comment une petite fête patronale locale organisée par des bénévoles est-elle devenue, en quelques décennies, un évènement sportif majeur de renommée internationale[859] ?

4.1.1. Les grandes étapes de l'histoire du Grand-prix de Plouay

Le Grand-Prix cycliste de Plouay remonte aux fêtes patronales de Saint-Ouen du début du XXème siècle dont la course cycliste devient, dès 1908, « l'évènement profane majeur ». C'est dans un contexte festif local, organisé par des commerçants et des passionnés de vélo, qu'elle prend racine. Avantagée par l'attractivité et la qualité de son circuit, la notoriété de la course s'accroît pendant l'Entre-deux-guerres : elle est alors l'une des compétitions interrégionales les plus réputées dans le Morbihan. En 1931, la course du Pardon de Saint-Ouen se transforme en « Circuit cycliste international ». Des coureurs légendaires tels que Pierre Cogan, Jean-Marie Goasmat ou Ange Le Strat, remportent la course et font la gloire du circuit.

[857] Audition du 27 février 2009

[858] En février 2008, le Comité des fêtes de Plouay a publié un ouvrage retraçant l'histoire de Plouay de 1931 à 2008. Préfacé par Cyrille Guimard, ce livre de 450 pages peut-être commandé directement au Comité des fêtes.

[859] La trame historique qui suit est tirée de l'article « Plouay : capitale du vélo – Les évènements, les hommes, les dates clés… », rédigé par M B. Le Gleut, Maire-adjoint aux sports, loisirs et vie associative de Plouay – Contribution écrite remise lors de l'audition de M. Jean-Yves TRANVAUX, bénévole, Vice-président du Comité des fêtes de Plouay, chargé de l'organisation du Grand Prix cycliste de Plouay et de M. Patrick FERNANDEZ, Président du Comité, par le CESR, le 27 février 2009, à Vannes.

Le programme des fêtes du Grand-Prix de Plouay dans les années 1930[860] :

- Samedi : distribution de pain aux indigents,
- Dimanche : fêtes religieuses, course de bicyclettes pour hommes mariés de plus de trente ans, course régionale de bicyclettes de soixante kilomètres, et en soirée, concours de chars et décorations de rues, feu d'artifice et retraite aux flambeaux,
- Lundi : jour de foire,
- Mardi : circuit cycliste, concours de boules, raid hippique,
- Mercredi : lutte bretonne.

Entre la Libération et 1975, la course cycliste de Plouay décline progressivement. Les coureurs sont de moins en moins en nombreux à s'y engager « car seul le vainqueur est récompensé ». Arrive alors un homme au rôle décisif, M. Jean-Yves Perron, qui va peu à peu rehausser le Grand-prix de Plouay sur les plus hautes marches du podium du cyclisme mondial, aidé en cela par la décision du Ministère des Sports de faire de la course une épreuve qualificative pour la sélection des coureurs français appelés à disputer les championnats du monde. Redevenant attractif pour les coureurs, le Grand-prix l'est aussi pour la télévision et donc pour les sponsors. En 1982, la course devient « Grand-Prix Plouay-Ouest-France ». Laurent Fignon remporte les Championnats de France organisés en 1987 à Plouay.

En 1997, malgré les réticences de la Fédération Française de cyclisme et de la société Amaury Sport Organisation (ASO), organisatrice du Tour de France, la candidature de Plouay pour l'organisation des championnats du monde est retenue par l'Union Cycliste Internationale (UCI).

L'année même du décès de Jean-Yves Perron, son œuvre est couronnée par l'organisation des championnats du monde en octobre 2000. La manifestation rassemble près de 300 000 spectateurs, 750 coureurs de 67 nationalités. Avec la présence de 1200 journalistes et 132 millions de téléspectateurs, l'évènement devient planétaire.

En 2002, Plouay obtient l'organisation de la manche française de la coupe du monde de cyclisme féminin. Le Grand-prix de Plouay Ouest-France devient « Les trois jours de Plouay ». Au programme :

- le vendredi, une randonnée cyclotouriste rassemblant près de 2000 participants
- le samedi matin, une course élite amateur et l'après-midi, la coupe du monde féminine
- le dimanche : le Grand-prix Ouest-France

Après deux années difficiles, le Grand Prix réintègre le circuit Pro Tour de l'UCI pour 4 années. La première épreuve a lieu le 28 août 2005. Le 25 septembre 2008, le calendrier mondial de l'UCI inscrit Plouay parmi les 24 grandes courses mondiales.

4.1.2. Les « 3 jours de Plouay » aujourd'hui : un pont entre les cyclismes amateur et professionnel

Le programme des « 3 jours de Plouay »[861], les 21-22 et 23 août 2009, était le suivant :

- Premier jour : organisation de la « Cyclo Morbihan » - Conseil général du Morbihan- qui comprend une cyclosportive, des randonnées cyclos, VTT et pédestres, ce dans un esprit de convivialité et de « fête du vélo » pour tous.

[860] Article « Plouay : capitale du vélo – Les évènements, les hommes, les dates clés… », rédigé par M B. Le Gleut, Maire-adjoint aux sports, loisirs et vie associative de Plouay
[861] Programme prévisionnel remis lors de l'audition du 27 février 2009

- Deuxième jour : deux Grands-prix cyclistes sont au programme :

- le Grand-Prix de Plouay-CMB (Elite Open), épreuve *amateur* rassemblant les meilleurs coureurs français (tous les vainqueurs de cette course sont passés professionnels par la suite).
- le Grand-Prix de Plouay – Bretagne – Région Bretagne – Coupe du monde UCI – Femmes -

- Troisième jour : l'évènement phare, le Grand-Prix Ouest-France –UCI Pro Tour- Trophée Crédit Mutuel – sur le circuit Jean-Yves Perron (épreuve comptant pour la Coupe du monde de l'UCI réservée aux cyclistes professionnels).

A côté de ces évènements cyclistes amateurs ou professionnels, les spectateurs profitent chaque année de nombreuses animations festives : musique, concours de boule, de pétanque, feu d'artifice…

Outre son organisation exclusivement bénévole, l'une des spécificités des « 3 jours », que l'on voit bien à travers ce programme, est qu'ils constituent un pont entre le sport pour tous, le sport amateur et le sport professionnel de haut niveau, des univers qui évoluent souvent de manière parallèle.

Plouay apparaît ainsi comme une interface, un rond point où se rencontrent le monde sportif associatif bénévole des amateurs de « la petite reine » et les exigences économiques, médiatiques et sportives draconiennes du cyclisme professionnel… pour le bonheur du public mais au prix de quelques nuits blanches pour les responsables bénévoles du Comité des fêtes.

4.2. La passion sportive comme levier de développement local

Que serait Plouay sans le vélo et sans « les 3 jours de Plouay » ? Poser la question, c'est s'interroger sur la passion sportive comme levier de développement local. L'histoire du Grand-prix de Plouay est édifiante à ce sujet : un comité des fêtes exclusivement géré par des bénévoles organise chaque année une course cycliste de renommée mondiale qui rassemble sur place jusqu'à 300 000 spectateurs et certaines années, des millions de téléspectateurs.

Quels sont ses effets sur le développement local ?

Il faut revenir au statut du Comité des fêtes de Plouay pour saisir qu'à côté de la dimension sportive des 3 jours, l'enjeu est avant tout celui du développement d'un territoire. Ainsi, l'article 1 des statuts de l'association[862] définit son objet qui est de *« développer la notoriété de Plouay »*, et non de développer la pratique du cyclisme ! Le sport est ici mis au service d'une finalité d'intérêt communal.

L'histoire des « 3 Jours de Plouay », telle que présentée ci-avant, montre l'intégration dans la vie locale de l'évènement qui est à la fois un grand moment sportif et une fête populaire. Le vélo participe de l'identité et de la vitalité territoriales.

Le Grand-prix contribue au développement local dans ses dimensions sociales, culturelles et économiques.

[862] Version de l'AG extraordinaire du 24 novembre 2007

4.2.1. Développement social et culturel

En mobilisant chaque année près de 600 bénévoles de Plouay et des communes environnantes, l'évènement fédère les habitants autour d'un projet sportif de territoire. En mobilisant la population, il densifie le tissu social local en même temps qu'il vivifie et qu'il anime le territoire.

La passion et la culture du vélo, sport emblématique du territoire réunissant toutes les générations et tous les milieux sociaux, deviennent ainsi partie intégrante du patrimoine culturel local, de l'identité territoriale et de l'estime de soi des habitants. Vu sous l'angle sociétal, le sport devient ainsi un élément structurant d'un mieux vivre ensemble, d'une qualité de vie locale.

4.2.2. Développement économique

Un tel évènement a bien entendu un impact sur le développement économique local. Le Comité des fêtes évalue à environ 970 le nombre de nuitées d'hébergement liées aux « 3 Jours » (équipes et accompagnants, intervenants, spectateurs, médias…). L'ensemble représente un apport financier d'environ 130 000 € pour les entreprises d'hébergement touristique du Pays de Lorient et des territoires environnants.

Pour la partie « restauration et autres », le Comité des fêtes signale l'impact économique et commercial important lié à la présence sur les 3 jours d'environ 1500 camping-cars, dont 300 qui « viennent en Bretagne spécialement pour l'occasion », sans compter la consommation des 100 000 à 300 000 spectateurs présents pendant la manifestation.

Le budget du Comité des fêtes[863] pour l'organisation des « 3 jours » donne une idée de l'impact économique de l'évènement sportif : l'ensemble des dépenses pour l'édition 2008 a atteint la somme de 823 795 € TTC pour les « 3jours » eux-mêmes à laquelle il faut ajouter environ 30 000 € pour « le reste de la fête »[864], soit au total près 850 000 € TTC.

4.3. Forces et fragilités d'une organisation associative exclusivement bénévole

4.3.1. Plouay, un village d'irréductibles bénévoles passionnés de vélo

Cela a déjà été signalé : le fait qu'un tel événement soit exclusivement organisé par des bénévoles est exceptionnel. Si le bénévolat associatif local fait l'originalité, la grandeur, la force et l'esprit particulier des « 3 Jours de Plouay », il est aussi une source de fragilité importante, en particulier sur le plan humain et financier. Dans un milieu sportif, celui du cyclisme de haut niveau, où les entreprises capitalistiques à but lucratif font souvent les événements, ce qui se passe annuellement dans cette petite commune bretonne d'irréductibles bénévoles est tout à fait extraordinaire. Ils le disent eux-mêmes :

« Des choses extraordinaires avec pour moteurs, la convivialité, la disponibilité et la générosité »

« Ces bénévoles mettent en lumière la capacité des associations loi 1901 à faire des choses extraordinaires avec pour moteurs la convivialité, la disponibilité et la générosité. Le sport

[863] Chiffres extraits du document du Comité des fêtes de Plouay « Présentation provisoire du bilan 2008- Résultat net de taxes ».
[864] boules-pétanque, animation, buvettes-pétanque, feu d'artifice, frais bénévoles, frais d'organisation

cycliste est un sport difficile et représentatif du caractère breton, nous sommes fiers d'avoir mis deux épreuves dans les premiers calendriers mondiaux féminin et masculin[865] ».

Le bénévolat et la convivialité s'allient à un véritable professionnalisme pour la préparation et la gestion de l'événement. Nous sommes en présence d'une organisation bénévole de l'économie sociale qui est gérée comme une véritable entreprise dont la finalité n'est pas « la redistribution de dividendes à des actionnaires[866] » mais la promotion d'une passion et d'un sport populaire : le vélo.

L'organisation bénévole de l'évènement diminue le coût financier des « 3 Jours » dont on peut se demander ce qu'ils deviendraient sans elle. Mais surtout, ce qui a déjà été souligné, elle contribue au développement humain et social territorial.

4.3.2. Les fragilités d'une organisation associative bénévole

Lors de leur audition, les responsables bénévoles du Comité des fêtes, ont exposé les difficultés auxquelles ils sont confrontés. Ils ont notamment insisté sur deux types de fragilité : la fragilité humaine et la fragilité économique de l'entreprise bénévole des « 3 jours ».

Comme dans toute association, le Comité des fêtes peut être fragilisé par des facteurs humains. Si le renouvellement des bénévoles occasionnels intervenant pendant l'événement ne pose pas de souci, celui des bénévoles responsables de l'association n'est pas aussi aisé, sachant qu'elle est pilotée par un « noyau dur » de 7-8 personnes pendant toute l'année. L'ampleur de l'évènement suppose une disponibilité sans borne et un engagement sans compter pour relever, chaque année, le défi de la réussite des « 3 jours ». L'équipe des dirigeants bénévoles doit être très solidaire et soudée. Or, il est arrivé dans le passé que la succession de la présidence dégénère en crise de l'association du fait de mésententes interpersonnelles. Société de personnes et non de capitaux, l'entreprise associative des « 3 jours de Plouay », est fortement dépendante du facteur humain, d'autant plus que celui-ci repose exclusivement sur le bénévolat.

Autre fragilité et c'est sans doute la plus vitale : la santé économique et l'équilibre financier de l'association. Comment parvenir, chaque année, à trouver les recettes qui vont permettre de financer les dépenses liées à l'évènement ? Les partenariats publics et privés sont très importants, mais ils ne sont plus aujourd'hui suffisants pour équilibrer le budget du Comité. Ainsi, en 2008, le résultat financier annuel des « 3 Jours » était déficitaire de 218 575 €. Pour l'instant, le Comité puise sur ses réserves pour faire face, mais cette situation n'est pas durable et pourrait remettre en cause la viabilité de l'événement lui-même. Tel était, en tout état de cause, le cri d'alarme lancé par ses représentants lors de leur audition.

Le nerf de la guerre, selon les organisateurs, est semble-t-il la télévision. L'engagement des partenaires publics et surtout privés dépend essentiellement de l'écho médiatique des « 3 jours ». Le Comité des fêtes subit un véritable chantage à l'image, sur fond de conflit de pouvoirs et d'intérêts entre l'UCI, la Fédération Française de cyclisme et la société ASO, organisatrice du Tour de France. La situation illustre un aspect négatif de l'instrumentalisation des retombées d'un événement sportif dans un contexte concurrentiel : le Comité des fêtes, pour s'assurer de la retransmission TV de l'évènement, doit désormais payer de sa poche, chaque année, environ 130 000 € (droits TV + frais de production). Pour diminuer sa dépendance médiatique, il vient de créer sa Web TV, www.plouaytv.com, mais cela pourrait n'être qu'un « palliatif » car l'audience n'est pas comparable à celle d'une retransmission diffusée sur France Télévision.

[865] Contribution écrite du Comité des Fêtes de Plouay – remise lors de l'audition du 27 février 2009 à Vannes.
[866] Audition du 27 février 2009 à Vannes.

Les organisateurs bénévoles des « 3 jours » s'interrogent sur le positionnement de cette dernière : la télévision publique ne devrait-elle pas, comme elle l'a fait dans le passé, mieux considérer un tel événement sportif populaire organisé, sans but lucratif, par une association de citoyens bénévoles mus par l'objectif de faire « la fête du vélo » et de jeter des ponts entre le sport amateur et le sport professionnel, en promouvant « la notoriété » de leur territoire ? Sa retransmission ne devrait-elle pas être considérée par France Télévision comme entrant dans l'exercice de sa mission de service public ?

4.4. « 3 jours », 5 défis

Les « 3 Jours de Plouay » sont, dans le monde du cyclisme, une originalité bretonne, voire mondiale. Evénement sportif de renommée internationale et fête populaire locale d'initiative bénévole contribuant au développement local, la manifestation est confrontée, selon ses organisateurs, à 5 défis majeurs interdépendants :

- continuer à figurer sur le calendrier du championnat du monde de l'UCI ;
- trouver des modalités pour mieux maîtriser la retransmission TV et multimédia de l'évènement – et surtout son coût - pour continuer à attirer les partenaires financiers (ex : retombées publicitaires) ;
- équilibrer son budget ;
- pouvoir renouveler ses dirigeants bénévoles ;
- conserver l'esprit particulier du Grand-Prix de Plouay, passerelle entre le vélo pour tous, le cyclisme amateur de haut niveau et le cyclisme professionnel.

5. Lanarvily : le cyclocross !

Un autre exemple de contribution du sport au développement local est le Cyclocross international de Lanarvily dans le Finistère, un événement sportif qui, comme « Les trois jours de Plouay », est exclusivement organisé et géré par des bénévoles passionnés. Le CESR de Bretagne a rencontré M. Patrick LE HER, Président du Comité des fêtes de Lanarvily et M. Louis LE HIR, secrétaire du Comité[867].

Lanarvily est une commune rurale de 350 habitants située dans le Léon breton, à une trentaine de kilomètres de Brest. Territoire essentiellement agricole devenu aussi « cité-dortoir » de la banlieue Nord-est de Brest, Lanarvily est devenue, en 50 ans, un haut lieu du cyclo-cross régional, français et international. Le Cyclo-cross de Lanarvily, organisé par les bénévoles du Comité des fêtes de la commune, rassemble chaque année, au mois de janvier, en plein hiver donc, entre 10 000 et 15 000 spectateurs, autour d'un évènement autant sportif que convivial qui est une véritable fête populaire du vélo.

Comment d'une course de kermesse, le cyclo-cross de Lanarvily a-t-il pu atteindre une telle notoriété ? Quel est son impact territorial, social et économique ?

5.1. Le Cyclo-cross de Lanarvily : de la kermesse du village au championnat du monde

A l'appui de leur audition, M.M Patrick Le Her et Louis Le Hir ont remis au CESR de Bretagne l'ouvrage de référence de M. Gurvan MUSSET, « Lanarvily, 50 ans de cyclocross » (2006),

[867] Audition du 4 mars 2009 à Landerneau

qui est la source principale des développements qui suivent. Pour un approfondissement documentaire, nous renvoyons donc le lecteur à l'original de cet ouvrage [868].

5.1.1. Le cyclocross : une discipline sportive née en France au début du XXème siècle et devenue aujourd'hui plus confidentielle

C'est en France, à Kremlin-Bicêtre, dans la région parisienne, qu'est organisée, sous l'impulsion d'un Père fondateur, Daniel Gousseau, la première course de « cross-country cyclo pédestre ». Discipline hivernale, ce sport saisonnier attire les passionnés de vélo qui souhaitent maintenir leur condition physique en attendant le retour des beaux jours. Son développement est encouragé par le Ministère de la guerre qui y voit une bonne préparation militaire pour des soldats messagers devant se déplacer à travers champs…

Pendant l'Entre-deux-guerres, en 1925, est organisé le premier critérium international dont le rayonnement géographique reste toutefois limité à quelques pays européens limitrophes de la France. Le terme de « cyclo-cross » apparaît en 1935. Après la Seconde guerre mondiale, l'Union cycliste internationale, lors de son congrès de 1950, fait de ce critérium un championnat du monde officiel de cyclo-cross. Les coureurs Français, qui sont nombreux à remporter le « maillot arc-en-ciel », dominent largement cette discipline spectaculaire dont la popularité s'accroît dans les régions de l'hexagone.

Le cyclo-cross, branche de la Fédération française de cyclisme, est devenu aujourd'hui une discipline sportive plus confidentielle qui rencontre un écho médiatique peu favorable à son développement, voire à sa sauvegarde. Il est aussi fortement concurrencé par le VTT, plus attractif pour les jeunes générations.

Qu'est-ce que le cyclo-cross aujourd'hui ?
Définition de la Fédération Française de Cyclisme[869]

« Le cyclo-cross est une discipline hivernale qui se pratique d'octobre à fin février. De nombreux coureurs sur route pratiquent cette discipline pour se préparer à la saison routière.
Les circuits d'une longueur de 3 km environ, sont tracés sur les terrains les plus divers (routes, prairies, chemins, sous-bois, sentiers, etc.) comportant des portions obligatoirement effectuées à pied. L'alternance de difficultés et de récupérations rapides permet aux coureurs d'exprimer leurs qualités physiques et techniques.

Les obstacles artificiels, s'ils s'avèrent nécessaires, ne pourront, à aucun moment être supérieurs à 40 cm de hauteur, le but recherché étant de faire descendre les coureurs de leur vélo. Les descentes, non dangereuses, de préférence techniques, doivent pouvoir s'effectuer à bicyclette. De façon générale, les escaliers ne peuvent être empruntés qu'en montée.
Les départs et les arrivées doivent être prévus sur la route ou, à défaut, sur des portions de chemins dits « stabilisés ».

La durée de la compétition varie selon l'âge et le niveau des pratiquants (1 heure maxi pour les coureurs Elite). »

5.1.2. Dans les années 1950, un léonard de Lanarvily, Jean Le Hir, prend l'initiative d'organiser un cyclo-cross pendant la kermesse du village

Dans un contexte national et régional favorable à la discipline, où s'illustre brillamment le coureur breton Jean Robic, 1er champion du monde de cyclo-cross en 1950, un léonard, Jean Le Hir, entrepreneur agricole et coureur cycliste, prend l'initiative, en 1957, d'organiser un cyclo-cross lors de la kermesse du village de Lanarvily. L'animation sportive

[868] M. Gurvan MUSSET, « Lanarvily, 50 ans de cyclocross », novembre 2006, Ed « Des dessins et des mots », 168 pages, avec interview de Jean Le Hir sur CD audio.
[869] http://www.ffc.fr/a_CycloCross/Presentation/index.asp , consulté le 2 juillet 2009

était à l'origine destinée à collecter des financements pour l'école locale sur sollicitation de la Jeunesse Agricole Chrétienne (JAC).
Le premier cyclo-cross de Lanarvily a lieu sur le circuit du Mingant en 1958. Il est remporté par son fondateur, Jean Le Hir.

5.1.3. Les grandes dates du Cyclo-cross international de Lanarvily

Jean Le Hir, personnage charismatique et passionné, et les bénévoles du Comité des fêtes de Lanarvily, parviennent à développer la course jusqu'à en faire, en 1973, une épreuve du Championnat de France et, en 1982, du Championnat du monde.

Les grandes dates du Cyclo-cross international de Lanarvily

- 1958 : première course lors de la kermesse du village,
- 1973 : championnat de France,
- 1977 : championnat de France militaire,
- 1982 : championnat du monde,
- 1996 : championnat de France,
- 2005 : coupe du monde de cyclo-cross,
- 2007 : championnat de France,
- 2011 : championnat de France.

5.1.4. La mobilisation bénévole locale : clé du succès

Comme les « 3 jours de Plouay » pour le cycliste sur route, le Cyclo-cross de Lanarvily est organisé par les bénévoles du Comité des fêtes de la commune. Le pilotage de l'organisation est confié à une vingtaine de responsables. Au-delà de ce noyau dur, l'événement mobilise près d'un habitant sur deux de Lanarvily ! Sans compter tous les bénévoles provenant des communes et clubs voisins qui viennent prêter main forte aux lanarvilisiens lors de l'événement. Au total, chaque hiver, en fonction de l'importance de la course, ce sont entre 200 et 400 bénévoles qui interviennent pour faire du cyclo-cross de la pointe de la Bretagne une fête populaire du vélo.

Cyclo-cross de Lanarvily : l'organisation bénévole[870]

Les bénévoles apportent leur aide à la préparation et à l'organisation du cyclo-cross. Les tâches sont réparties par équipe, en voici quelques unes:

- relation avec l'UCI, la FFC, le comité de Bretagne, les coureurs,
- relation avec les partenaires et les sponsors,
- relation avec les médias, affichages,
- préparation de la logistique : chapiteau, podium ...
- restauration, buvettes,
- préparation du circuit
- les signaleurs sur le circuit (80)
- l'accueil des spectateurs: entrées, parking, circulation ...

Dans son ouvrage sur les 50 ans du Cyclo-cross de Lanarvily, le journaliste Gurvan Musset[871], souligne l'importance vitale du bénévolat : « Les bénévoles, habitués ou occasionnels, constituent la colonne vertébrale de cette organisation : sans eux, rien n'est possible et tout s'écroule ! ».

[870] source : http://www.cyclo-cross-lanarvily.com/, consulté le 2 juillet 2009.
[871] Gurvan MUSSET, « Lanarvily, 50 ans de cyclocross », novembre 2006, Ed « Des dessins et des mots », p 157

5.1.5. Les défis à venir

Plusieurs défis sont à relever par les organisateurs du Cyclo-cross de Lanarvily :

- La baisse de popularité du cyclo-cross. En diversifiant les courses cyclistes, par exemple en organisant des circuits VTT ou des épreuves de course sur route pour « le plaisir des coureurs », le Comité des fêtes prend en compte la « marginalisation » rampante de la discipline.
- La bataille pour continuer à figurer dans le calendrier de la FFC et de l'UCI pour les championnats de France et du monde, les exigences règlementaires et financières aux candidatures étant de plus en plus draconiennes.
- La retransmission TV : c'est le nerf de la guerre. Si France 3 Ouest se montre très coopérative, en revanche, les autres chaînes de France télévision sont de plus en plus réticentes à diffuser le cyclo-cross. Leurs exigences financières deviennent à la limite du supportable, voire « inadmissibles », pour le Comité des fêtes.
- La recherche de partenaires. Le démarchage des sponsors ou partenaires publics est un souci permanent des bénévoles du Comité des fêtes.
- Le recrutement des coureurs. Les organisateurs mobilisent tout leur réseau relationnel pour constituer, chaque année, un plateau sportif attrayant pour les spectateurs, les médias et les partenaires.
- Le renouvellement des bénévoles. Gurvan Musset[872] y voit l'un des principaux défis à relever pour assurer l'avenir du Cyclo-cross, car ce « bataillon de grands cœurs » vieillit, comme le Père fondateur de l'épreuve, Jean Le Hir, et leur remplacement, qu'ils soient encadrants ou « petites mains », est loin d'être garanti.

5.2. L'impact social, territorial, économique et sportif du Cyclo-cross de Lanarvily

5.2.1. L'impact social : une fête sportive populaire qui rassemble dans la convivialité

Le Cyclo-cross de Lanarvily est issu d'une initiative de la société civile et de la forte mobilisation mobilisation bénévole locale. Dans la préparation de l'épreuve et pendant celle-ci, il y a création et densification du lien social territorial. Chacun à son poste, les bénévoles partagent un projet et un vécu communs qui contribuent au bien vivre ensemble. Comme l'ont souligné les représentants du Comité des fêtes lors de leur audition, « l'ambiance cyclo-cross » rassemble la population autour de l'événement dans un esprit festif, de convivialité et d'authenticité qui fait la force de Lanarvily.

C'est aussi ce qu'exprime Gurvan Musset à la fin de son ouvrage dans un paragraphe au titre évocateur : « Faucille, vin chaud et pâté pain-beurre ». Ainsi, selon l'auteur « la grande force de Lanarvily, depuis la création de son cyclo-cross, c'est la convivialité ! Elle est incontestablement à l'origine de la réussite même du circuit du Mingant… Sans elle, ni succès, ni réputation internationale et ne parlons même pas de longévité ! Une ambiance extraordinaire incite des milliers de spectateurs à revenir chaque année, dans cette petite vallée, quelque part entre Lesneven et Plabennec (…) ».

5.2.2. L'impact territorial : que serait Lanarvily sans son cyclo-cross ?

Commune rurale de 350 habitants, Lanarvily, sans son cyclo-cross, ne serait sans doute aujourd'hui qu'une invisible petite « cité dortoir » du Pays de Brest. L'événement sportif et festif est devenu si emblématique qu'il se confond aujourd'hui avec l'identité même du

[872] Gurvan MUSSET, « Lanarvily, 50 ans de cyclocross », novembre 2006, Ed « Des dessins et des mots », p 157

territoire. La notoriété de Lanarvily a atteint une dimension internationale. Le cyclo-cross est devenu, en 50 ans, un véritable patrimoine culturel local qui fait « la fierté [873]» de la population locale. Et tous les territoires environnants, comme la région Bretagne elle-même, en retire des bénéfices en termes d'image et d'attractivité, ne serait-ce qu'au plan touristique.

5.3. L'impact économique : un atout touristique en hiver

L'impact économique du cyclo-cross n'a pas encore, selon les représentants du Comité des fêtes, fait l'objet d'études approfondies. On peut toutefois imaginer qu'un tel événement de stature internationale qui rassemble chaque année, dans le Léon breton, entre 10 000 et 15 000 spectateurs, n'est pas neutre économiquement et qu'il est même créateur de richesses.

C'est en tout cas ce qu'affirment le Maire de Lanarvily, le Président de Brest Métropole Océane, celui de la Communauté de communes de Lesneven et de la Côte des légendes et celui de la Communauté de communes de Plabennec et des Abers qui se déclarent *« unis pour soutenir les initiatives favorisant la promotion et le développement de l'économie locale »* telles que le cyclo-cross de Lanarvily. Sans oublier de rendre hommage aux *« bénévoles qui contribuent ainsi à l'image et à la notoriété de notre territoire et aussi à son développement économique, notamment touristique[874] ».*

La diversité de la centaine d'entreprises privées qui sponsorisent l'événement montre la mobilisation locale des acteurs économiques du territoire de rayonnement du cyclo-cross.

Pour l'hébergement touristique des coureurs, participants, journalistes, spectateurs… la liste diffusée par le Comité des fêtes[875] recense une quarantaine d'établissements (hôtels, centres…), situés essentiellement dans le Pays de Brest. L'impact commercial en termes de consommation de repas, de boissons ou de produits courants est aussi à mentionner. Les transports, la logistique de la manifestation (ex : location de chapiteaux, gestion de salles, mobiliers…) sont aussi une source d'activité économique.

Le budget du Comité des fêtes pour l'organisation des courses donne également une idée de la dimension économique de l'événement : 200 000 € minimum pour l'organisation d'un championnat de France et environ 60 000 € pour une course classique[876].

Dans ce budget, le coût de la retransmission TV est lourd : 70 000 €, dont 45 000 € à la charge du Comité des fêtes et 25 000 € pour la Fédération Française de Cyclisme (FFC). Cette situation illustre à nouveau, comme nous l'avons vu pour les « Trois jours de Plouay », le problème de la dépendance aux médias de communication. Elle est jugée anormale par les organisateurs. Ils souhaiteraient que, pour la promotion du vélo, la FFC s'implique davantage financièrement. Pour ce prix, le Comité des fêtes refuse que France Télévision diffuse le cyclo-cross sur France 4 dont l'audience est plus limitée que France 3. Ce coût est d'autant moins bien accepté que les organisateurs se souviennent que lors du Championnat du monde de 1982, c'est France télévision qui avait pris à sa charge le coût de la retransmission. Enfin, ils dénoncent le traitement médiatique inégalitaire des disciplines ou épreuves sportives : place et budget du Tour de France[877] ; impérialisme économique et télévisuel du football…

[873] Audition des représentants du Comité des fêtes de Lanarvily, le 4 mars à Landerneau.
[874] Plaquette de présentation du 52ème cyclo-cross de Lanarvily du 25 janvier 2009, p 5
[875] Dossier de candidature pour la coupe du monde 2010, pp12-14 (candidature finalement refusée par l'UCI).
[876] Audition de M. Patrick Le HER et Louis Le HIR par le CESR, le 4 mars 2009 à Landerneau
[877] Les organisateurs s'interrogent sur les liaisons ambiguës entre France télévision, l'UCI, la FFC et la société privée organisatrice du Tour de France (ASO).

L'écho médiatique du cyclo-cross, la qualité et la convivialité de l'accueil des participants laissent présager d'un retour sur investissement à terme, ne serait-ce qu'en termes touristique. Les organisateurs sont en effet convaincus qu'il « faut que les gens gardent un bon souvenir de leur passage » pour leur « donner envie de revenir » ultérieurement en Bretagne. Le cyclo-cross contribue à la promotion touristique de la Bretagne, qui plus est, l'hiver, en basse saison.

5.4. L'impact sportif : retrouver les valeurs authentiques du vélo

Le journaliste sportif Gurvan Musset, dans son ouvrage historique sur le cyclo-cross de Lanarvily[878], exprime très bien l'esprit sportif authentique et populaire de l'épreuve. Il s'agit, pour l'auteur, d'un retour aux racines et valeurs originelles du cyclisme :

« Les hommes passeront –hélas !- mais la course devra absolument perdurer, dans l'intérêt même du cyclisme. Chaque année, au cœur de l'hiver, nous retrouvons dans le Léon tout ce qui fait le charme d'un cyclisme qui tend à disparaître. Ici, la qualité de l'accueil, la chaleur de la convivialité et les compétitions de haut niveau vous replongent avec bonheur dans l'histoire du cyclisme d'antan. Attention : nous ne prétendons pas ici que l'épreuve léonarde serait vieillotte ou dépassée ! Elle est juste, selon nous, l'un des derniers témoignages de ce cyclisme que nous adorons : simple et populaire ! Loin de la froide démesure du Tour de France, à l'opposée du guindé des épreuves officielles, Lanarvily détonne et subsiste. Ici, sans accréditation particulière, sans badge rouge, bleu ou noir, sans autorisation ni assentiment, nous pataugeons tous dans la même gadoue et nous faisons tous vilipender de la même manière par le vicomte [Jean Le Hir], que nous soyons dirigeant international, champion du monde ou simple bénévole. Alors, bien sûr, on peut moquer et railler le côté paysan de cet autre village gaulois qui résiste encore et toujours…Ce serait renier et même couper ses racines ! Champions, spectateurs, acteurs politiques et économiques, journalistes : Lanarvily est un élément vivant de notre culture et de notre patrimoine qu'il convient d'épargner et de sauvegarder. Notre sport souffre énormément et sans de solides fondations, l'édifice pourrait bien s'écrouler. »

Pour les organisateurs du Comité des fêtes auditionnés[879] : *«A Lanarvily, on sert le sport plus que l'on ne s'en sert ! ».* Ils exprimaient ainsi leur souhait de conserver une certaine authenticité de la démarche initiale qui peut parfois être mise en tension par les enjeux économiques et médiatiques contemporains.

6. La contribution du nautisme au développement durable en Bretagne

Lors de sa visite à Port-la-forêt, au Pôle France « Finistère-Course au large », le 3 juin 2008, le CESR de Bretagne a auditionné M. Jean Kerhoas, délégué général de Nautisme en Bretagne. Ce dernier a mis en évidence la contribution du nautisme au développement durable en Bretagne, dans ses dimensions sociale, environnementale et économique[880].

La dimension économique de la Course au large est développée dans le chapitre 3 à suivre.

[878] Gurvan MUSSET, « Lanarvily, 50 ans de cyclocross », novembre 2006, Ed « Des dessins et des mots », p 8
[879] Audition de M. Patrick Le HER et Louis Le HIR par le CESR, le 4 mars 2009 à Landerneau
[880] Nous avons déjà mentionné cette audition dans le chapitre sur l'éducation et la formation par le sport. Au risque de quelques répétitions, nous reprenons ici la synthèse de l'exposé de M. Jean Kerhoas, car il s'agit de mettre en évidence l'intérêt d'une approche intégrée « développement durable » du sport, ici des activités nautiques sportives en Bretagne. La dimension socio-éducative et socio-sportive du nautisme figure donc dans les développements qui suivent, en interaction avec les dimensions environnementale et économique.

Etude de l'ARESE pour un nautisme durable dans l'Arc Atlantique

Pour un approfondissement du sujet à l'échelle de l'Arc atlantique, nous invitons le lecteur à se reporter à l'étude publiée par l'Association de recherche et d'études socio-économiques de l'Arc atlantique (ARESE), «Pour une coopération interrégionale en faveur d'un nautisme durable – 50 propositions des CESR de l'Arc Atlantique» (mai 2009, rapporteur : M. Alain Le Menn)[881].

6.1. Rappel historique : les sports nautiques se sont développés en Bretagne à partir d'un projet social, environnemental puis économique

Les sports nautiques se développent principalement à partir de la seconde moitié du XXème siècle. Les années 1950-1960 voient l'émergence d'une pratique essentiellement estivale, avec la création des premiers centres nautiques et écoles de voile, de clubs, autour d'un projet social : « Eduquer l'homme par la mer ».

Selon Nautisme en Bretagne, dans les années 1960-1970 apparaissent les premiers séjours de classes de mer (1964) et de voile à l'école (1975) autour d'un projet toujours social : « L'accès de tous à la pratique des sports nautiques ». L'éducation à l'environnement est aussi présente : « Mieux connaître le milieu maritime, le terrain de jeu des sports nautiques, pour mieux le protéger ».

Un début de professionnalisation de l'encadrement marque les années 1970-1980 : « pratique touristique, pratique éducative, pratique sportive ».

On observe, dans les années 1980-2000, un renforcement du partenariat entre le mouvement nautique breton et les collectivités locales et territoriales ; la montée en puissance de la dimension économique de la pratique des sports nautiques ; la pratique de sport qui génère une filière économique : plaisance, industrie, commerce, services…

6.2. Les sports nautiques en Bretagne en 2008 dans leurs dimensions sociale, environnementale et économique

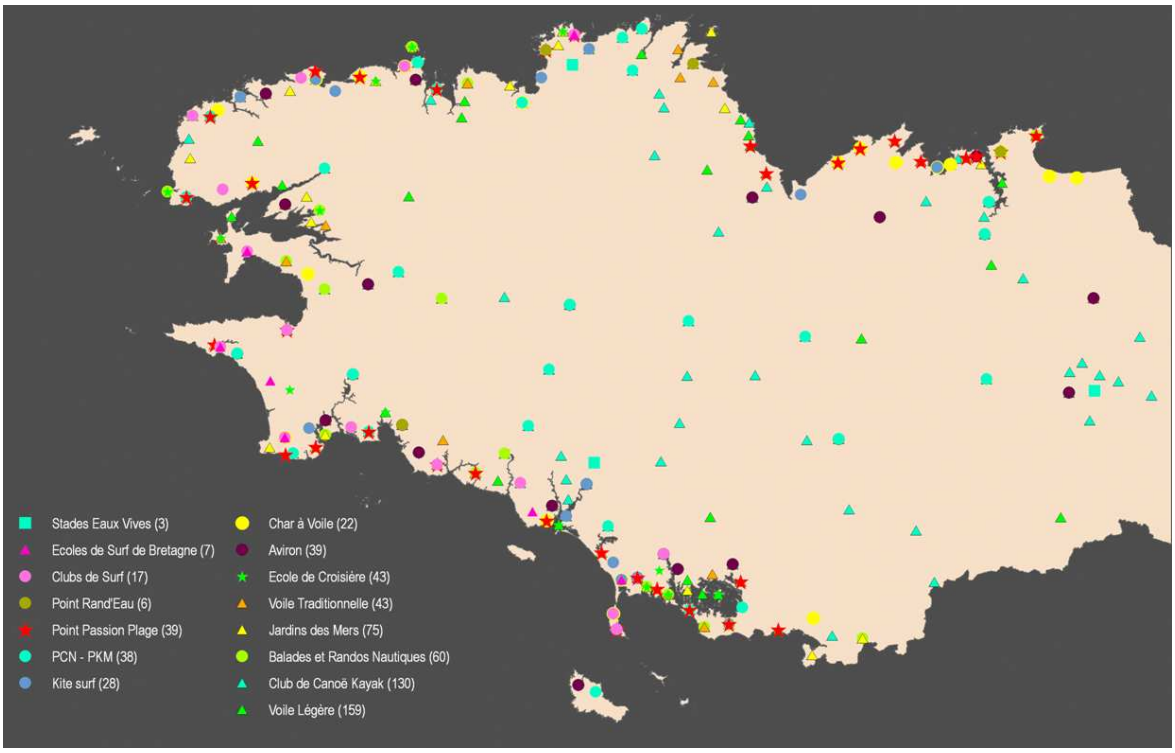
Au XXIème siècle, si la dimension économique est devenue très prégnante (emploi, chiffres d'affaires…), les dimensions sociale et environnementale restent plus que jamais, selon Nautisme en Bretagne, au cœur du projet nautique breton.

Il faut tout d'abord relever un contexte régional breton favorable au développement des sports nautiques : 2730 km de côtes, 2 973 000 habitants (2003), une population touristique estimée à 9 000 000 de personnes. Sans oublier, l'existence d'une culture maritime.

Cet environnement favorable offre de multiples possibilités de pratiques nautiques diversifiées sur l'ensemble du territoire, comme on peut le voir sur la carte ci-après :

[881] Etude réalisée par les 4 CESR des régions Aquitaine, Bretagne, Pays de la Loire et Poitou-Charentes – Synthèse consultable sur http://www.bretagne.fr/internet/upload/docs/application/pdf/2009-06/synthese_web-72dpi.pdf

Carte 4. Le nautisme en Bretagne : des possibilités de pratiques multiples et diversifiées sur l'ensemble du territoire



Source : Nautisme en Bretagne, Audition de M. Jean Kerhoas, 3 juin 2008, Port-la-forêt

En Bretagne, 519 établissements, dont 95 % d'associations, organisent l'offre des sports nautiques autour d'un projet :

- social : la pratique des sports nautiques pour tous en Bretagne ;
-économique : le nautisme, élément moteur du développement touristique breton ;
- environnement : la pratique des sports nautiques est un moyen privilégié de la découverte, de la connaissance, donc de la protection de l'environnement.

Ces trois dimensions ne doivent pas être traitées séparément. Elles sont en effet complémentaires et interdépendantes :

- Le social : la pratique éducative et sportive annuelle permet la permanence de l'activité. Celle-ci pousse à la professionnalisation qui améliore la qualité des prestations, ce qui est favorable au développement des pratiques touristiques ;

- L'économique : la vente de prestations aux clientèles touristiques génère des chiffres d'affaires et des marges qui permettent de financer les investissements qui serviront aussi à soutenir les pratiques sociales.

- L'environnemental : la connaissance et la protection de l'environnement correspond aujourd'hui à une forte attente des publics. Une offre adaptée dans ce domaine permet donc une augmentation de l'activité économique.

6.2.1. La dimension sociale des sports nautiques

Elle se caractérise principalement par la pratique dans le cadre scolaire, dans celui de l'insertion et du handicap, par le sport dans les clubs et l'emploi.

6.2.1.1. Les pratiques dans le cadre scolaire sont l'élément clé de la démocratisation des sports nautiques

En premier lieu, dans le cadre des « activités nautiques scolaires », chaque année, 30 000 jeunes bretons (primaire, collège, lycée) font l'apprentissage des sports nautiques et découvrent l'environnement maritime. Le chiffre d'affaires ainsi généré est estimé à 3.5 millions d'euros.

En second lieu, dans le cadre des « classes de mer », chaque année, 20 000 jeunes (primaire et collège) venus de toute la France, vivent un séjour dont l'objet majeur est la connaissance de l'environnement maritime. Le chiffre d'affaires est ici évalué à 8 millions d'euros.

6.2.1.2. Les pratiques dans le cadre de l'insertion et du handicap : l'exemple finistérien

On note une très forte progression du nombre de « séances » concernant ces deux publics puisqu'il est passé de 28 000 en 2003 à 42 400 en 2005. Lors de cette même année, ce sont 6454 personnes qui ont été accueillies dans 34 structures du Finistère dont 5310 personnes en insertion sociale et 1144 personnes en situation de handicap. Le chiffre d'affaires pour ces pratiques spécifiques est estimé à 700 000 € pour le Finistère et à 2 millions d'euros pour la Bretagne.

6.2.1.3. La pratique sportive dans les clubs : 80 000 licenciés sportifs dans le secteur du nautisme

Ces pratiques d'entraînement et de compétition ont, pour des sports à matériel comme les sports nautiques, un coût élevé. Si ce dernier est totalement répercuté sur le pratiquant, il exclut beaucoup de jeunes de la pratique des sports nautiques, sports identitaires de la Bretagne, comme l'est le ski pour la Savoie.

Les dimensions plus économiques de l'activité, comme le tourisme nautique, contribuent dans la majorité des cas à cofinancer ces activités.

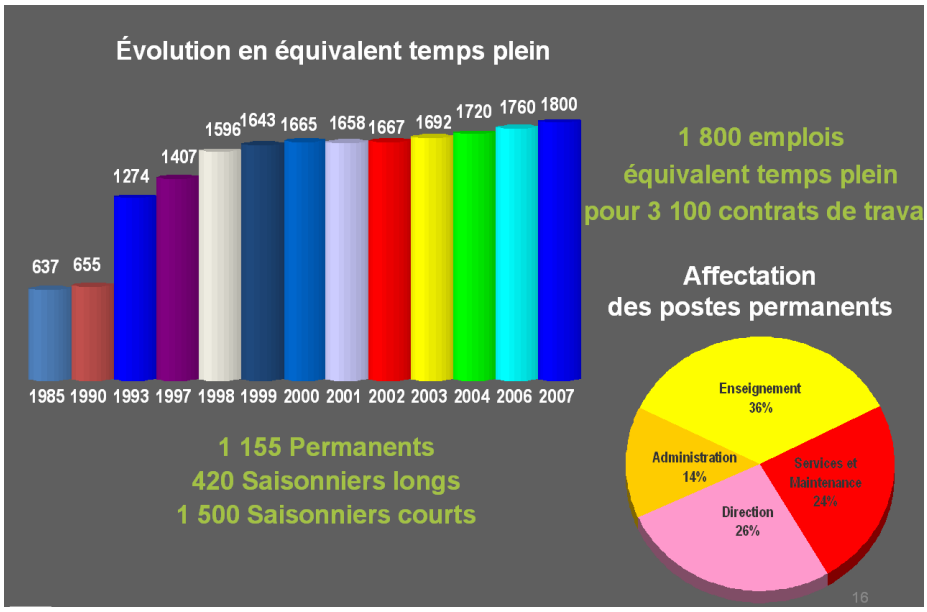
Les pratiques sportives participent au travers de l'image de leurs champions, de la formation technique des futurs cadres, de la réactivation de la vie associative, au bon fonctionnement global du système.

6.2.1.4. La création d'emplois est aussi une dimension sociale des sports nautiques

Selon Nautisme en Bretagne, en 2007, les sports nautiques rassemblaient près de 1800 emplois en équivalent temps plein pour 3100 contrats de travail. Ce nombre d'emploi augmente régulièrement depuis les années 1990. Les caractéristiques de l'emploi en 2007 étaient les suivantes : 1155 permanents, 420 saisonniers longs et 1500 saisonniers courts. On note l'impact important de la saisonnalité dans les sports nautiques.

Concernant les postes permanents, leur affectation est la suivante : enseignement (36%), direction (26%), services et maintenance (24%), administration (14%).

Carte 5. Création d'emplois dans le secteur du nautisme en Bretagne entre 1985 et 2007 (équivalent temps plein)



Source : Nautisme en Bretagne, Audition de M. Jean Kerhoas, 3 juin 2008, Port-la-forêt – Lire : « pour 3100 contrats de travail » et « Enseignement 36%, Administration 14%, Direction 26%, Services et maintenance 24% »

6.2.2. La dimension environnementale

Comme cela a déjà été mentionné, la dimension environnementale est historiquement présente dans les classes de mer dont les projets pédagogiques s'organisent majoritairement autour de la connaissance de l'environnement.

Elle est aussi fortement prise en compte dans la formation des professionnels. Il existe en effet :

- une Unité de compétence obligatoire nécessitant 115 heures pour l'acquisition de connaissances du milieu marin,

- une Unité de compétence complémentaire représentant 300 heures pour la formation de guide-animateur nautique, uniquement centrée sur la connaissance de l'environnement dont les objectifs sont les suivants : maîtriser des techniques liées à l'activité ; concevoir un projet original de découverte de l'environnement marin en synergie avec une pratique nautique ; conduire une action éducative dans le cadre du projet de découverte.

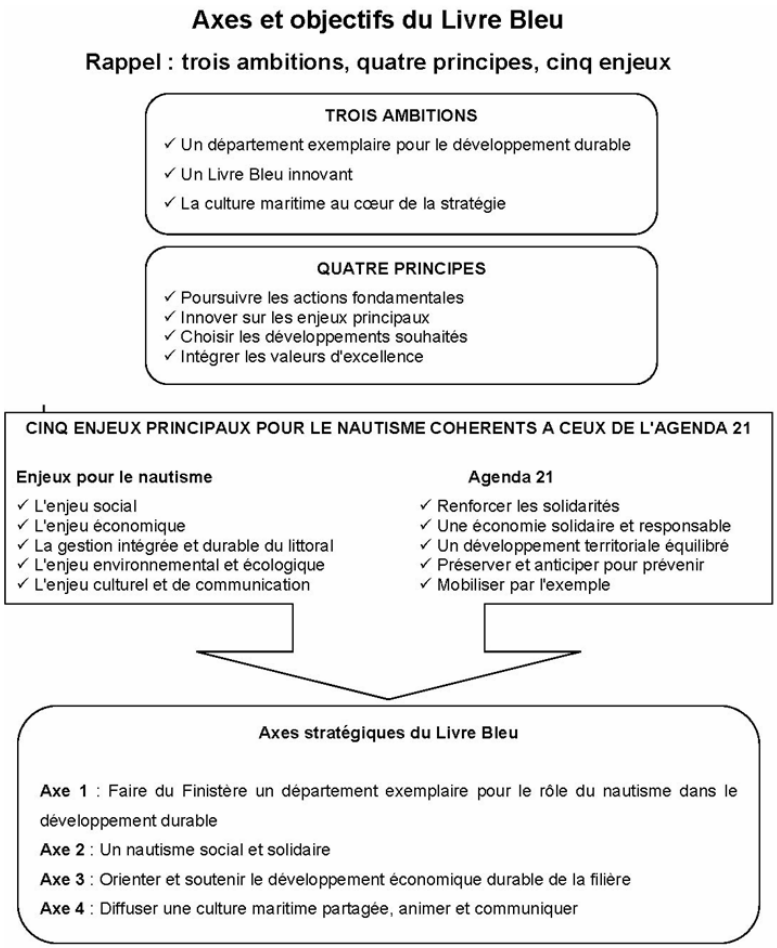
L'environnement est également intégré dans les contenus d'enseignement des écoles de voile, de kayak, de sports sous-marins, de char à voile, de surf, etc. Elle est même devenue l'élément majeur de certaines prestations comme : le Jardin des Mers dont l'objet est la découverte de l'environnement marin pour des jeunes enfants âgés de 4 à 7 ans (10 000 en 2007) ; les Balades et Randonnées nautiques, nouveau concept développé depuis 2005, et dont l'objet est la découverte de l'environnement par la pratique des sports nautiques. On dénombrait en 2007, 60 ballades pour 4 500 clients.

Au-delà de la mission d'éducation à l'environnement, une volonté de faire des centres nautiques bretons des lieux exemplaires du respect au quotidien des principes environnementaux du développement durable. A noter, dans cette optique, l'édition, par la Fédération Française de Voile (FFV) d'un guide d'Eco-gestion des centres nautiques.

A souligner également le projet européen « Nautisme Espace Atlantique II » dit « NEA II » qui s'inscrit dans le cadre du dispositif Interreg de l'Espace Atlantique et dont le pilote est la Bretagne. Regroupant 5 pays, 10 régions et 24 organismes, son objectif général est le développement durable de la filière nautique. Plus précisément, il s'agit d'améliorer les qualités environnementales des installations nautiques (Bases nautiques, ports de plaisance, industries nautiques…) de l'Espace Atlantique. Le projet devrait se concrétiser par la réalisation d'au moins 80 études et autant d'actions d'équipement sur la période couvrant le programme.

Cette dimension environnementale est également très présente dans le Livre Bleu Nautisme en Finistère (NEF) « La politique nautique du Conseil général du Finistère pour la période 2008-2012 » qui traite simultanément des autres dimensions du développement durable comme on peut le voir à travers ses 4 axes stratégiques[882] :
- Faire du Finistère un département exemplaire pour le rôle du nautisme dans le développement durable ;
- Un nautisme social et solidaire ;
- Orienter et soutenir le développement économique durable de la filière ;
- Diffuser une culture maritime partagée, animer et communiquer.

Figure 111. Le Livre Bleu « Nautisme en Finistère » : la politique nautique du Conseil général du Finistère pour 2008-2012



Source : Nautisme en Bretagne, Audition de M. Jean Kerhoas, 3 juin 2008, Port-la-forêt

[882] La démarche plus globale « Sport et développement durable » du CG 29 est décrite au chapitre 3 de la IVème partie du rapport

6.2.3. La dimension économique des sports nautiques est prépondérante

6.2.3.1. Les sports nautiques en Bretagne : un chiffre d'affaires de 102 millions d'euros en 2007

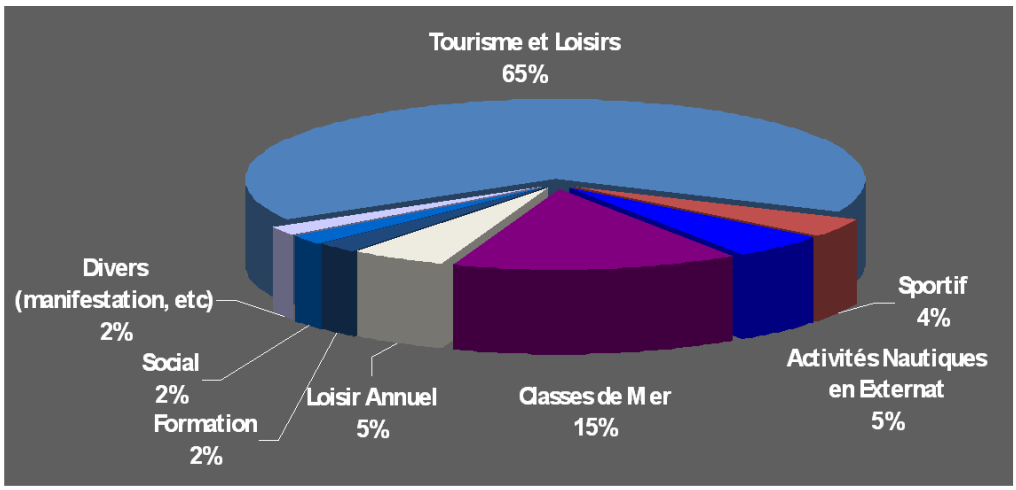
La dimension économique des sports nautiques est aujourd'hui présente dans l'ensemble de l'offre d'activité et de sports nautiques en Bretagne : tourisme, loisirs, éducatif, social, sportif.

Elle est une des, sinon, la composante majeure de l'offre de tourisme nautique, où globalement, le « stagiaire membre adhérent de l'association » des années 1960-1970 est devenu un « stagiaire consommateur » exigeant des *prestations* de nautiques.

Cette mutation économique a impliqué une véritable mutation des associations qui, par choix ou obligation, sont devenues aussi des associations expertes dans la gestion et la vente de prestations de services nautiques.

Comme le montre le graphique ci-après, le chiffre d'affaire global des sports nautiques est loin d'être négligeable pour l'économie de la Bretagne : près de 102 millions d'euros en 2007. A noter que la part du tourisme et des loisirs (65%) et des classes de mer (15%) sont prépondérantes. La dimension dite « sportive » ne représente quant à elle que 4 % du CA.

Figure 112. Chiffre d'affaire global des sports nautiques en Bretagne en 2007 : 102 175 000 €



Source : Nautisme en Bretagne, Audition de M. Jean Kerhoas, 3 juin 2008, Port-la-forêt

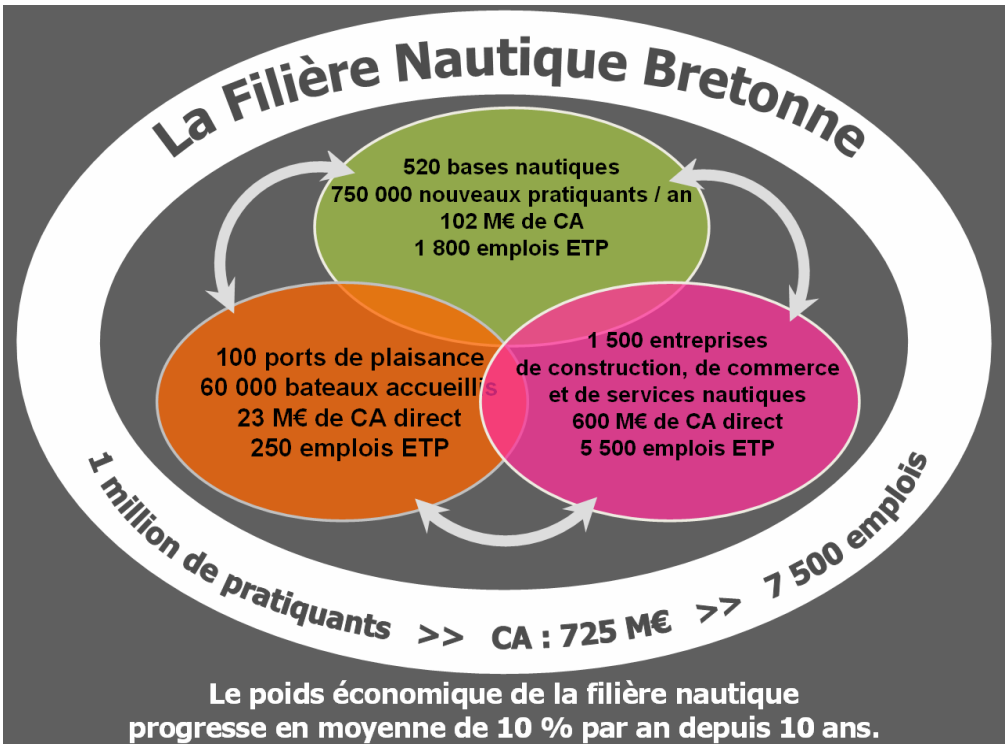
6.2.3.2. Au-delà des sports nautiques : la filière nautique

La dimension économique, en dehors des emplois et chiffres d'affaires directs générés par la pratique des sports nautiques, se retrouve aussi dans le rôle que joue le développement de la pratique dans le développement de toute la filière nautique.

Cette filière est organisée autour de 3 grands secteurs complémentaires et interdépendants : les bases nautiques, les ports de plaisance, les entreprises de construction, de commerce et de services nautiques. Au total, la filière nautique bretonne compte 1 million de pratiquants pour un chiffre d'affaires de 725 millions d'euros et 7 500 emplois.

Le secteur est dynamique : le poids économique de la filière nautique progresse en moyenne de 10 % par an depuis 10 ans.

Figure 113. La filière nautique en Bretagne



Source : Nautisme en Bretagne, Audition de M. Jean Kerhoas, 3 juin 2008, Port-la-forêt

6.3. Deux défis à relever

Hier, le développement des sports nautiques en Bretagne s'est construit sur les principes de ce que l'on appelle désormais le développement durable. Cette stratégie est aujourd'hui formalisée et engagée de manière volontariste par les acteurs des sports nautiques en Bretagne.

Deux défis ont été soulignés par le représentant de Nautisme en Bretagne :

- Le renforcement et le conventionnement du partenariat avec les collectivités locales et territoriales pour la définition d'un projet partagé et la bonne prise en charge du coût de la dimension sociale ;

- L'adaptation à ces enjeux d'un mode de gestion majoritairement associatif qui possède de nombreux atouts et valeurs pour mener, sur le long terme, une politique de développement durable des sports nautiques intégrant totalement ses trois dimensions sociale, environnementale et économique.

Chapitre 2

Approche de la dimension environnementale du développement durable par le sport

1. De l'Agenda 21 du sport français au développement durable des sports de nature en Bretagne 520
1.1. L'Agenda 21 du sport français : conjuguer développement durable et idéal olympique..... 520
1.1.1. L'Agenda 21 du sport français : un document de référence national qui fait de l'olympisme le 4ème pilier du développement durable 520
1.1.2. La Charte du sport pour le développement durable : une adhésion volontaire aux dispositions de l'Agenda 21 du sport français 521
1.1.3. Autres textes du CNOSF sur « sport et développement durable »..... 522
1.2. La Bretagne, un environnement propice aux sports de nature..... 522
1.2.1. Sports de nature : de quoi parle-t-on ? 522
1.2.2. La Bretagne, région « sports de nature »..... 523
1.3. Les sports de nature en Bretagne : une pratique de masse en développement marquée par l'importance des sports nautiques..... 526
1.4. Enjeux : les sports de nature au carrefour du développement durable 526
1.4.1. Les sports de nature peuvent structurer, valoriser et rééquilibrer des territoires..... 526
1.4.2. « Connaître, aimer, protéger » : les sports de nature peuvent contribuer à la protection de l'environnement..... 527
1.4.3. Les sports de nature sont un facteur de développement économique 527
1.4.4. Les sports de nature : une fonction socialisante parfois sous tension..... 528
1.4.5. Les sports de nature médiateurs de cultures 528
1.4.6. Fédérer les acteurs régionaux des sports de nature dans une perspective de développement durable : la démarche exemplaire du CRER de Bretagne 529
1.5. Deux perspectives importantes pour les sports de nature en Bretagne : le rééquilibrage Armor/Argoat et la connexion avec les zones urbaines 530
1.5.1. Le rééquilibrage Armor/Argoat 531
1.5.2. La connexion des activités physiques et sports de nature avec les zones urbaines ... 531

2. La Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) des Côtes d'Armor : un pionnier environnemental devenu référence nationale 531
2.1. Le développement maîtrisé des sports de nature : une compétence dédiée du département 532
2.2. Les Côtes d'Armor, pionnier exemplaire du plan et du comité départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (PDESI/CDESI) 532
2.3. Vers un PRESI et un CRESI Bretagne ? 534

3. L'action de l'ADEME pour mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives 534
3.1. Les missions transversales de l'ADEME 534
3.2. Le sport, une cible importante dans le contexte de la mise en œuvre du Grenelle de l'environnement 534
3.3. Une démarche rigoureuse pour réduire l'impact environnemental des activités sportives 535
3.4. Exemples d'opérations de grande envergure co-organisées avec l'ADEME 536
3.5. Un point noir ressort clairement : les transports liés aux manifestations sportives ... 537
3.6. Accompagner les organisateurs de manifestations sportives et mutualiser les « bonnes pratiques » entre acteurs sportifs..... 537
3.7. La nécessité d'une démarche partenariale pour une stratégie multifactorielle 538

4. Témoignage de Michel DESJOYEAUX sur l'impact environnemental de la course au large : « On n'avance pas qu'avec le vent ! » 539

Introduction : Entre ciel, terre et mer ; le sport et l'environnement en Bretagne

Ce chapitre est consacré à la prise en compte de la dimension environnementale du développement durable par le sport lui-même durable.

De nombreuses initiatives sont déjà prises par le mouvement sportif ou des acteurs publics pour intégrer cette dimension environnementale dans l'activité sportive : charte de bonnes conduites lors d'événements sportifs, comportements éco-responsables dans la vie quotidienne des clubs, éco-construction des équipements sportifs…

Nous avons vu également, dans les exemples d'approche intégrée présentés dans le chapitre précédent, que cette préoccupation environnementale pouvait être combinée avec les dimensions sociales, économiques, éducatives, culturelles, etc., du sport.

Au niveau national, le mouvement sportif, représenté par le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), a adopté un Agenda 21 du sport français dont la déclinaison régionale et locale est en cours.

C'est le cas en Bretagne où le Comité régional olympique et sportif (CROS) travaille à l'élaboration et à la mise en œuvre d'un Agenda 21 du sport à partir de la matrice du CNOSF. Il le fait en lien avec les ligues et comités régionaux, avec le réseau des CDOS et avec ses partenaires publics, notamment l'Etat et les collectivités locales, au premier rang desquelles la Région Bretagne. Cette dernière a d'ailleurs inscrit dans son Agenda 21 régional adopté en janvier 2010, l'objectif d'une meilleure prise en compte, par les acteurs régionaux du sport, du développement durable et notamment de sa dimension environnementale.

Dans un premier temps, nous verrons que, rattaché au CROS Bretagne, le Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports de nature et les loisirs sportifs de nature (CRER Bretagne), est le carrefour régional de la prise en compte de l'environnement naturel dans la vie sportive en Bretagne, de sa protection comme de sa valorisation. Avec l'ensemble de ses membres et partenaires, il a notamment élaboré, en 2009, une démarche de qualité environnementale des manifestations de sports et de loisirs de pleine nature qui représentent, en Bretagne, une richesse pour la vie sportive et pour la qualité de la vie de ses habitants, mais aussi, un important facteur d'attractivité touristique.

Dans un second temps, nous verrons que le Comité départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (CDESI) mis en place par le Conseil général des Côtes d'Armor est devenu une référence nationale tant par sa méthode de concertation inter-acteurs que par ses réalisations ; une action exemplaire qui mériterait sans doute d'être étendue à l'échelle régionale.

En troisième lieu, nous présenterons l'action de l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME) et de sa délégation régionale en Bretagne, qui développent une méthode visant à mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives, tel que le « Bilan carbone » par exemple.

Enfin, nous rendrons compte du témoignage de Michel Desjoyeaux sur l'impact environnemental de la course au large.

1. De l'Agenda 21 du sport français au développement durable des sports de nature en Bretagne

L'audition de Mme Caroline VINCENT[883], Responsable du Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports de nature et les loisirs sportifs de nature de Bretagne (CRER) a permis de mieux comprendre les enjeux des sports et loisirs de nature en Bretagne en lien avec ceux du développement durable, en particulier de son volet environnemental.

1.1. L'Agenda 21 du sport français : conjuguer développement durable et idéal olympique

S'inspirant de l'Agenda 21 du Comité international olympique (CIO) adopté en juin 1999 à Rio, le Comité national olympique du sport français (CNOSF) a élaboré un « Agenda 21 du sport français en faveur du développement durable[884] » qu'il a remis à l'Etat en décembre 2003. De ce document de référence national a découlé une « Charte du sport pour le développement durable » adoptée par le CNOSF en juillet 2008. D'autres textes du CNOSF sur le sujet sont également à signaler.

1.1.1. L'Agenda 21 du sport français : un document de référence national qui fait de l'olympisme le 4ème pilier du développement durable

Prenant appui sur les trois « piliers » classiques du développement durable, à savoir le social, l'environnemental et l'économique, le CNOSF consolide l'édifice en y implantant un quatrième pilier sui generis : « les valeurs de l'olympisme spécifiques au sport[885] ». Cette conjugaison du concept de développement durable avec l'idéal olympique fait l'originalité de ce document de référence national.

L'Agenda 21 du sport français est organisé en quatre grands chapitres :

- Le chapitre 1 intitulé « Le développement durable, une nouvelle approche des politiques publiques » prône « une nouvelle gouvernance du sport partenariale, concertée et solidaire » systématiquement organisée et gérée selon les principes du développement durable. Il va jusqu'à préconiser une évaluation de leurs mises en œuvre à l'aide d'indicateurs, mais aussi à intégrer le sport en tant qu'indicateur de développement durable.

- Le chapitre 2 « La solidarité sportive au service du développement durable » traite de la fonction sociale du sport, de l'accès de tous à sa pratique, de la prise de responsabilité bénévole, ainsi que de certaines dérives à combattre dans un esprit de fair-play : violences, dopage…

- Le chapitre 3 « Une gestion et une organisation du sport respectueuses de l'environnement » aborde, comme son intitulé l'indique, le volet environnemental du développement durable. En préambule, il énonce ce principe : « L'espace naturel appartient au patrimoine de l'Humanité. Le sport contribue à sa protection et à sa mise en valeur ». Suivent de nombreuses préconisations visant à promouvoir l'éco-responsabilité sportive : respect des milieux et équilibres naturels, équipements et installations durables, démarche de progrès et de qualité dans les pratiques quotidiennes aussi bien que dans les

[883] Audition CESR de Bretagne du 24 novembre 2008, Rennes
[884] Téléchargeable sur le site du CNOSF avec d'autres documents sur le sport et le développement durable : http://www.comite-olympique.asso.fr/cat/154-sport_durable.html
[885] CNOSF, « Agenda 21 du sport français », p 7

manifestations sportives, économies d'énergie, rationalisation des déplacements…Un objectif retient particulièrement l'attention, car il est directement en lien avec des compétences dédiées de la Région : « Intégrer un chapitre « environnement » dans les programmes d'éducation et de formation des cadres et des pratiquants[886].

- Enfin, le chapitre 4 traite de « l'économie sportive au service du développement durable ». Il se décline en trois objectifs : promotion de la consommation responsable, valorisation territoriale de l'économie du sport, développement d'un emploi sportif de qualité.

1.1.2. La Charte du sport pour le développement durable : une adhésion volontaire aux dispositions de l'Agenda 21 du sport français

Quatre ans après l'adoption de l'Agenda 21 du sport français, le CNOSF a élaboré un document plus opérationnel et incitatif : « la Charte du sport pour le développement durable » du 2 juillet 2008. L'idée est d'inciter les parties prenantes du sport français à adhérer *volontairement* à la Charte, sur le modèle des démarches « Responsabilité sociale de l'entreprise » (RSE).

Le tableau ci-après synthétise les 8 grands objectifs déclinés dans la Charte.

Tableau 28. Les 8 objectifs de la « Charte du sport pour le développement durable » du 2 juillet 2008[887]

Objectifs	Domaines	Engagements volontaires
1	Politiques sportives/ gouvernance	Améliorer la gouvernance du sport pour conduire les politiques sportives de manière durablement et socialement responsable. Améliorer la contribution du sport aux politiques de développement durable
2	Education/formation /communication	Renforcer la contribution du sport à l'éducation, l'épanouissement des hommes et des femmes. Contribuer à la formation au développement durable.
3	Cohésion sociale/solidarité	Contribuer à la cohésion sociale et à la solidarité entre peuples et territoires, genres et générations
4	Sport/santé/ sécurité	Promouvoir dans toutes leurs dimensions les relations du sport et de la santé
5	Transports et mobilité, économies d'énergies	Lutter contre les changements climatiques, promouvoir la sobriété énergétique
6	Ressources naturelles/ biodiversité	Protéger et valoriser les lieux d'exercices sportifs. Promouvoir des comportements sportifs durables et responsables.
7	Manifestations, équipements, matériels	Prendre en compte l'environnement et le développement durable à toutes les étapes de la planification, la réalisation et l'utilisation des équipements, des manifestations et matériels.
8	Economie, solidarité internationale et paix	Renforcer la contribution du sport à une économie durable, à la solidarité sportive internationale et à la paix dans le monde.

Source: CNOSF

[886] CNOSF, Agenda 21 du Sport français, Objectif 14, p25

[887] Charte téléchargeable sur le site du CNOSF : http://www.comite-olympique.asso.fr/art/298-la_charte_du_sport_et_du_developpement_durable.html , consulté le 30 avril 2009

1.1.3. Autres textes du CNOSF sur « sport et développement durable »

D'autres textes liés à l'Agenda 21 du sport français ont été produits par le CNOSF. Ils peuvent être consultés sur son site Internet[888] :

- La contribution du mouvement sportif au Grenelle de l'environnement (novembre 2007) ;
- La Charte des manifestations durables et éco-responsables[889] (avril 2008) ;
- Divers textes sur la méthodologie d'élaboration d'Agenda 21 territoriaux.

Contribution du CNOSF au Grenelle de l'environnement – novembre 2007- Extraits -

« Comme toute activité humaine, le sport génère des déplacements, des activités, des équipements, des consommations. A ce titre, il partage pleinement les enjeux du Grenelle de l'environnement qu'il s'agisse de lutte contre le réchauffement climatique et d'économies d'énergie, de préservation de la biodiversité, de protection de l'environnement, d'adoption de modes de production et de consommation durables. Il est aussi partie prenante de modes de gouvernance qui concilient les exigences de démocratie et d'écologie comme de la recherche de modes de développement favorables à la compétitivité et à l'emploi.

(…) Le sport n'est pas une activité comme les autres. Il revendique et contribue à l'éducation, à la santé, à la qualité de la vie et à celle de l'environnement, à la cohésion sociale, à la paix. »

1.2. La Bretagne, un environnement propice aux sports de nature

La Bretagne, riche de son patrimoine naturel et culturel, possède un environnement attractif et propice au développement des sports de nature. Devenu un véritable phénomène de société, ceux-ci doivent s'adapter aux nouvelles exigences du développement durable et peuvent aussi, sous certaines conditions, en constituer un important levier.

1.2.1. Sports de nature : de quoi parle-t-on ?

Définitions

L'article L 311-1 du Code du sport dispose que « les sports de nature s'exercent dans des espaces ou sur des sites et itinéraires qui peuvent comprendre des voies, des terrains et des souterrains du domaine public ou privé des collectivités publiques ou appartenant à des propriétaires privés, ainsi que des cours d'eau domaniaux ou non domaniaux[890] ».

Afin de préciser cette définition géographique des sports de nature, le CRER[891] et la DRDJS[892], proposent de retenir plutôt la formulation suivante qui figurait dans un amendement parlementaire non retenu[893] : *« Les sports de nature sont les activités physiques et sportives, aériennes, nautiques ou terrestres qui se déroulent en milieu naturel. Ils s'exercent dans des espaces ou sur des sites et itinéraires pouvant relever du domaine public ou privé des collectivités publiques ou appartenant à des propriétaires privés ».*

En résumé, les sports de nature sont toute activité physique ou sportive se pratiquant en milieu naturel dans des espaces plus ou moins aménagés[894].

[888] http://www.comite-olympique.asso.fr/cat/154-sport_durable.html, consulté le 30 avril 2009
[889] L'adhésion volontaire à cette Charte est soumise à l'agrément préalable des CDOS.
[890] www.legifrance.fr, consulté le 27 avril 2009
[891] CRER Bretagne, « Sports de nature », octobre 2006, pp6-7
[892] Yves Belliard, conseiller sports de nature à la DRDJS Bretagne « Concilier sport, tourisme, environnement, aménagement du territoire », La lettre de l'ARIC n° 208, juillet/août 2008, p5
[893] Cahier Espaces 81, mai 2004
[894] Caroline Vincent, Responsable du CRER Bretagne, Audition CESR du 24 novembre 2008.

Typologie

A partir de ces définitions, le CRER dresse une typologie des pratiques, d'une part, selon les trois domaines d'activité ou filières concernés, à savoir, *l'aérien, le nautisme et le terrestre* ; d'autre part, d'après le lieu de pratique, c'est-à-dire dans un *espace*, sur un *site* ou le long d'un *itinéraire*.

Tableau 29. Typologie des pratiques sportives de nature en Bretagne
par domaine d'activité et lieu de pratique

		Filière ou domaine d'activité		
		Aérien	**Nautique**	**Terrestre**
Lieu de pratique	**Itinéraire**	-	Canoë Kayak de rivière Aviron rivière Natation en eau libre Nage en eau vive	Randonnée pédestre Randonnée équestre Cyclotourisme VTT Cyclo-cross Roller (Moto verte)
	Site	Parachutisme Vol libre	Surf	Escalade Grimpe d'arbres Tir à l'arc
		Kite-surf		
	Espace	Parachutisme Vol libre Vol à voile Aéromodélisme Aérostation (ULM) (Vol moteur)	Voile Cerf-volant tracté Char à voile Kayak de mer Aviron de mer Plongée en bouteille L'apnée (Pêche) (Ski nautique) (Jet ski)	Tir à l'arc Golf Course d'orientation Parcours acrobatique en hauteur (4X4) (Quad) (Chasse)

Source : CRER, « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», octobre 2006, p 13 – entre parenthèse, des pratiques sportives dont l'appartenance à la catégorie des « sport de nature » est contestée par certains.

1.2.2. La Bretagne, région « sports de nature »

La géographie de la Bretagne, ses patrimoines naturels, bâtis, culturels, forment un environnement propice au développement des sports de nature. Dans son état des lieux, le CRER Bretagne rappelle qu' *« avec une superficie de 27 209 km² et ses 2730 km de côtes, soit environ 1/3 du linéaire côtier français, la Bretagne a une forte identité maritime. Son identité rurale est quant à elle marquée par l'empreinte agricole et ses espaces naturels : forêts, landes, marais et autres zones humides ou en eau. On peut souligner son chevelu hydrographique dense avec plus de 24 000 km de rivières et de cours d'eau[895] ».*

[895] CRER, op.cit, p4

Comme l'illustre le tableau non exhaustif ci-après, la Bretagne, apparaît comme un beau terrain de jeu pour les sports de nature.

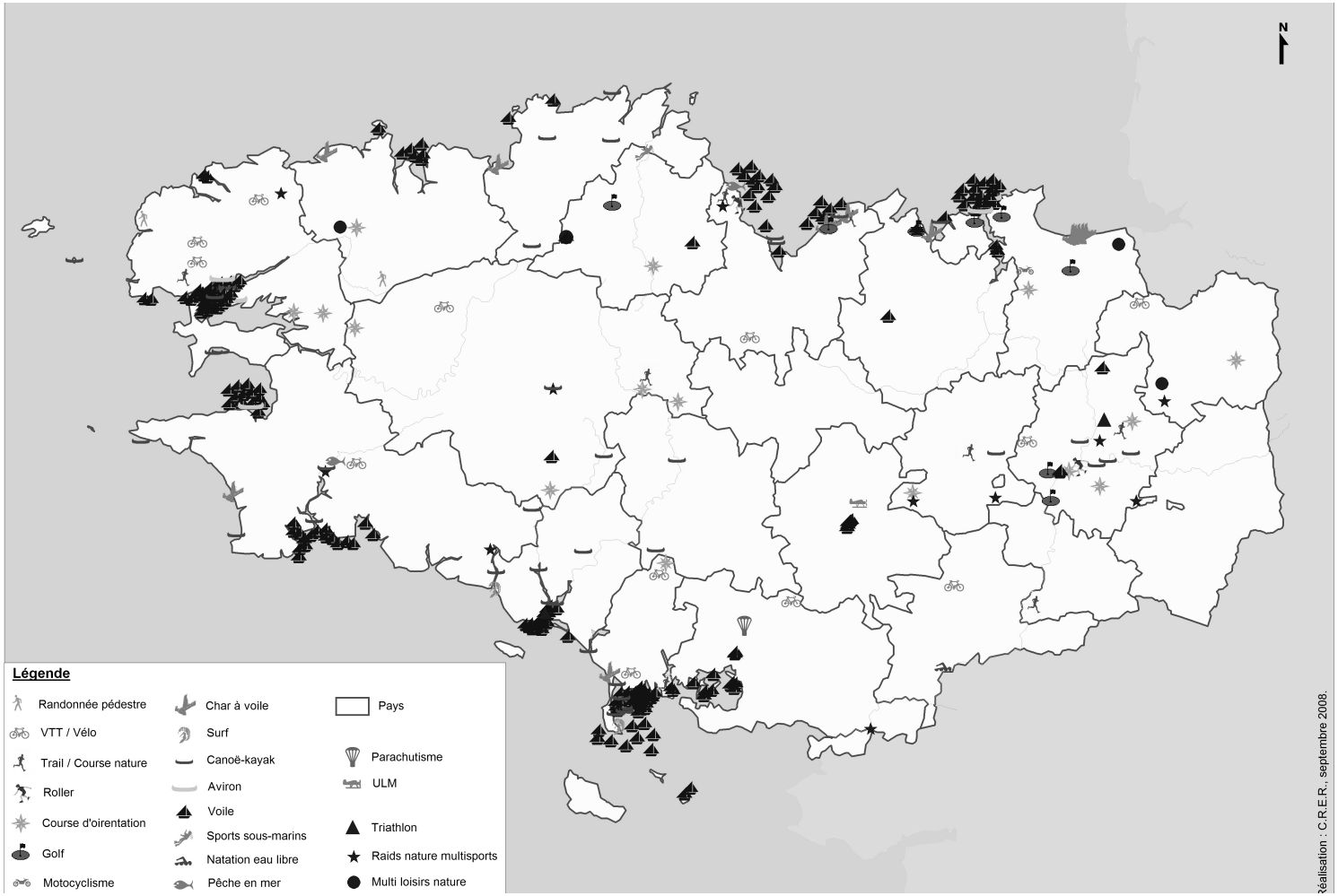
Tableau 30. Quelques lieux ou structures de pratique de sports de nature en Bretagne en 2006 (non exhaustif)

	Sports de nature	Lieux ou structures de pratiques recensés (non exhaustif)
Terrestre	Randonnée pédestre	7000 km de GR et GRP, dont les 2200 kms du GR 34 aussi dénommé « sentier des douaniers » ; 20000 km de sentiers PR ; 13000 km de sentiers d'intérêt local non agréés par la FFR ; de nombreux autres circuits locaux non recensés
	Randonnée équestre	2000 kms de sentiers du tour de Bretagne ; 3600 km d'itinéraires équestres inscrits aux PDIPR
	Vélo et VTT	10000 km de circuits recensés dont 4450 km balisés en permanence (FFC, FFCT, Vélo Promenade, Véloroutes et voies vertes ; les circuits non recensés
Nautisme	Aviron	42 sites
	Kayaks et canoës	100 clubs de kayaks de mer et de rivière dont 10 points « canoë nature » et 21 points « kayak de mer ».
	Char à voile	21 clubs
	Surf	10 clubs, 7 écoles
	Plongée	63 clubs, 157 sites de plongée bretons dénombrés par la Ligue des sports sous-marins ; autres sites illimités
	Voile	450 sites de pratique dont 41 Points Passion Plage
	Ski nautique	2 clubs
Aérien	Aéromodélisme	21 plateformes privées (champs) et 5 aérodromes
	Parachutisme	Ecole régionale de Vannes-Meucon ; 25 000 sauts par an
	ULM	44 aérodromes publics
	Vol à voile	2 bases : Ploërmel et Rennes (fermeture prochaine)
	Vol libre	38 sites
	Vol moteur	15 plateformes de pratique

Source : CRER, « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», octobre 2006, pp 23-33

La carte ci-après, élaborée par le CRER, donne une vision de près de 350 manifestations sport de nature dites d' « intérêt régional » en Bretagne. Outre la diversité des pratiques, elle met en évidence l'importance des évènements sportifs liés au nautisme littoral dans une région à fort caractère maritime.

Carte 6. Les manifestations de sport de nature d'intérêt régional en Bretagne



Source : CRER Bretagne, audition du 24 novembre 2008

1.3. Les sports de nature en Bretagne : une pratique de masse en développement marquée par l'importance des sports nautiques

La pratique des sports de nature en Bretagne concerne plus de 1.3 million de personnes, licenciées ou non, autochtones ou vacancières. On estime le nombre de pratiquants à 240 000 en randonnée pédestre, 230 000 en cyclotourisme et plus de 818 000 en pratique nautique. En effet, comme le souligne le CRER *« les licenciés en Bretagne ne sont que la partie visible d'une population de pratiquants beaucoup plus nombreuse. Pour de nombreuses activités, la pratique sportive de nature ne nécessite pas d'être affiliée à un club ou de détenir une licence. Le libre accès aux sites et installations sportives favorise ainsi le développement d'une pratique non encadrée et difficile à évaluer*[896]*»* et, pourrait-on ajouter, à réguler.

Le nombre de licenciés, nécessairement plus restreint que celui des pratiquants, atteignait quand même 170 000 personnes en 2005 qui se répartissaient dans 1829 clubs, soit près de 20% du nombre total de licenciés en Bretagne. On peut donc parler d'une pratique de masse des sports de nature, toutes formes et tous publics confondus. Véritable « phénomène de société », ils sont en développement : + 4.5 % de licenciés entre 2000 et 2005[897].

A noter, une spécificité régionale : la place importante des pratiquants de sports de nature relevant de la filière nautique, la voile notamment, liée à la maritimité de la Bretagne[898].

1.4. Enjeux : les sports de nature au carrefour du développement durable

1.4.1. Les sports de nature peuvent structurer, valoriser et rééquilibrer des territoires

Selon le géographe Jean-Pierre Augustin[899] « les loisirs sportifs et les multiples espaces appropriés participent à une dynamique spatiale qui déborde largement le seul phénomène sportif et pose la question des enjeux territoriaux ». Parce que leur terrain de jeu est le milieu naturel, qu'ils sont au carrefour d'enjeux économiques, sociaux, culturels et environnementaux, les sports de nature, peut-être davantage que d'autres pratiques sportives, peuvent avoir un rôle structurant pour les territoires, notamment, selon le CRER, « en matière de protection et de valorisation de l'environnement, mais aussi de structuration des espaces[900] ».

Les sports de nature, en particulier à travers le tourisme sportif, peuvent même contribuer à un « rééquilibrage de l'usage de l'espace » [901] pour pallier les inégalités de développement entre zones urbaines et zones rurales.

[896] CRER, « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», p 22
[897] CRER, « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», pp 21-23
[898] CRER, « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», p.22
[899] Jean-Pierre Augustin, Professeur de géographie et d'aménagement à l'Université de Bordeaux 3, « Pratiques sportives et territoires. Les atouts des régions », Territoires et pratiques sportives, Revue géographique des Pyrénées et du Sud-ouest, n°13, Presses universitaires du Mirail, 2002. Cité par le CRER de Bretagne dans « Sports de nature – Etat des lieux des sports de nature en Bretagne – Rapport I», p 7
[900] CRER, op.cit, p 9
[901] CRER, op.cit p 11

1.4.2. « Connaître, aimer, protéger » : les sports de nature peuvent contribuer à la protection de l'environnement

A condition de maîtriser leur impact sur le milieu naturel par une éducation à l'environnement des encadrants et/ou des pratiquants ainsi que par une réglementation adaptée, les sports de nature peuvent constituer un levier de la protection de l'environnement. En premier lieu, les aménagements réalisés (sentiers, parkings, gîtes…), en délimitant les espaces, canalisent le public, protégeant ainsi la faune et la flore des paysages et sites naturels. Comme l'écrit le CRER, le contact avec la nature « peut favoriser dans un premier temps une découverte active et sensible du patrimoine puis, dans un second temps, une appropriation, une préservation et une mise en valeur de ce dernier ». En ce sens, les sports de nature peuvent « stimuler la construction d'une écocitoyenneté »[902].

Des réserves sont toutefois à prendre en compte, car certaines formes de pratique sont aussi des sources de nuisances et de dégradation de l'écosystème naturel. Par exemple, le développement d'un tourisme sportif non maîtrisé peut engendrer des dommages irréversibles à des milieux terrestres, maritimes ou littoraux déjà fragiles. En la matière, si la pratique agressive de certains sports mécaniques, tels que le Quad ou le 4X4, vient spontanément à l'esprit, les piétinements silencieux mais répétés de randonneurs insouciants, le dérangement de la faune littorale par des kayakistes irrespectueux peuvent avoir des conséquences écologiques également inquiétantes, même si elles sont moins visibles à court terme.

Le CRER souligne également que *la pratique* des sports de nature n'est pas la seule en cause. Il faut aussi maîtriser l'impact écologique des autres activités humaines situées à leur périphérie : l'accès à certaines manifestations, le comportement irresponsable de spectateurs, des aménagements artificiels tels que les routes ou les parkings peuvent aussi nuire à l'environnement.

1.4.3. Les sports de nature sont un facteur de développement économique

Plus d'un million de pratiquants de sports de nature en Bretagne chaque année, voilà un marché particulièrement porteur et dynamique en termes de développement économique régional et local.

Le CRER explique cet important potentiel économique car ils sont « à l'interface du sport, des loisirs et du tourisme » et concernent aussi bien la « demande locale de loisirs et de pratiques sportives que les nombreux touristes extérieurs qui consomment des services sportifs ainsi que des prestations connexes »[903].

Ils représentent un important gisement d'emplois, en particulier lorsqu'ils sont bien structurés en filière, comme l'est le nautisme en Bretagne par exemple. Sont en jeu tant des emplois directs (encadrement des pratiquants, entretien ou gestion des lieux, prestataires de services…), que de nombreux emplois induits (hébergement, commerce de proximité et spécialisé, etc.)[904].

Enfin, au carrefour de nombreux intérêts territoriaux, les sports de nature sont un formidable outil pour fédérer les acteurs économiques et créer des synergies de développement local. Par exemple, autour du tourisme sportif, se rencontrent des acteurs bénévoles ou professionnels du mouvement sportif (Comités, Ligues, Clubs…), des représentants élus ou salariés des collectivités locales (région, départements,

[902] CRER, op.cit p 10
[903] CRER, op.cit pp7-8
[904] CRER, op.cit p 8

intercommunalités, communes…), de l'Etat (DRJSCS, DREAL, Préfecture ou Sous-préfecture, etc.), des professionnels du tourisme (restauration, hébergement, commerces, services, équipementiers…), des professionnels de la santé et du secteur social, des associations de protection de l'environnement, etc. Les enjeux des sports de nature sont un levier de coopération locale.

1.4.4. Les sports de nature : une fonction socialisante parfois sous tension.

Les sports de nature ont aussi une valeur ajoutée sociale car, comme l'explicite le CRER, « ils sont à la fois fédérateurs, rassembleurs et constructeurs d'identité[905] ».

Cette diffusion sociale des loisirs et sports de nature est un phénomène relativement récent car longtemps ils ont été « réservés à une minorité de privilégiés ou de spécialistes »[906]. L'exemple régional de la voile, d'abord sport coûteux pratiqué par des initiés avant d'essaimer socialement, est assez significatif en ce sens. A contrario, la pratique de la randonnée pédestre ou du cyclisme est d'emblée plus accessible au plus grand nombre.

Aujourd'hui, de nombreux évènements locaux rassemblent des pratiquants issus de milieux sociaux très divers. On peut citer par exemple le succès et la diffusion des randonnées familiales à VTT, facilitées en Bretagne par un relief atténué.

Certains sports de nature ont presque une vocation communautaire pour certains groupes, tels que les surfers par exemple[907] qui partagent une même philosophie de la vague, un rapport commun à la nature, une culture identitaire de la glisse.

Parce qu'ils véhiculent souvent un imaginaire de l'extrême, ils peuvent séduire des publics fragilisés en manque d'équilibre personnel, de repères et d'estime de soi. Il est par exemple devenu courant de proposer à des jeunes en difficulté d'insertion des stages éducatifs ou de remobilisation par les sports de nature tels que l'escalade, la voile, la plongée[908]…

Mais si de nombreux sports de nature ont des effets de socialisation, ils peuvent aussi générer des tensions sociales en lien avec des conflits d'usage ou des dégradations de l'espace naturel. Par exemple, il n'est pas rare que certains habitants locaux aient le sentiment d'être dérangés par des touristes pratiquant des sports de nature peu respectueux de leur cadre de vie ou de leur tranquillité[909].

1.4.5. Les sports de nature médiateurs de cultures

Outre les phénomènes individuels ou collectifs d'identification culturelle aux valeurs et représentations véhiculées par certains sports de nature, telle que la voile en Bretagne par exemple, ceux-ci peuvent avoir une fonction de valorisation du patrimoine culturel d'un territoire[910]. La nature se fait médiatrice de culture et réciproquement.

On peut citer comme exemples, la randonnée pédestre ou le cyclotourisme qui empruntent des sentiers d'interprétation du patrimoine ou la pratique du kayak qui permet la découverte du patrimoine culturel maritime et littoral d'une localité, en communion avec la nature.

[905] CRER, op.cit p 8
[906] CRER, op.cit p 8
[907] même s'ils sont peu nombreux en Bretagne comparés au Sud-ouest de la France (ex : Pays Basque).
[908] CRER, op.cit p 9
[909] CRER, op.cit p 9
[910] CRER, op.cit p 10

1.4.6. Fédérer les acteurs régionaux des sports de nature dans une perspective de développement durable : la démarche exemplaire du CRER de Bretagne

1.4.6.1. Les actions du CRER de Bretagne au carrefour du développement durable

Toute démarche de développement durable suppose de travailler avec la complexité, tant environnementale qu'humaine…Telle est en substance la mission du CRER de Bretagne (voir encadré ci-après), qui est un outil d'expertise et de coopération régionale des acteurs des sports de nature. Cette mise en synergie régionale est un enjeu d'autant plus important que les sports de nature sont au carrefour d'enjeux et d'intérêts multiples qui n'entrent pas toujours en résonance : développement économique en particulier touristique, protection de l'environnement, enjeux sportifs, aménagement et usage des espaces, sauvegarde du patrimoine culturel, sécurité, salubrité et tranquillité publiques, accueil de populations extérieures et intérêts des autochtones…

Le Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports et loisirs sportifs de nature de Bretagne (CRER)[911] : une approche transversale des sports de nature dans une perspective de développement durable

Créé en 2006 à l'initiative de la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports (D.R.D.J.S.) de Bretagne, en partenariat avec la Région Bretagne et le C.R.O.S. Bretagne, il est donc le fruit d'une coopération du « trépied » du sport français[912] à l'échelle régionale. Il développe quatre missions principales : information et conseils, production d'analyse, veille prospective, mise en réseaux des acteurs des sports de nature en Bretagne. Ayant déjà à son actif de nombreuses études et actions, il est aujourd'hui présenté comme exemplaire au niveau national pour l'inscription des sports de nature dans une perspective de développement durable.

Parmi ses nombreux partenaires, on peut mentionner : la commission « sports nature » du CROS Bretagne, la cellule interdépartementale sports de nature de la DRDJS Bretagne, les têtes de réseaux des filières de sports et loisirs de nature, la Commission départementale des sites, itinéraires et randonnées des Côtes d'Armor, des partenaires environnementaux (DIREN, service patrimoine naturel de la Région Bretagne, REEB, Conservatoire du littoral…)

Quelques travaux récents du CRER : État des lieux Sports de Nature en Bretagne - Rapport (octobre 2006) ; Les trails et les courses nature en Bretagne (mai 2007) ; Les raids natures multisports en Bretagne (mai 2007) ; Les loisirs motorisés terrestres en Bretagne : Développement et perceptions (septembre 2007) ; Sports nautiques motorisés : Diagnostic et préconisations pour un développement maîtrisé et cohérent en Bretagne (septembre 2007) ; Sports de nature en Bretagne. Vers une gestion concertée ? Perception des partenaires et méthode pour un diagnostic de territoire (Septembre 2007)[913].

1.4.6.2. Démarche qualité des sports de nature et pédagogie environnementale

A noter que le CRER de Bretagne, dans le cadre de l'Agenda 21 du sport français du CNOSF et de celui de la Région Bretagne, travaille actuellement à l'élaboration d'une « démarche qualité » des manifestations sports de nature s'appuyant sur le concept de développement

[911] http://bretagne.franceolympique.com/ , rubrique CRER
[912] Expression désignant la gouvernance tripartite du sport en France : Etat, collectivités locales et mouvement sportif
[913] http://bretagne.franceolympique.com/art.php?id=19647 , consulté le 29 avril 2009

durable visant à garantir l'efficacité économique, l'équité sociale et la préservation de l'environnement. En pratique, cette démarche transversale et multipartite vise, sur la base d'un document de référence, à inciter l'ensemble des acteurs des sports de nature à agir de concert dans trois domaines en particulier : la qualité sportive, l'accueil et la valorisation touristiques, la protection de l'environnement[914]. Il s'agit aussi de coordonner à l'échelle régionale des initiatives en cours d'expérimentation en Bretagne, comme celles par exemple des conseils généraux du Finistère[915] et des Côtes d'Armor.

Sport emblématique breton avec le cyclisme, le nautisme est aussi un champ de préoccupation du CRER. Dans un contexte de développement important des pratiques nautiques « libres », des actions de sensibilisation sont à mener auprès d'un public qui ne comprend ni spécialistes du nautisme, ni experts de l'environnement. Cette expansion parfois anarchique d'activités nautiques non encadrées pose des problèmes de sécurité et de protection de l'environnement. L'idée du CRER est de coordonner les acteurs de la filière, du constructeur aux centres nautiques, pour sensibiliser et changer les comportements des pratiquants dans ces deux domaines prioritaires. Un livret pédagogique a été élaboré en 2009 avec les parties prenantes concernées.

Quelques propositions d'action du CRER pour le développement durable des sports de nature[916]

- Action de sensibilisation à l'environnement des pratiquants de sports de nature : bilan sur la place de l'éducation à l'environnement dans les formations sports de nature ; création d'une mallette pédagogique sports de nature ; projet de charte de bonne pratique (environnement/sécurité) nautique (autocollant sur matériels) auprès des pratiquants fédérés ou non.
- Action « biodiversité et sports nature » : étude pour évaluer l'impact des sports de nature sur l'environnement en s'appuyant sur les partenaires environnementaux.
- Mise en place d'un système de veille sur l'environnement des sports de nature ;
- Action de labellisation des sports de nature Bretagne à partir de critères sportifs, environnementaux et touristiques.
- Journée d'échanges avec les partenaires des sports de nature en Bretagne afin de diffuser une culture commune bretonne basée sur des pratiques de qualité, respectueuses de l'environnement et des autres usagers.
- Une autre action de fond parait essentielle au CRER et elle concerne directement les compétences de la Région dans le domaine de la formation et de l'emploi : professionnaliser les filières avec des formations adaptées et aider les structures d'accueil à se structurer.
- Favoriser la mutualisation des expériences et bonnes pratiques « sports de nature et développement durable » par la mise en réseau et l'organisation régulière de rencontres régionales inter-acteurs.

1.5. Deux perspectives importantes pour les sports de nature en Bretagne : le rééquilibrage Armor/Argoat et la connexion avec les zones urbaines

Lors de son audition, Caroline Vincent, responsable du CRER Bretagne, a souligné deux défis à relever par les sports de nature en Bretagne : le rééquilibrage Armor/Argoat et la connexion avec les zones urbaines liée au phénomène d'urbanisation des sports de nature.

[914] http://bretagne.franceolympique.com/bretagne/fichiers/File/COMMISSIONS/SPORT_NATURE/reflexiondemarchequalitemanifestationssn.pdf , projet de démarche qualité du CRER consulté le 29 avril 2009.
[915] Le CG 29 a élaboré en 2008 un programme « sport et développement durable ». Quant au CG 22, sa Commission Départementale des Espaces, Sites et Itinéraires est une référence nationale (Cf. Audition CESR du 24 novembre 2008)
[916] CRER, op.cit p 46 – NDLR : ces préconisations datent d'octobre 2006, certaines d'entre elles ont déjà été réalisées ou sont en cours de mise en place.

1.5.1. Le rééquilibrage Armor/Argoat

La carte des manifestations d'intérêt régional des sports de nature présentée ci-avant mettait en évidence un déséquilibre Armor/Argoat au détriment de ce dernier. Ce rééquilibrage constitue un véritable défi pour l'avenir des sports de nature en Bretagne.

L'Armor dispose de milieux naturels remarquables, d'une économie touristique et résidentielle dynamique, mais on y trouve aussi une forte pression environnementale, foncière et démographique, une superposition et des conflits d'usage de l'espace. A l'inverse, l'Argoat connaît des milieux naturels plus communs, une pression plus faible, une déprise agricole à laquelle s'ajoute un vieillissement démographique. La recherche d'une meilleure complémentarité sportive, touristique et résidentielle entre l'Armor et l'Argoat est un défi majeur pour le développement équilibré des sports de nature en Bretagne.

1.5.2. La connexion des activités physiques et sports de nature avec les zones urbaines

La croissance démographique bretonne se concentre sur le littoral et dans les agglomérations urbaines. D'où l'enjeu de penser les sports de nature selon cette perspective. Comment favoriser un égal accès aux lieux de pratique des sports de nature dans un contexte de renchérissement du coût des transports ? Comment aménager ces accès pour préserver l'environnement ? Comment inscrire les sports de nature dans la ville elle-même en prenant en compte le cadre de vie des citadins ? Comment favoriser la pratique des sports de nature en zone urbaine dans un objectif de santé publique, par exemple en facilitant et en sécurisant les déplacements doux tels que la marche, le vélo, le roller… ?

Certains de ces questionnements ont déjà été abordés dans la première partie du rapport traitant de la santé par l'activité physique et le sport. A signaler également, sur ce thème de l'urbanisation des sports de nature, le récent rapport du Conseil national des activités physiques et sportives « Urbanisme et sports de nature » (janvier 2008)[917].

2. La Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) des Côtes d'Armor : un pionnier environnemental devenu référence nationale

Les auditions de M. Pierre-Yves MOUY, Chef du service des Sports au Conseil général des Côtes d'Armor et M. Jacques BURLOT, chargé de l'animation de la Commission Départementale des Espaces, Sites et Itinéraires des Sports de Nature (CDESI) des Côtes d'Armor ont permis de mieux saisir les enjeux des sports de nature et du développement durable au travers de la méthode et des réalisations de la CDESI du Conseil général des Côtes d'Armor. Pionnière en ce domaine, l'action du Conseil général des Côtes d'Armor est aujourd'hui devenue une référence nationale qui mériterait sans doute d'être étendue à l'échelle régionale.

[917] Rapport téléchargeable sur http://www.ladocumentationfrancaise.fr/rapportspublics/084000427/index.shtml , consulté le 29 décembre 2009

2.1. Le développement maîtrisé des sports de nature : une compétence dédiée du département

Dans un contexte de fort développement des sports de nature et de montée des préoccupations environnementales, le législateur a confié au département la responsabilité d'agir, avec toutes les parties prenantes concernées, pour un « développement maîtrisé des sports de nature ». C'est même juridiquement la seule compétence sport expressément et spécifiquement dédiée à une collectivité territoriale en France.

Article L 311-3 du Code du sport[918]

« Le département favorise le développement maîtrisé des sports de nature. A cette fin, il élabore un plan départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature. Ce plan inclut le plan départemental des itinéraires de promenade et de randonnée prévu à l'article L. 361-1 du code de l'environnement[919]. Il est mis en œuvre dans les conditions prévues à l'article L. 130-5 du code de l'urbanisme[920] ».

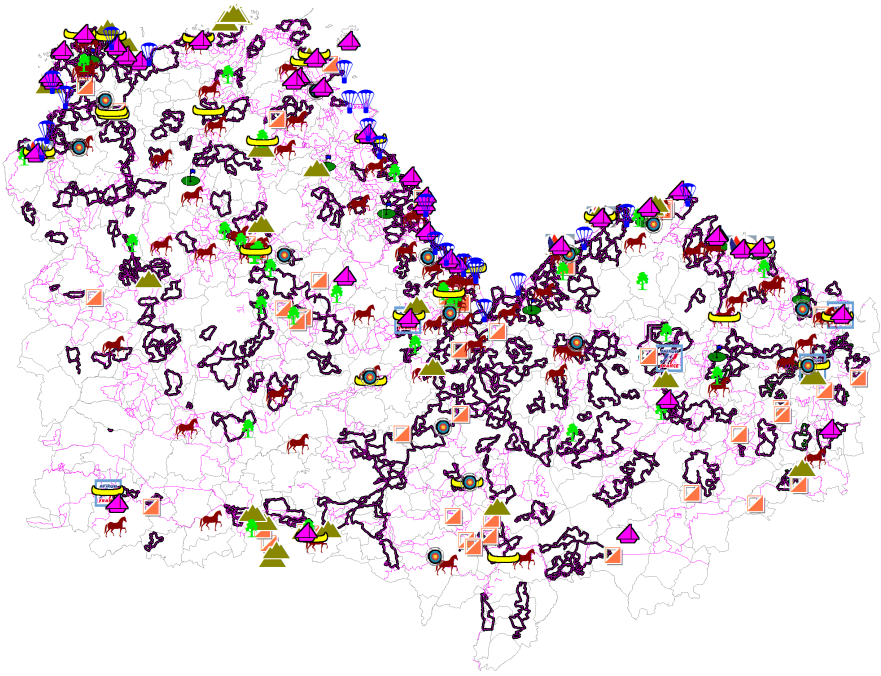
2.2. Les Côtes d'Armor, pionnier exemplaire du plan et du comité départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (PDESI/CDESI)

Pour favoriser le développement maîtrisé des sports de nature, le département est chargé d'élaborer un Plan départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (PDESI). Pour ce faire, il s'appuie sur un organe consultatif, le Comité départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (CDESI). Fédérant les principaux acteurs concernés, cette instance recense les lieux de pratique, en planifie l'accessibilité, identifie les moyens de leur pérennisation et veille à leur suivi[921]. A noter que le PDESI n'a pas de valeur juridique contraignante : non opposable, il reste une démarche incitative s'appuyant sur des contractualisations volontaires avec les acteurs concernés du département.

Le département des Côtes d'Armor a, le premier en France, mis en place sa CDESI, démarche pionnière qui est rapidement devenue une référence nationale. Le conseil général des Côtes d'Armor, à travers sa politique PDESI/CDESI s'est donné pour ambition de parvenir, avec les parties prenantes des sports de nature, à « une définition partagée du développement maîtrisé des sports de nature permettant de satisfaire l'aspiration légitime des citoyens à pratiquer des activités en milieu naturel en la conciliant avec les autres usages de l'espace, la protection de l'environnement et le respect du droit de propriété[922] ». Il considère le PDESI non pas comme un préalable mais comme « l'aboutissement d'une démarche d'identification départementale des espaces, sites, itinéraires de sports de nature ». Cette identification prend la forme d'une géolocalisation détaillée des pratiques de sports de nature dans l'ensemble des territoires du département au moyen d'un système d'information graphique (SIG) élaboré (voir la carte ci-après). L'idée-force est qu'inscrire un site, c'est le protéger et le pérenniser.

[918] Legifrance, 30/04/2009
[919] Article L 361-1 du Code de l'Environnement : « Le département établit, après avis des communes intéressées, un plan départemental des itinéraires de promenade et de randonnée(…) » - Legifrance, 30/04/2009
[920] Article L 130-5 du Code de l'urbanisme : « Les collectivités territoriales ou leurs groupements peuvent passer avec les propriétaires de bois, parcs et espaces naturels des conventions tendant à l'ouverture au public de ces bois, parcs et espaces naturels (…) Les collectivités territoriales et leurs groupements peuvent passer, dans les mêmes conditions, des conventions pour l'exercice des sports de nature, notamment en application du titre Ier du livre III du code du sport (…) ». Legifrance, 30/04/2009
[921] Plaquette de l'Assemblée des départements de France, « Les sports de nature : atouts et opportunités de développement pour le département – CDESI/PDESI – 2008- p3
[922] Audition de M.M Pierre-Yves Mouy et Jacques Burlot du CG 22, CESR Bretagne, le 24/11/2009

Carte 7. Recensement des pratiques des sports de nature dans les Côtes d'Armor



Source : Conseil général des Côtes d'Armor, CDESI 22, novembre 2008

Outre de nombreuses actions de sensibilisation à l'environnement auprès des acteurs concernés, le Conseil général des Côtes d'Armor, par le biais de la CDESI, passe des conventions afin de maîtriser, dans une démarche collaborative, l'impact des manifestations organisées dans la nature. Pour ce faire, il contractualise avec les organisateurs volontaires sous la forme d'un « Acte d'engagement » qui conditionne ses aides au respect d'une pratique maîtrisée et éco-responsable des sports de nature concernés, tout en cherchant à convaincre les pratiquants qu'il en va de la pérennité de leur activité, argument massue qui ne peut laisser aucun passionné de sports de nature indifférent…

Un exemple d'inscription au PDESI 22 : le Cap d'Erquy situé en zone Natura 2000[923]

Cette démarche a par exemple été engagée au Cap d'Erquy, site classé acquis par le département au titre de la politique des Espaces naturels sensibles et situé en zone Natura 2000. Deux espaces du site, dédiés à la pratique du parapente et de l'escalade, ont ainsi été inscrits au PDESI, après approbation de la CDESI et de l'assemblée départementale. En pratique, cette inscription prévoit, pour préserver le site, d'une part, la suspension des activités lors de la période sensible de la floraison des orchidées, d'autre part, la signature d'un « Acte d'engagement » avec les organisateurs du trail « Landes et Bruyère » pour adapter les circuits en fonction des exigences environnementales. En contrepartie, le Conseil général (ou les collectivités locales sur les sites dont elles sont propriétaires), par le biais de conventions signées avec les fédérations sportives, s'engage à assurer l'entretien, l'aménagement et la valorisation de ces espaces inscrits au PDESI. Pour ce faire, il met notamment en place une signalétique et un balisage adaptés favorisant la préservation de l'intégrité du site et la pratique responsable des sports et loisirs de nature concernés.

[923] CG 22, Plaquette « CDESI-PDESI- Le développement des sports de nature en Côtes d'Armor », septembre 2008, pp 10-11

2.3. Vers un PRESI et un CRESI Bretagne ?

Le législateur ne l'a pas prévu, mais au vu des nombreux travaux du Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports et loisirs de nature en Bretagne (CRER), on peut se demander s'il ne serait pas intéressant de fédérer et de coordonner les démarches départementales PDESI/CDESI à l'échelle régionale. Ne pourrait-on pas imaginer une initiative conjointe de la Région Bretagne (en lien avec le Comité régional du tourisme), de l'Etat et du CROS Bretagne, s'appuyant sur le CRER pour engager une réflexion sur l'élaboration d'un Plan régional des espaces sites et itinéraires (PRESI), sur le modèle de celui élaboré dans les Côtes d'Armor ? Ne faudrait-il pas alors envisager la création, au sein du CRER par exemple, d'une instance consultative type Comité régional des espaces, sites et itinéraires (CRESI) ? Il semble en effet que les nombreux enjeux économiques, sociaux, environnementaux, sportifs ou culturels liés aux sports de nature dépassent largement l'échelle départementale et pourraient s'inscrire dans une perspective de développement durable régional. Ils pourraient même en constituer un important levier.

3. L'action de l'ADEME pour mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives

Lors de leur audition du 24 novembre 2008 au CESR de Bretagne, M. Pierre GALIO, responsable national des partenariats promotionnels à l'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie (ADEME), et Mme Claire SCHIO, Chargée de la communication à la Délégation régionale de l'ADEME Bretagne ont présenté l'action de l'Agence pour mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives.

3.1. Les missions transversales de l'ADEME

Chargée de la mise en œuvre du Grenelle de l'Environnement, l'ADEME se définit comme « l'opérateur principal de la transition environnementale » en lien avec les enjeux du changement climatique. L'Agence participe à la mise en œuvre des politiques publiques en matière d'énergie et d'environnement auprès de nombreux acteurs : administrations, collectivités, entreprises, grand public… Ses interventions sont transversales et multithématiques : déchets, sols pollués, air, transports, efficacité énergétique, nuisances sonores, management environnemental…

Son objectif est de faire intégrer, le plus en amont possible des processus décisionnels, la prise en compte systématique de l'impact des projets sur l'environnement pris au sens large du terme : environnement naturel, santé et bien-être, économie…

3.2. Le sport, une cible importante dans le contexte de la mise en œuvre du Grenelle de l'environnement

Le sport, par sa transversalité et son impact sur une grande partie de la population constitue, depuis peu, pour l'ADEME, une cible importante. En premier lieu est souligné le rôle économique d'envergure du sport puisque la dépense sportive (hors bénévolat) est estimée à plus de 30 milliards d'euros par an en France et que l'activité économique à caractère sportif concerne plus de 100 000 salariés. En second lieu, l'impact social du sport est majeur : 16 millions de licenciés, 34 millions de pratiquants de 15 ans et plus dont 74 % font du sport au moins une fois par semaine. Enfin, avec près de 100 000 manifestations sportives par an en France, les impacts environnementaux, même s'ils restent difficiles à évaluer, sont loin d'être négligeables : déplacements, consommation d'énergie, déchets, atteintes à l'environnement naturel…

Cette attention nouvelle à l'impact environnemental des activités physiques et sportives (APS) est à situer dans un contexte plus large marqué par la mise en œuvre de nombreux engagements internationaux et nationaux de la France, comme le protocole de Kyoto ou l'objectif « Facteur 4[924] » validé par le Grenelle de l'Environnement en 2007.

Dans ce contexte, les responsables des grandes compétitions sportives internationales, comme les citoyens, deviennent de plus en plus soucieux de l'impact environnemental du sport : Coupe du monde de rugby, de handball, marathon de Lyon, tournoi de tennis de Roland Garros… Si de nombreux efforts sont louables, il faut aussi garder à l'esprit l'existence d'un véritable business vert parfois plus préoccupé par l'affichage que par le résultat, ce que les anglo-saxons nomme le « greenwashing ». Le sport, avec ses millions de spectateurs et ses milliards de téléspectateurs est en effet une vitrine exceptionnelle…

La volonté de maîtriser l'impact environnemental du sport peut s'observer du global au local, et réciproquement. Ainsi en est-il lors de grands événements sportifs mondiaux : Coupe du monde de football de la FIFA 2006 en Allemagne avec le programme « Greengoal » ; les JO d'hiver de Turin en 2006 et le dispositif Hector ; la coupe du monde de rugby en France en 2007, le championnat du monde de ski de Val d'Isère en 2009… Sont à mentionner également de nombreuses initiatives locales en ce domaine, comme la mise en place, par la ville d'Angers, d'un label « sport et développement durable » visant à introduire, progressivement, une éco-conditionnalité des aides publiques au sport : 10 kms d'Angers-Beaucouzé, Club d'Athlétisme de l'Intrépide d'Angers, championnat de France de natation des maîtres…

L'enjeu central est ici d'intégrer un volet environnemental, *en amont,* dans les cahiers des charges d'appel d'offres ou d'appel à projets, avec des procédures et des indicateurs d'évaluation.

3.3. Une démarche rigoureuse pour réduire l'impact environnemental des activités sportives

L'ADEME a développé une démarche rigoureuse visant à réduire au maximum l'impact environnemental des activités sportives. Elle peut être déclinée en 4 étapes successives :

- évaluer les émissions de gaz à effet de serre (GES) générées, directement ou indirectement, par la compétition sportive à travers la réalisation d'un « Bilan carbone[925] ». Celui-ci est réalisé selon une procédure formalisée par un bureau d'étude formé et agréé par l'ADEME ;

- réduire ces émissions et les consommations d'énergie à travers la mise en œuvre d'un programme d'actions concrètes et multithématiques (transports, énergie, déchets…) et la sensibilisation du grand public ;
- sensibiliser et impliquer toutes les populations et tous les publics de l'action (organisateurs, spectateurs, sous-traitants…);

- réaliser éventuellement, après avoir fait les efforts sur la réduction d'émission, une compensation carbone adaptée[926].

[924] En France, le « Facteur 4 » désigne l'objectif de diviser par un facteur 4 les émissions nationales de gaz à effet de serre au niveau de 1990 d'ici 2050 ».
[925] sur la procédure du Bilan Carbonne, voir www.ademe.fr
[926] sur les actions de compensation carbone : voir www.co2solidaire.org, www.actioncarbonne.org, www.climatmundi.fr

Quelques actions préconisées par l'ADEME[927] pour réduire l'impact environnemental des manifestations sportives :

- *Transports :* mise en place de navettes, fréquence TER et TGV, modes doux, éco-conduite, véhicules propres, tarification préférentielle ou globale (tickets événements et transport couplés…)

- *Energie* **:** démarche Très Haute Performance Environnementale (THPE) et Haute Qualité Environnementale (HQE) pour les nouveaux équipements, diagnostic énergie sur les équipements sportifs (gisements d'économies possibles et mise en œuvre d'actions de maîtrise d'énergie –ex : éclairage, chauffage…), équipements « Energies renouvelables » (EnR)…

- *Achats :* privilégier les productions et fabrications locales, le bio, le réutilisable, les matériaux issus de ressources renouvelables ou recyclées, les produits d'entretien éco-labellisés et réduire les quantités utilisées…

- *Communication :* diffusion raisonnée des supports, réduction des médias papier, dématérialisation, utiliser une impression responsable (choix du papier, de l'encre, de l'imprimeur…), limiter et/ou éco-concevoir les objets publicitaires et leur distribution, prévoir la réutilisation éventuelle des supports développés…

- *Sensibilisation :* toucher l'ensemble des publics concernés (organisation, spectateurs, sous-traitants, partenaires…) pour, au-delà de l'événement sportif lui-même, les sensibiliser au respect de l'environnement. Trois modes de sensibilisation possibles : sensibiliser à travers l'évènement sportif lui-même ; participer à l'événement sportif (ex : covoiturage) ; applications à l'extérieur de la manifestation sportive…

3.4. Exemples d'opérations de grande envergure co-organisées avec l'ADEME

- Coupe du Monde de rugby – France 2007

- réalisation d'un Bilan Carbone prévisionnel de 50 000 tonnes équivalent CO2 pour le périmètre « organisation » + 470 000 tonnes teqCO2 dues aux seuls transports ;
- action sur le transport des joueurs : TGV pour les déplacements de moins de 4h, incitation au covoiturage, biocarburants (Diester 30)…
- diffusion d'un guide de l'éco-supporter.

- Un « Passeport de l'éco-supporter » pour le Mondial de Rugby– France 2007

1. *Je privilégie les transports en commun :* trains, bus…ils sont plus propres, plus rapides et plus sûrs.
2. *Je m'échauffe avant le match !* Pour les petits trajets, je me déplace à pied ou à vélo : c'est bon pour la planète…et en plus, c'est bon pour ma santé !
3. *Je choisis des ampoules basse consommation* : elles consomment 5 fois moins d'électricité et durent jusqu'à 10 fois plus longtemps que les ampoules classiques.
4. *Je tiens compte de l'étiquette énergie*. Un appareil électroménager de classe A consomme jusqu'à 3 fois moins d'électricité qu'un appareil de classe C.
5. *Je préfère la douche au bain* : j'économise de l'eau (50 l au lieu de 150 l) et de l'énergie.
6. *Pour mon chauffage, je limite la température* : 1°C de moins, c'est baisser de 7% sa consommation énergétique.

[927] sur chacun de ces domaines d'action, l'ADEME publie des guides souvent téléchargeables sur www.ademe.fr

7. *Je trie mes déchets* : 1 tonne de plastique recyclé, c'est 600 à 800 kg de pétrole brut économisés.
8. *J'évite les produits sur-emballés et les produits jetables* : je privilégie les produits en vrac, les formats familiaux et les éco-recharges.
9. *Je préfère les produits locaux et de saison* : ils évitent le recours aux transports, au chauffage des serres, à la réfrigération ou aux conservateurs chimiques
10. *Je choisis des produits éco-labellisés*. Ils sont de bonne qualité et ont un impact limité sur l'environnement.

- *Mondial de Handball féminin – France 2007 :*

A Nîmes, prévention de la production de déchets : mise en place d'une consigne avec usage de gobelets durs lavables (« Ecocup »), aux couleurs de l'événement. Résultats : aucun déchet lié aux gobelets, un lavage assuré le matin pour l'après-midi et le soir, utilisation pendant 4 j, récupération par le club, opération neutre financièrement.

En Bretagne, à Saint-Brieuc : tri sélectif effectif pour les verres, cannettes, gobelets ; renforcement par la Ville de l'offre de transports en commun pour les supporters, grâce à la mise en place de navettes gare-centre ville et salle de compétition ainsi que pour le transport des bénévoles du lieu d'hébergement vers la salle de compétition ; diffusion du « Passeport de l'éco-supporter ».

3.5. Un point noir ressort clairement : les transports liés aux manifestations sportives

En moyenne, pour un évènement sportif, plus de 80% des émissions de GES sont dues au seul transport, d'où l'importance du choix du lieu, des infrastructures. Le risque est, outre la pollution, la fragilisation économique de l'évènement en cas d'augmentation forte du baril de pétrole…

Cela pose la question plus générale, y compris au niveau des rencontres sportives locales, de l'organisation géographique des compétitions sportives. Les fédérations sportives, pour pérenniser leur discipline, feraient bien de prendre ce problème à bras le corps à tous les échelons, par exemple en utilisant des outils de gestion logistique utilisés dans les entreprises privées (ex : pour l'organisation des poules).

Attention toutefois à ne pas considérer les déplacements sportifs uniquement comme un coût ou une nuisance environnementale. Ils sont aussi un formidable facteur de lien social entre les habitants de différents quartiers ou territoires à l'occasion des rencontres sportives.

3.6. Accompagner les organisateurs de manifestations sportives et mutualiser les « bonnes pratiques » entre acteurs sportifs

En amont, un accompagnement et une formation des organisateurs de manifestations sportives se révèlent indispensables.

De nombreuses actions de réduction de l'impact environnemental des événements sportifs peuvent s'inspirer des dispositifs récemment mis en place dans le domaine *culturel*, comme la Charte des festivals élaborée par la Région Bretagne dans le cadre de son Agenda 21.

L'ADEME suggère de mutualiser les expériences en la matière en suscitant la création de *réseaux d'échanges* en région.

Au-delà de l'évènementiel, il faut agir aussi pour que ces pratiques « développement durable » soient intégrées de façon pérenne tout au long de l'année au niveau local, de la fédération nationale aux clubs. Une réflexion est en cours sur le Bilan carbone des activités sportives fédérales.

Opération groupée Bilan carbone de l'ADEME avec des fédérations sportives

- Fédérations sportives pilotes : voile, basket, rugby, UFOLEP, moto ;
- Actions : élaboration d'un guide méthodologique pour faciliter la réalisation de bilan carbone, sessions de formation adaptées, travail d'élaboration d'outil d'optimisation des transports ;
- Cibles privilégiées : les dirigeants, les élus, les éducateurs…et les 16 millions de licenciés.

La Fondation du football mène également une action de sensibilisation au développement durable prenant en compte simultanément les dimensions humaines et environnementales. Celle-ci a développé des outils-spécifiques en direction des clubs : kit pédagogique et « guide des éco-gestes pour un club plus vert ».

Les Trophées de la Fondation du Football[928] :
protection de l'environnement, santé, esprit sportif et citoyenneté

La Fondation du football veut promouvoir et récompenser les meilleures initiatives en termes de santé, d'esprit sportif, de citoyenneté et de la protection de l'environnement, en lançant "les Trophées de la Fondation Football".
Respect : c'est le principe autour duquel la Fondation du football construit son action éducative et citoyenne.
Trois grandes thématiques sont au cœur des actions de la Fondation : le respect de soi, "qui permet de structurer la personnalité, de construire l'ego et de respecter son corps, autant de pré-requis fondamentaux pour l'équilibre de vie en société". Un programme initiation santé, autour de l'hygiène de vie, la nutrition et la prévention des blessures, est élaboré en collaboration avec l'INPES.

Le respect des autres, qui conditionne la vie en collectivité et les rapports humains, est le deuxième enjeu : le développement de l'esprit sportif, l'apprentissage de comportements citoyens et responsables, la solidarité, et la mise en œuvre de projets éducatifs complémentaires sont au programme.

La préservation de l'environnement est également un enjeu majeur, afin de préserver les ressources terrestres pour les générations d'aujourd'hui et de demain : des actions de sensibilisation sont réalisées sur la gestion des déchets, les déplacements, la consommation d'énergie et la consommation responsable notamment.

Les Trophées de la fondation visent à encourager les bonnes pratiques citoyennes. Les clubs amateurs de France présentent des opérations de santé, de civisme ou de protection de l'environnement qu'ils ont mis en œuvre. Un jury de personnalité se réunit afin de récompenser les meilleures pratiques : en 2009, une dotation de 100 000 euros était répartie entre les lauréats[929] .

3.7. La nécessité d'une démarche partenariale pour une stratégie multifactorielle

L'ADEME observe une demande d'information et une volonté croissante d'intégrer une démarche éco-responsable de la part des acteurs du sport. Face à cet enjeu, il n'existe pas, selon elle, de réponse toute faite pour certains choix (alimentation, hébergement, transport, matériel, communication…) : l'action doit être adaptée à l'évènement.

Il est nécessaire de hiérarchiser les enjeux : du plus simple (éco-communication) au plus complexe… et au plus impactant, le transport.

[928] http://www.fondationdufootball.com/fr/operations/les-trophees-de-la-fondation/index.html
[929] http://www.vedura.fr/actualite/4697-football-respect-environnement

Enfin, seule une démarche multi-partenariale et multifactorielle peut aboutir en prenant en compte différentes logiques d'acteurs et la diversité des temporalités (actions à court terme, moyen terme, long terme…) : l'éducateur ne peut rien faire sans le maire, l'Etat en région, la Région, le Conseil général, le mouvement sportif… mais aussi les parents.

Quelques pistes d'action pour réduire l'impact environnemental des pratiques sportives en Bretagne :

- Mettre en réseau les acteurs concernés pour favoriser la concertation : associations, collectivités locales, départements, Région, Etat, CROS, CDOS…. Pour que cette mise en réseau aboutisse, elle devrait être systématiquement accompagnée (par la délégation régionale de l'ADEME par exemple) et réfléchir sur la base d'une information de qualité.
- Site web de la Région : mettre en ligne un guide de l'éco-responsabilité sportive en lien avec l'ADEME, le CROS et le CRER.
- Investir massivement dans la formation des acteurs par un cofinancement Région-ADEME d'un chargé de formation « Sport et développement durable » (en lien avec le CRER, le CRESLB…) ou « éco-conseiller sportif régional » (départemental ou intercommunal). Former les formateurs et financer ces formations à « l'éco-responsabilité sportive » (initiales et continues) pour que les acteurs du terrain deviennent autonomes pour réaliser des « autodiagnostics » : Conseil régional (Programme régional des stages), CNFPT Bretagne, UFR STAPS, Centre de l'excellence sportive (ex-CREPS), mouvement sportif…
- Promouvoir la R&D « Sport et DD » en liant les problématiques « bâtiment », « transport » (SRMDT), « énergie », « aménagement du territoire », « urbanisme durable (ECO-FAUR)… A quoi sert un gymnase HQE s'il est enclavé géographiquement ? Réaliser une étude (ou une réflexion) régionale sur les déplacements sportifs en lien avec le recensement des équipements et pratiques sportifs.
- Prévoir systématiquement un plan de déplacement éco-responsable lors des évènements sportifs et championnats locaux.
- Se servir de la dimension ludique des APS pour faire passer des messages d'éco-responsabilité et de citoyenneté (pédagogie du jeu) : *« La France compte plus de 15 millions de sportifs licenciés réceptifs aux messages de développement durable. En multipliant les actions auprès d'eux, nous contribuons à faire entrer plus largement les bonnes pratiques environnementales sur les terrains de sport, mais aussi dans la vie quotidienne*[930] ».

4. Témoignage de Michel DESJOYEAUX sur l'impact environnemental de la course au large : « On n'avance pas qu'avec le vent ! »

Lors de son audition à Port-la-forêt, le 3 juin 2008, Michel Desjoyeaux a été interrogé sur les liens entre course au large et protection de l'environnement. En soulignant que la construction et l'entretien d'un bateau de course au large sont gourmands en énergie fossile, en matériaux composites et substances chimiques dont l'impact écologique est perfectible, il a résumé sa pensée en affirmant que dans la course au large *« on n'avance pas qu'avec le vent ! ».*

Malgré les progrès continus en ce domaine, il est encore très difficile à ce jour d'allier l'obligation de recherche de performance sportive et technologique avec la performance écologique. On retrouve d'ailleurs cette problématique dans d'autres sports mécaniques tels que le sport automobile par exemple.

Questionné sur sa vision de l'évolution des océans, Michel Desjoyeaux estime que son appréciation « n'est pas représentative » et n'a pas de valeur scientifique. La mer Méditerranée lui semble se détériorer rapidement, pour le reste, il ne se considère pas comme suffisamment compétent pour avoir une vue d'ensemble de la question.

[930] Pierre Galio, « ADEME et vous », mai 2008, p2

Dans un article rédigé pour le journal Ouest-France fin 2009, que nous reproduisons ci-après, Michel Desjoyeaux précise son opinion : *« Si nous, gens de mer, devons être exemplaires, nous sommes d'abord des citoyens du monde ».* Il invite aussi chacun à « revenir sur terre » et à protéger l'environnement par les gestes quotidiens qui sont à sa portée, car, observe-t-il : *« la prise de conscience est là et bien là ».*

Article de Michel Desjoyeaux, skipper de Foncia,
publié par le journal Ouest-France, le 27 décembre 2009[931]

« Quand on parle de réchauffement climatique, souvent les gens me demandent ce que je vois sur la mer. J'ai le regret de leur répondre que je suis sur la mer depuis trop peu de temps pour avoir une vision précise, d'autant que je n'ai pas les capteurs ad hoc pour être juste dans mon analyse. Si, nous gens de mer devons être exemplaires, nous sommes d'abord des citoyens du monde.

Donc revenons sur terre. Il faut la préserver. Bon, jusque là, on est tous d'accord. Mais comment fait-on ? Les uns, vendeurs de pétrole, ne voient pas pourquoi ils devraient moins vendre. Les autres, fabricants d'électricité, voudraient vendre plus cher. Et nous, qui voudrions produire « à nos frais ». J'ai l'impression qu'on ne nous dit pas tout, qu'on ne sait toujours pas le vrai coût énergétique d'un panneau solaire, d'une pompe à chaleur, d'un écran plat ou d'un voyage en avion.

Par coût énergétique, je veux parler de l'énergie qu'il faut pour fabriquer tel ou tel équipement, producteur ou consommateur. Le panneau solaire, certes, une fois fabriqué, produit s'il y a soleil, mais au bout de combien de temps a-t-il remboursé (je ne parle pas ici d'argent) ce qu'il lui a fallu pour exister. Pour l'éolienne, c'est la même chose, et nous, modestes terriens, parfois marins, devrions faire croire que la voile est sport 100% propre, puisque seul le vent sert à mouvoir nos coques de noix, en oubliant déjà qu'elles sont le fruit de produits dérivés du pétrole ?

Alors, pour reprendre une réflexion pleine de bon sens, signée Isabelle Autissier et adressée à la mer : « Patiente encore un peu, on s'occupe de toi ». Oui, le monde ne s'est pas fait en un jour, ni en sept, et si l'homme a contribué à le défaire pour ce qu'il est aujourd'hui, la prise de conscience est là et bien là. « Enfin ! » me direz-vous, mais qui peut donner une leçon ? Quand, il y a plusieurs années, le slogan à la mode était « la chasse au gaspi », on s'empressait de croire qu'il ne s'agissait que l'intérêt de notre porte-monnaie. Visiblement ce slogan, totalement démodé, est pourtant très pertinent puisqu'il sert deux intérêts : le porte-monnaie et la planète. C'est tout simplement le moyen le plus efficace parce qu'accessible à tout un chacun, dans ses gestes de tous les jours.

Eteindre la lumière quand on quitte une pièce, couper l'alimentation des appareils qui restent en veille 24h sur 24 alors qu'ils servent parfois moins d'une heure par jour, ne pas laisser couler l'eau pendant qu'on se lave les dents, garder les portes fermées, éteindre les guirlandes pendant la nuit, appuyer moins fort sur l'accélérateur, etc. La liste est longue, faite de bon sens pour bien peu de contraintes. Alors pourquoi s'en priver ? Les petits ruisseaux font les grandes rivières.

Allez ! Courage, confiance, en avant ! Profitons de la vie tant qu'elle est là ! En faisant un peu attention, ça peut durer ! ».

[931] Ouest-France du 27 décembre 2009- Supplément « Sports » p 10. A la suite d'un article du journaliste d'Ouest-France, M. Olivier CLERC, « Michel Desjoyeaux, dauphin marin et terrien chercheur ».

Chapitre 3

Approche de la dimension économique du développement durable par le sport

1. La course au large, un vent porteur pour le développement économique régional 546
1.1. Exemples de retombées économiques de la course au large en Bretagne 546
1.1.1. Les multiples acteurs de la course au large : des skippers pas si solitaires 546
1.1.2. Un fort impact économique et médiatique 546
1.2. Témoignage de Michel DESJOYEAUX, skipper et chef d'entreprise de « Mer agitée » 547
1.3. Course au large, course à l'innovation technologique 548
1.3.1. Un formidable laboratoire technologique grandeur nature 548
1.3.2. Des innovations transférables vers d'autres secteurs d'activité 548
1.3.3. Approche de l'économie de la course au large 549
1.3.4. Eurolarge innovation : un « cluster » breton de la course au large 549

2. Evaluer l'impact économique régional d'un événement sportif : exemple de la Coupe du monde de rugby en 2007 550
2.1. Une méthodologie qui ne sépare pas retombées économiques et utilité sociale du sport 550
2.2. Résultats de l'évaluation : la coupe du monde a été une réussite économique, sociale et sportive 553

Introduction : L'économie du sport en Bretagne, une étude qui reste à faire

La dimension économique du sport justifierait à elle seule une importante étude. Nous ne ferons ici qu'effleurer le sujet puisque notre propos porte essentiellement sur la dimension humaine et sociale du développement durable.

Pour aborder cette dimension économique, nous prendrons l'exemple de la course au large en Bretagne puis ferons état d'une méthodologie utilisée par le Centre de droit et d'économie du sport de Limoges (CDES) pour évaluer l'impact de la Coupe du monde de rugby en France en 2007.

La question de l'économie du sport et de l'emploi sportif est traitée dans la Quatrième partie du rapport dans le chapitre consacré aux moyens durables pour un sport durable.

Pour d'autres exemples de l'impact économique de manifestations sportives dans les territoires, le lecteur pourra se reporter au premier chapitre de cette partie qui présente quelques approches intégrées du développement durable par le sport.

1. La course au large, un vent porteur pour le développement économique régional

A l'occasion de sa visite au Pôle France Finistère course au large à Port-la-forêt, le 3 juin 2008, le CESR de Bretagne a pu mesurer l'importance économique autant que sportive des activités locales liées à la course au large.

Christian Lepape, le Directeur du Pôle France, a souligné la dimension économique de la course au large et la nécessité de former les skippers, non seulement au sport de haut niveau, mais également à la gestion économique de leurs projets professionnels et sportifs.

Michel Desjoyeaux a expliqué les défis technologiques et économiques qu'il relève en tant que skipper et chef d'entreprise de Mer Agitée, son écurie.

Bruno Mottet, Directeur de Lorient Technopole Innovation et d'Eurolarge Innovation, a quant à lui insisté sur le potentiel de R&D et d'innovation technologique de la course au large.

1.1. Exemples de retombées économiques de la course au large en Bretagne

Christian Lepape a présenté quelques éléments sur l'impact économique et médiatique de la course au large en Bretagne.

1.1.1. Les multiples acteurs de la course au large : des skippers pas si solitaires

A terre comme au large, les skippers font travailler de très nombreux professionnels et génèrent ainsi de l'activité économique locale, donc de l'emploi. Ainsi, en juin 2008, le Pôle estimait qu'une centaine de professionnels finistériens en équivalent temps plein était « liée à la compétition » et que 45 entreprises étaient « en lien direct » avec l'activité des navigateurs rattachés au Centre de Port-la-Forêt : construction, architecture, composites, gréement-matelotage, équipements-services, médias-communication …

Sans sponsors, pas de compétiteurs. Ceux-ci sont en effet presqu'exclusivement financés par des entreprises privées dont les activités sont diverses : finance, banque, assurances, grande distribution, prévention médicale, travail intérimaire, immobilier, industrie agro-alimentaire…
Le Pôle rassemble ainsi une trentaine de sponsors pour un « budget sponsoring » de 13.5 millions d'euros.

Parmi les acteurs, il faut également mentionner les organisateurs des courses : Pen Duick SA (Route du Rhum, Transat AG2R…), SEM Vendée (Vendée Globe), Le Figaro Evènements (Solitaire Afflelou-Le Figaro)… Ceux-ci se concentrent et se professionnalisent.

1.1.2. Un fort impact économique et médiatique

Il est possible d'avancer quelques estimations des retombées économiques de la course au large en Bretagne :

- une consommation induite par l'activité « Course au large » estimée à 600 millions d'euros ;

- des retombées touristiques locales directes de 9 millions d'euros et indirectes du même montant ;
- des dépenses de sponsoring de 105 millions d'euros ;
- un marché publicitaire de 315 millions d'euros ;
- 21 millions d'euros pour la construction nautique.

En termes d'impact médiatique, quantifié en Valeur Equivalent de Publicité (VEP)[932], les retombées varient selon les épreuves et les supports :

- 8 à 15 millions d'euros de VEP pour les premiers du Vendée Globe 2000-2001 ;
- 50 millions d'euros de retour sur investissement pour 1.5 millions d'euros versés pendant 5 années à Jean Le Cam par la société Bonduelle ;
- 7 millions d'euros de VEP pour le Record autour du monde en équipage du Trophée Jules Vernes ;
- 300 000 € de VEP pour les retours médias de Port-la-Forêt ;

Il faut mentionner les effets d'entraînement de la course au large sur les activités nautiques en général : avancées technologiques, attractivité des sports nautiques en termes d'images…

La course au large, parce qu'elle repousse les limites humaines et technologiques, est un véritable laboratoire de sciences appliquées : matériaux composites, architecture navale, TIC, sécurité, santé humaine …

☞**Préconistion :** Pour toutes ces raisons, le CESR suggère de développer la fonction R&D de la course au large et ses liens avec les autres secteurs économiques, en particulier au sein du Pôle Mer de la Bretagne.

1.2. Témoignage de Michel DESJOYEAUX, skipper et chef d'entreprise de « Mer agitée »

Lors de son audition et de la visite de son entreprise « Mer agitée »[933], Michel DESJOYEAUX a insisté sur la dimension sportive et humaine de la course au large, sur les valeurs et la passion qu'il partage avec son équipe.

Mais la passion, si elle prime, ne pourrait être vécue durablement à un tel niveau sans une professionnalisation rigoureuse de son activité, tant les enjeux technologiques et économiques sont cruciaux dans la course au large.

Pour développer et structurer son activité de skipper, Michel Desjoyeaux, marin français le plus titré en solitaire, a fondé son écurie de course au large, l'entreprise « Mer agitée », basée à Port-la-Forêt, sur le lieu où il a passé son enfance, poursuivant, à sa façon, le développement de l'activité nautique du site initiée par ses parents.

Le plaisir de naviguer en solitaire ne suffit pas à convaincre les sponsors. Michel Desjoyeaux doit mener de front sa carrière de sportif de haut niveau et de chef d'entreprise. Pour cela, son écurie « Mer agitée » est autant attentive aux performances humaines et technologiques de la course au large qu'au volet économique et commercial de l'activité : sans sponsors et sans un certain retour sur investissement pour ces derniers, pas de course au large.

[932] Sur la base du nombre et de la durée des passages antenne radio et TV, articles de presse ou Internet…
[933] Site Web de l'entreprise Mer Agitée : http://www.meragitee.net/

Et ces investissements sont colossaux. Le groupe immobilier Foncia a ainsi investi près de 3 millions d'euros dans le bateau du même nom skippé par Michel Desjoyeaux. Même si ce dernier l'a conçu et le mène, c'est bien le sponsor qui en est le propriétaire.

Lorsqu'on sait par ailleurs que le coût de fonctionnement annuel autour du bateau avoisine les 1.5 millions d'euros, on entrevoit mieux l'importance des enjeux financiers négociés entre le skipper et son sponsor. Ce dernier montant correspond au chiffre d'affaires de « Mer agitée », incluant les coûts salariaux de ses 11 emplois (ingénieurs, techniciens, technico-navigants, services administratifs et logistique…).

Au-delà donc des aléas sportifs inhérents à la course au large, le pilotage du risque financier fait aussi partie intégrante du métier de skipper. Pour ce faire, il doit être très vigilant, notamment en ce qui concerne les clauses contractuelles pluriannuelles le liant à son sponsor. Celles-ci doivent par exemple prendre en compte le risque d'inflation des matières premières, de la masse salariale…

Or, d'un point de vue économique, le premier capital du skipper est la bonne gestion de son image auprès des médias. Pour Michel Desjoyeaux, « le coureur se situe au centre d'un système de communication » qu'il doit maîtriser au mieux pour assurer la pérennité et le développement de son entreprise, donc de sa carrière sportive.

1.3. Course au large, course à l'innovation technologique

L'audition de M. Bruno Mottet, Directeur de Lorient Technopole Innovation et d'Eurolarge Innovation, est venue confirmer d'une part le potentiel de R&D et d'innovation technologique de la course au large, d'autre part le poids économique de celle-ci en Bretagne.

1.3.1. Un formidable laboratoire technologique grandeur nature

La course au large (CAL) associe aventure humaine et défis technologiques. De la conception des bateaux au déroulement des courses, les technologies impliquées sont multiples : conception assistée par ordinateur, calculs de structure, essai en bassin de carène et soufflerie, science des matériaux, traitements de surface, mécanique de précision, électronique embarquée, technologie sans fil, traitement de données, télécommunication, transmission satellitaire, image de synthèse, multimédias (ex : Diffusion en HD de la Route du Rhum)…

Les innovations technologiques sont le plus souvent issues de la collaboration entre les coureurs, les entreprises et les laboratoires de recherche des Universités bretonnes. Des liens sont d'ailleurs établis avec certains Pôles de compétitivité bretons tels que les Pôles « Mer » et « Images et réseaux » notamment.

La course au large et ses conditions souvent extrêmes constituent en effet un formidable laboratoire technologique grandeur nature.

1.3.2. Des innovations transférables vers d'autres secteurs d'activité

Le bateau de course au large est comme un microcosme expérimental : on y retrouve presque tous les secteurs d'activités économiques.

Les ponts sont en effet nombreux entre les technologies issues de la course au large et le monde du nautisme en général, mais aussi avec l'aéronautique, le bâtiment et les travaux publics, la domotique, l'armement, les technologies de l'information et de la communication, l'alimentation, la santé, etc.

1.3.3. Approche de l'économie de la course au large

Selon une étude réalisée par Eurolarge Innovation, le poids économique de la course au large en Bretagne apparaît considérable : 130 millions d'euros de chiffre d'affaires annuel, 1000 emplois répartis dans plus de 90 entreprises, de l'entreprise unipersonnelle à la filiale de multinationale, en passant par des PME leaders sur leurs marchés (voir www.eurolarge.fr).

Ainsi, « si l'on ne considère que les catégories ou classes de bateaux participant à des épreuves transocéaniques (essentiellement mini, Figaro, 40 pieds, Imoca, Orma et grands records), l'économie de la course au large représente en moyenne 110 à 130 millions d'euros par an[934]. Cette valeur, en très forte croissance globale sur ces dix dernières années, reste cependant très fluctuante compte tenu de la fréquence bisannuelle ou quadriennale d'évènements majeurs tels que la Route du Rhum, le Vendée Globe ou la Transat Jacques Vabre ».

Eurolarge, dans sa plaquette de présentation[935], précise que « ces montants investis annuellement le sont principalement par des acteurs privés (90 %) et des collectivités locales (10%) dans des actions de sponsoring et de partenariat. Ils viennent directement financer les courses pour 17 millions d'euros et, surtout, les bateaux et équipages pour 98 millions d'euros.

Ces financements sont distillés via les écuries et les organisateurs de course au large suivant 6 postes principaux de dépense :

- Architectes et chantiers navals : 27 millions d'euros,
- Equipementiers (électronique, voilerie, informatique, etc.) : 25 millions d'euros,
-Fonctionnement et logistiques des écuries (locations, déplacements, petit consommable…) : 24 millions d'euros,
- Entreprises de service (création graphique, impression, location de matériel) : 20 millions d'euros,
- Salaires des coureurs et techniciens des écuries de course : 15 millions d'euros,
- Entreprises de médias (audiovisuel, Internet, photographie…) : 4 millions d'euros.

Eurolarge Innovation souligne 6 grandes caractéristiques de l'économie de la course au large :

- elle est une activité économique encore jeune ;
- les coureurs sont de plus en plus nombreux (300 à 400 marins environ) ;
- un positionnement littoral exclusif et un besoin en infrastructures portuaires adaptées ;
- l'existence d'un marché aval, le nautisme, en développement, en particulier dans le secteur des loisirs ;
- un modèle économique quasi-exclusivement fondé sur l'image et la communication ;
- une très grande diversité d'acteurs économiques impliqués, tant en taille qu'en activité.

1.3.4. Eurolarge innovation : un « cluster » breton de la course au large

« Les bateaux de la course au large font le tour du monde, pas assez les entreprises qui les conçoivent et les fabriquent ». Ce constat formulé par Bruno Mottet lors de son audition, souligne combien l'accompagnement, la mise en réseau, l'ouverture internationale et le développement des acteurs économiques et technologiques de la course au large est un enjeu fort en Bretagne.

[934] Source : Eurolarge Innovation - Chiffres 2003/2004
[935] Edition de novembre 2007.

C'est justement la mission que s'est fixée Eurolarge Innovation qui fédère à ce jour une centaine d'entreprises bretonnes à la recherche d'effets de synergie favorables à l'innovation et aux transferts technologiques. Celles-ci figurent dans un annuaire publié et diffusé par Eurolarge.

Pour rassembler les acteurs et stimuler son effet réseau, Eurolarge organise régulièrement des animations thématiques lors de journées techniques ou d'information, par exemples: la mise en œuvre du carbone ; Nautisme et développement durable ; Le sponsoring dans la voile : coup de cœur ou stratégie d'entreprise ? Les marchés de diversification pour les technologies de la course au large ; Les nouvelles technologies de la sécurité en mer ; etc.

2. Evaluer l'impact économique régional d'un événement sportif : exemple de la Coupe du monde de rugby en 2007

Comment évaluer l'impact économique d'un événement sportif ? Lors de leur audition au CESR de Bretagne, M. Jean-Jacques GOUGUET, Maître de Conférences à la Faculté de droit et de sciences économiques de Limoges, chercheur au Centre de droit et d'économie du sport de Limoges (CDES) et M. Didier PRIMAULT, économiste au CDES de Limoges, ont présenté la méthode élaborée pour évaluer les retombées économiques de la Coupe du monde de rugby 2007 en France.

Cette méthodologie d'évaluation que nous présentons ici très rapidement pourrait servir de base à d'autres évaluations territoriales de l'impact économique *et* sociétal du sport, par exemple en Bretagne.

2.1. Une méthodologie qui ne sépare pas retombées économiques et utilité sociale du sport

Pour Jean-Jacques Gouguet, deux prudences méthodologiques s'imposent :

- les retombées économiques des évènements sportifs sont souvent surévaluées ;
- celles-ci sont inséparables d'une mesure de leur utilité sociale.

Pour le CDES de Limoges, « évaluer l'impact d'un évènement comme la Coupe du monde de Rugby 2007 en France (CMR 2007) ne peut se limiter à un calcul de retombées économiques de court terme, insuffisant à démontrer la rentabilité sociale d'un projet pour la population. Il convient en effet également de prendre en compte de multiples effets pouvant être liés à l'image de marque des territoires, à la cohésion sociale, à l'augmentation du nombre de licenciés et à une meilleure répartition territoriale de la pratique, à la promotion des valeurs du rugby… Cette approche correspond d'ailleurs à l'évolution actuelle de la vision du sport, véhiculée par exemple par la Commission européenne, et prenant mieux en compte sa dimension éducative et sociale : lien social et lutte contre l'isolement, insertion de publics en difficulté (jeunes, handicapés), santé, lutte contre l'obésité… Chacune de ces deux conceptions – retombées économiques et utilité sociale – requiert cependant des outils spécifiques qui posent des problèmes méthodologiques particuliers[936] ».

Ces deux évaluations complémentaires de l'impact économique et de l'utilité sociale utilisent les deux méthodes suivantes :

[936] CDES Limoges, « Impact économique et utilité sociale de la coupe du monde de rugby 2007 en France », synthèse publiée par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, p 3

- Mesure des retombées économiques

Selon le CDES de Limoges, « la mesure des retombées économiques permet d'apprécier, pour un territoire donné, la capacité d'un spectacle sportif à créer des emplois et de l'activité. La différence entre les flux monétaires entrant (injections) et sortant (fuites) donne l'injection nette, dont l'ampleur dépend du degré d'intégration des activités économiques du territoire ; il détermine la taille du multiplicateur : plus il est élevé, plus les fuites sont faibles et plus l'effet multiplicateur est important. Précision essentielle permettant de comprendre pourquoi de nombreuses études surévaluent l'impact économique des évènements sportifs : l'application de ce modèle conduit à ne pas prendre en compte les dépenses des agents locaux ; on considère que si la CMR 2007 n'avait pas eu lieu, ils auraient effectué des dépenses d'un autre type (effet de substitution)[937] ».

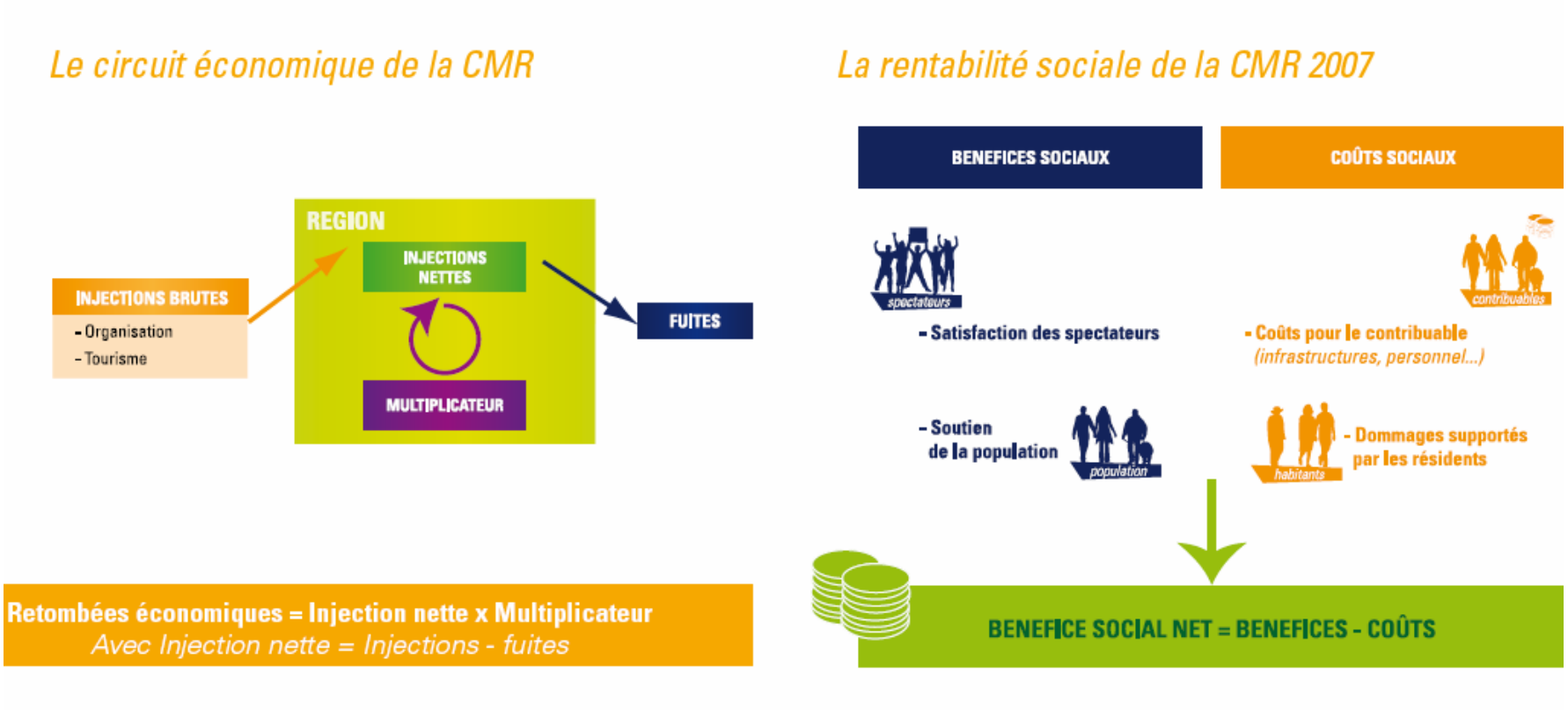
- Mesure de l'utilité sociale

Quant à la mesure de l'utilité sociale, elle consiste à « évaluer, pour ce même territoire, la satisfaction créée par l'évènement pour les spectateurs et les habitants, puis à calculer le bénéfice social (ou la perte) net(te) de l'événement, une fois défalqués les coûts (dépenses publiques, mais aussi nuisances) supportés par la communauté.

Le schéma de synthèse ci-après représente ces deux méthodologies.

[937] CDES Limoges, référence citée, p 3

Figure 114. Mesures des retombées économiques et de l'utilité sociale de la coupe du monde de rugby (CMR) 2007 en France



Source : CDES Limoges, « Impact économique et utilité sociale de la coupe du monde de rugby 2007 en France », synthèse publiée par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, p 3 – Audition de M.M Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault au CESR de Bretagne, le 21 avril 2009

2.2. Résultats de l'évaluation : la coupe du monde a été une réussite économique, sociale et sportive

Les principales conclusions de ce travail[938] sont que l'évènement a été une réussite économique, sociale et sportive, tant au niveau national que dans les régions ayant accueilli l'évènement :

- L'impact économique total de la Coupe du monde s'est élevé à 540 millions d'euros. Ce bon résultat est principalement dû aux apports touristiques des spectateurs étrangers.

- Le bénéfice social net est évalué à 113 millions d'euros. Il est lié, d'une part, à l'absence d'investissements publics lourds dans de nouvelles infrastructures sportives (utilisation de stades de football existants), d'autre part, à la faiblesse des nuisances sociales de l'événement (ex : absence de hooliganisme).

- L'impact sportif a lui aussi été considérable puisqu'au plan national, le nombre de licences de rugby suivant la Coupe du monde a augmenté de 30% par rapport à l'année précédente.

[938] La synthèse de cette évaluation publiée conjointement par le CDES de Limoges et le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, est consultable sur le site du CDES : http://www.cdes.fr/fichiers/Actualites/SYNTHESE_D_finitive.pdf

Quatrième partie

Pour un développement durable du sport pour tous dans tous les territoires

Introduction de la quatrième partie : Quel sport pour tous sans développement durable du sport lui-même ?

Dans les trois parties précédentes nous avons vu que le sport et l'activité physique, par leurs effets sur la santé, l'éducation et la formation, la vie sociale et culturelle, la protection de l'environnement et le développement économique, contribuaient au développement humain et durable des personnes et des territoires en Bretagne.

Nous avons également cherché à préciser les conditions dans lesquelles la pratique d'une activité physique ou sportive était d'intérêt général, à savoir lorsqu'elle est fondée sur un projet éducatif, humaniste et citoyen respectueux de l'intégrité des personnes et de leur environnement.

Lorsque nous avons abordé la santé, nous avons essentiellement considéré le sport comme un sous-ensemble de l'activité physique, en le banalisant en quelque sorte. En revanche, lorsque nous avons traité de l'éducation et de la vie sociale dans les territoires, les dimensions culturelle, institutionnelle et politique du sport sont apparues plus clairement et, par la même, son irréductibilité à une forme, plus ou moins sophistiquée, d'activité physique. En d'autres termes, si le sport implique une activité physique, celle-ci ne suffit pas pour caractériser le sport.

Le sport, étymologiquement, est aussi un «déport », un espace autonome de l'activité humaine : il est à lui-même sa propre fin. Le sport peut contribuer, comme nous l'avons vu, au développement humain et durable, mais son essence se situe par-delà toute instrumentalisation, fût-ce à des fins d'utilité sociale ou d'intérêt général. Le sport peut-être recherché, pratiqué, vécu ou regardé pour lui-même. N'y voir qu'un instrument, un outil, un moyen, un levier, une fonction, c'est oublier qu'avant de pouvoir s'en servir, il faut d'abord qu'il existe, qu'il vive de sa propre vie, de sa propre envie.

Cette autonomie sportive est à rapprocher d'une certaine idée de la liberté de la société civile face aux pouvoirs, voire comme contre-pouvoir. Le sport est citoyen s'il est un sport de citoyens. Il est une libre création de la société civile pour la société civile. Nier cette liberté civile du sport et n'y voir qu'un moyen au service d'autres fins, même avec les meilleures intentions du monde, c'est comme vouloir couper l'arbre pour en cueillir les fruits.

Le sport est à lui-même sa propre fin, il peut donc être désiré pour lui-même, pour le plaisir qu'il procure, pour les émotions qu'il fait vivre, pour l'enthousiasme, l'envie, la passion qu'il suscite. Le sport, par les valeurs qu'il porte, peut même, pour certains, aller jusqu'à y dévouer une vie entière, jusqu'à donner un sens à la vie.

Cette dernière partie du rapport revient donc au « sport pour le sport » avec une idée force : le développement durable par le sport suppose le développement durable du sport - pour tous et dans tous les territoires. Et ce développement durable du sport ne sera assuré que par des moyens durables pour un développement du sport lui-même, que ce soit sur le plan économique, humain ou celui des équipements.

Ces moyens durables pour un sport civil et associatif durable sont à relier aux enjeux de l'économie sociale et solidaire en Bretagne dans son ensemble. Pour une analyse de fond sur le sujet, le lecteur est invité à se reporter à un précédent rapport du CESR de Bretagne «L'économie sociale en Bretagne : pour une région compétitive, sociale et solidaire » (2006, rapporteurs : Mme Evelyne Huaumé et Daniel Hardy).

Notre étude portait principalement sur les contributions du sport et de l'activité physique au développement humain et durable en Bretagne, en particulier sur sa dimension humaine, sociale et territoriale. La question des moyens d'un développement durable du sport et de l'activité physique, tout aussi essentielle, appellerait sans doute une autre étude à part

entière à partir de nouvelles recherches approfondies et territorialisées en économie du sport.

Les recherches et auditions réalisées pour la présente étude permettent toutefois d'apporter certains éclairages et des pistes de préconisations pour un développement durable du sport dans les territoires.

Nous verrons, dans un premier chapitre, que ce développement du sport pour être durable doit aussi être équitable et solidaire. Nous aborderons donc l'enjeu de l'accès de tous à l'activité physique et au sport ou, pour reprendre une formule de Pierre de Coubertin, « tous les sports pour tous ».

Dans le second chapitre, nous mentionnerons quelques enjeux importants liés aux moyens du développement durable de la vie sportive en Bretagne.

Enfin, dans un dernier chapitre, nous reviendrons à la question du sport et des territoires. Nous suggérerons d'intégrer la question du développement durable du sport et de ses contributions au développement durable dans les agendas 21 territoriaux en Bretagne. Pour cela, il est possible d'envisager, dans un contexte de fortes mutations institutionnelles, une nouvelle gouvernance intégrée de l'activité physique et du sport en Bretagne et dans ses territoires.

Chapitre 1

« Tous les sports pour tous »

1. L'accès des jeunes aux pratiques sportives et à l'activité physique : exemple des lycéennes, lycéens, apprenties et apprentis de Bretagne 564
1.1. Quelques préconisations issues d'une rencontre avec neuf membres du conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 564
1.1.1. Quelques freins à la pratique sportive des jeunes 564
1.1.2. Tableau de synthèse des préconisations formulées par les neuf jeunes rencontrés ... 565
1.2. Préconisations du CESR de Bretagne à la suite de l'enquête menée auprès du CRJ ... 570

2. Filles, adolescentes, femmes : lutter contre les inégalités de genre dans les pratiques sportives à tous les âges de la vie 571
2.1. Sexuation et inégalités de genre dans les pratiques sportives (à partir de l'audition et des travaux de Catherine Louveau) 571
2.1.1. Historiquement, un sport construit par *les hommes,* pour *les hommes… 572*
2.1.2. Le sport institué ne semble pas répondre aux aspirations des femmes 572
2.1.3. « Sports de fille », « sports de garçon » : la reproduction de stéréotypes sexués ? .. 573
2.1.4. Dès le plus jeune âge, déconstruire les stéréotypes sexués et mieux répondre aux aspirations sportives à l'adolescence 574
2.2. Préconisations pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des filles, adolescentes et femmes 574
2.3. Quelques exemples d'action en Bretagne pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des femmes 576
2.3.1. Exemple du football-féminin au CEFC du Stade Briochin 576
2.3.2. Cours de gymnastique pour femmes en difficulté sociale en Ille-et-Vilaine (EPMM-sport pour tous)..... 578
2.3.3. La randonnée par monts et par vaux : en marchant ensemble se fait le chemin de la vie sociale..... 579

3. L'accès à l'activité physique régulière et aux pratiques sportives des personnes en situation de handicap : un enjeu pour le développement humain, social et sportif de la Bretagne 581
3.1. Un regard anthropologique sur le sport et le handicap (sur la base de l'intervention de M. Jean-Luc Blaise) 582
3.1.1. « Handicap », un lien étymologique avec le monde sportif 583
3.1.2. Les sportifs handicapés : des sportifs « à part » ou des sportifs « à part entière » ? 583
3.1.3. Le sport chez les personnes handicapées : une « ordalie » moderne ?..... 584
3.1.4. Le sport, un facteur puissant de reconnaissance et d'intégration pour « les personnes autrement capables »*..... 586*
3.2. Témoignages de deux éducateurs sportifs : Gilles Le Druillennec et Hubert Vautier .. 587
3.2.1. Gilles Le Druillennec, Moniteur de voile breveté d'Etat : « Moi, j'y croyais…et je suis breton ! »..... 587
3.2.2. Témoignage d'Hubert Vautier, éducateur sportif de handibasket : l'importance d'un encadrement humain formé, d'installations et de matériels accessibles..... 588
3.3. L'équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape » 589
3.4. Le Handisport en Bretagne : état des lieux, enjeux et défis 592
3.4.1. Le Handisport en Bretagne : état des lieux..... 592
3.4.2. Enjeux et défis du Handisport en Bretagne pour les 5 années à venir 593
3.5. Le sport adapté en Bretagne : favoriser l'accès des personnes en situation de handicap mental ou psychique aux bienfaits des activités physiques ou sportives. ... 594
3.5.1. Face au handicap mental ou psychique, l'accompagnement humain est primordial ... 594
3.5.2. Les bienfaits des pratiques physiques ou sportives pour les personnes handicapées mentales 597
3.5.3. Le sport adapté en Bretagne et ses défis 598
3.6. Un exemple d'action départementale : la démarche participative « sports et accessibilité » du Conseil général des Côtes d'Armor 601
3.7. Préconisation du CESR de Bretagne : élaborer un « Agenda 22 de l'accessibilité sportive en Bretagne » pour les personnes en situation de handicap 603
3.7.1. Qu'est-ce qu'un « Agenda 22 » ? 603
3.7.2. Pour un Agenda 22 du sport et de l'activité physique en Bretagne 604

4. Personnes rencontrant des difficultés d'insertion 604
4.1. L'action « En avant toute ! » 604
4.1.1. Les objectifs d'« En avant toute ! » : rompre l'isolement social et redonner l'envie aux « milliardaires du temps perdu » 604
4.1.2. Les activités physiques et sportives proposées et leurs bienfaits 605
4.2. Les résultats de l'action : mieux-être physique, psychologique, social et insertion.... 606

Introduction du chapitre 1 : « Tous les sports pour tous » : une utopie réaliste ?

Dans une perspective de développement durable *par* le sport et *du* sport, l'accès de toutes et tous aux bienfaits d'une activité physique et d'une pratique sportive régulières est un enjeu essentiel dans une société démocratique.

On a parfois caricaturé la pensée et l'idéal olympique de Pierre de Coubertin en soutenant qu'il était d'essence élitiste et aristocratique. Sans nier l'intérêt de ce débat, il nous semble que cette caricature est excessive, comme l'a d'ailleurs rappelé l'historien Jean Durry lors de son audition au CESR de Bretagne[939]. Le père fondateur de l'olympisme moderne écrivait ainsi en 1919 dans les Lettres olympiques de la Gazette de Lausanne : *« Tous les sports pour tous: voilà sans doute une formule qu'on va taxer de follement utopique. Je n'en ai cure. Je l'ai longuement pesée et scrutée : je la sais exacte et possible[940].»*

Nous avons vu dans les parties précédentes du rapport que certaines inégalités d'accès au sport et à l'activité physique demeuraient tenaces malgré les progrès importants liés à la massification de la pratique sportive. Persistent en effet de nombreux déterminants liés à l'âge, au sexe, au milieu socioculturel, au niveau socioéconomique, à la catégorie socioprofessionnelle, au territoire de résidence, à l'état de santé, à la situation de handicap, etc.

Pour aborder cet enjeu de l'accès de tous aux bienfaits du sport et de l'activité physique, nous nous limiterons à la situation de quatre groupes de population qui peuvent être considérés comme des cibles prioritaires par les acteurs publics et privés du sport : *les jeunes (1), les femmes (2), les personnes en situation de handicap (3), les personnes en insertion (4).*

Pour ce qui concerne les personnes âgées, autre groupe prioritaire compte tenu du vieillissement de la population, nous invitons le lecteur à se reporter aux éléments déjà mentionnés dans les précédentes parties du rapport ainsi qu'à l'étude du CESR de Bretagne « Bien vieillir en Bretagne » (2007).

[939] Audition au CESR de Bretagne du 29 avril 2008 à Rennes
[940] Lettres Olympiques-Gazette de Lausanne 13 janvier 1919. Cité par le Comité Français « Pierre de Coubertin », http://lemessagedecolette.fr/version3/outils/coubertin_fiche_7.pdf , consulté le 31 décembre 2009

1. L'accès des jeunes aux pratiques sportives et à l'activité physique : exemple des lycéennes, lycéens, apprenties et apprentis de Bretagne

Les pratiques sportives et l'activité physique des enfants et adolescents ont déjà été abordées dans les parties du rapport portant sur l'éducation et la santé par le sport. Nous ne reprendrons donc pas ici les éléments déjà développés précédemment.

Nous avons plutôt choisi de compléter la présentation des résultats de l'enquête réalisée en 2009 par le CESR de Bretagne auprès de membres du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ)[941].

En complément de l'enquête par questionnaire réalisée auprès des jeunes du CRJLAB, le CESR de Bretagne a pu rencontrer plusieurs membres volontaires, garçons et filles, afin d'échanger avec eux sur leur pratique sportive. A cette occasion, ceux-ci nous ont fait part de nombreuses préconisations d'action qui montrent l'intérêt de prendre en compte leur parole, comme l'avait déjà souligné le CESR de Bretagne dans son rapport *« Les jeunes de 16 à 25 ans : une chance pour la Bretagne »*[942] *(2003)*, mais aussi de les associer directement aux actions les concernant s'agissant de la promotion de l'activité physique ou sportive régulière.

1.1. Quelques préconisations issues d'une rencontre avec neuf membres du conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne

Le 13 mai 2009, le CESR a rencontré, avec le concours des services du Conseil régional de Bretagne, un groupe de neuf jeunes élu(e)s, membres du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ), dont 4 filles et 5 garçons[943]. Les échanges étaient principalement organisés autour des freins à la pratique sportive des jeunes et sur les actions à mener pour les lever.

Bien qu'il ne s'agisse pas d'un avis officiellement adopté par le CRJ en tant qu'assemblée mais d'un simple échange avec quelques uns de ses élus, nous rendons compte de certaines réflexions et propositions évoquées à cette occasion par les jeunes. Celles-ci prolongent, complètent –et parfois recoupent- l'enquête par questionnaire dont les résultats ont été présentés ci-dessus.

1.1.1. Quelques freins à la pratique sportive des jeunes

Les jeunes rencontrés confirment un certain décrochage sportif à l'adolescence, selon eux, à partir de 14 ans. Interrogés sur les raisons de ce phénomène, ils avancent plusieurs hypothèses :

-La priorité donnée aux études et aux résultats scolaires

[941] Les résultats de cette enquête sont présentés dans la deuxième partie du rapport traitant de l'éducation et de la formation par le sport tout au long de la vie
[942] Rapporteurs : Mme Andrée Cario, M. Jean Lemesle
[943] Alicia Loaëc, Angéline Meinry, Julie Meurisse, Fanny Stéphan, Clément Chaignaud, Thomas Kerdechue, Steven Kerguiduff, Gabriel Leslie, Martial Rault.

-Le manque de temps ou le fait de ne pas savoir s'organiser : poids du travail scolaire (cours et devoirs), contraintes d'une pratique sportive régulière en club, autres priorités personnelles dans la gestion du temps de loisirs…

-Les problèmes de transports : absence de transport collectif ou horaires inadaptés (soir, WE), défaut de moyens de transport autonomes et disponibilité variable des parents, coût des transports aux rencontres sportives (qui s'élève avec l'élévation du niveau et l'éloignement des compétitions), déplacements doux (marche, vélo) pas toujours possibles (météo, éloignement…)

-La logique de sélection individuelle croissante de certains clubs avec l'avancée en âge : priorité aux résultats sportifs plutôt qu'au sport pour tous. Découragement de ceux qui n'ont pas commencé tôt une discipline ou qui ne sont plus considérés comme assez bons (ex : joueurs laissés sur le banc de touche) ou assez beaux (ex : exigences esthétiques de disciplines artistiques…) ;

-L'influence des médias : elle peut être positive avec par exemple les effets d'entraînement des grands évènements sportifs type coupe du monde de football en 1998, de rugby en 2007, victoire de l'équipe de France Handball au JO de Pékin, etc., ou négative en raison notamment d'une représentation inégale des diverses disciplines sportives à la TV.

-Le coût perçu de la pratique sportive : le sentiment que le sport coûte cher est variable selon les disciplines (Cf. basket, voile, sports mécaniques…) ; il faut arbitrer financièrement avec les autres loisirs (musique, sorties…) ; difficultés rencontrées par certains clubs pour trouver des sponsors favorisant la pratique de haut niveau.

-La présence et la gestion des équipements sportifs : créneaux horaires limités (soir et WE notamment), présence territoriale inégale (ex : milieu rural isolé).

-Un certain cloisonnement entre disciplines sportives : peu de passerelles entre les clubs et les disciplines (monotonie de la pratique monodisciplinaire), freins à la pratique du multisports (ex : multiplicité des licences fédérales)

-La fragmentation des âges lors des loisirs et activités sportives des adolescents : l'été de nombreuses activités sportives sont proposées aux adolescents de 9 à 14 ans, mais certains ont le sentiment d'un certain vide après.

-Le manque d'attractivité de certains cours d'EPS : peu de variété dans les disciplines sportives proposées, sentiment de monotonie, de routine ; les sports collectifs ne conviennent pas à tous ; impression de sport subi ou contraint. Ne donne pas toujours envie de pratiquer une discipline à l'extérieur. Manque de sens pédagogique de certains enseignants (peu d'explications sur la portée éducative de l'EPS ou les règles énoncées). Temps hebdomadaire effectif d'EPS insuffisant (2h en théorie et 1h15 en pratique), notamment en termes de sport-santé ou d'apprentissage d'une hygiène de vie par le sport ; conditions d'hygiène parfois limites (ex : impossibilité de prendre des douches).

-Une diversité souvent insuffisante des disciplines proposées par les associations sportives scolaires : disciplines proposées souvent peu variées et peu attractives, trop proches de celles pratiquées en EPS…

1.1.2. Tableau de synthèse des préconisations formulées par les neuf jeunes rencontrés

Les idées d'action émises par les jeunes du CRJ lors de cette rencontre sont regroupées dans le tableau récapitulatif ci-après selon les quelques thématiques abordées pendant les échanges. Nous rappelons que, bien que très riches de suggestions, elles n'expriment pas

un avis de l'assemblée du CRJ mais seulement les propositions réfléchies de neuf de ces jeunes élus, ayant volontairement accepté de venir discuter avec le CESR à l'occasion d'un déjeuner de travail. Cela n'enlève rien à leur qualité et souligne l'intérêt, pour le Conseil régional, comme pour les autres collectivités locales ou le mouvement sportif, d'écouter régulièrement et de prendre au sérieux la parole des jeunes, leurs réflexions et propositions, de valoriser leur expertise d'usage et leur participation démocratique.

Tableau 31. Quelques suggestions émises par des élus du CRJ pour favoriser toutes les formes de pratiques sportives des jeunes (rencontre du 13 mai 2009 à Rennes)

Domaines	Quelques pistes d'actions préconisées par neuf jeunes du CRJ
Conciliation des temps d'étude et de loisirs	- Desserrer les emplois du temps scolaires et élargir les créneaux horaires proposés par les clubs (ex : soir et week-end) et les gestionnaires d'installations sportives
Transports	- Rapprocher les lieux de pratique, lieux de vie, lieux d'étude et moyens de transports collectifs - Réfléchir avec les autres collectivités locales à une aide publique au financement des déplacements liés aux pratiques sportives des jeunes. Pourquoi pas un forfait annuel « Transport » crédité sur les cartes électroniques multimodales type « Korrigo » (bus, vélo, TER, métro ou tram…) pour tous les lycéens et apprentis ? - Adapter les créneaux horaires des transports en commun à l'offre de pratiques sportives le soir et le week-end.
Logique de sélection des clubs	- Mouvement sportif : ne pas décourager ou exclure les jeunes pratiquants n'ayant pas de résultats sportifs suffisants dans une discipline. Prendre en compte les autres motivations : passion, plaisir, jeu, convivialité…Ne pas sacrifier le sport-loisir au sport de compétition. Entraîneurs, éducateurs, animateurs sportifs : respecter les besoins et désirs de chacun à l'adolescence.
Médias	- Diversifier les disciplines sportives représentées dans les médias, y compris en rendant visible les pratiques sportives des personnes en situation de handicap (ex : jeux paralympiques)
Coût de la pratique	- Pourquoi ne pas développer les formules « Sport gratuit contre services » d'utilité sociale ou environnementale rendus à la collectivité (ex : sport gratuit l'après-midi contre chantier patrimoine, gardes d'enfants, animations auprès de personnes âgées, actions de protection de l'environnement… le matin – possibilité aussi d'étaler cette logique d'échange de services tout au long de l'année pour les pratiques sportives régulières en club). Attention toutefois à diversifier l'offre de disciplines sportives (ex : pas de monopole du foot) - Mobiliser davantage les partenariats financiers avec le secteur marchand : mécénat, sponsoring, achat d'équipements… - Développer les achats groupés d'équipements pour diminuer les coûts individuels (clubs) - Mouvement sportif : réfléchir à de nouvelles formes de licences et/ou d'adhésions multisports interfédérales ou interclubs pour réduire le coût de la pratique de plusieurs disciplines ou le changement en cours d'année : certains jeunes se lassent vite de la pratique répétitive d'un seul sport. - Rappel : aide publique aux transports des jeunes pour se rendre sur les lieux de pratique sportive
Installations sportives	- Assouplir les possibilités d'accès aux installations sportives publiques : transports, créneaux horaires, tarifs…

Domaines	Quelques pistes d'actions préconisées par neuf jeunes du CRJ
Transdisciplinarité sportive	- Rappel : développer la « transdisciplinarité » sportive pour répondre aux nouvelles attentes et comportements des jeunes (voir dans le « zapping sportif » une opportunité et non un problème lorsqu'il s'agit du sport-loisir). Idée d'une licence « passerelle», d'un « pass-sports » ouvrant accès pendant l'année à plusieurs activités de son choix.-
Ages	- Vacances : à partir de 14 ans, développer l'offre d'activités sportives de loisirs (ex : été) trop souvent ciblée sur les catégories d'âge inférieures - Mouvement sportif : faciliter le démarrage ou le changement de discipline sportive tout au long de la vie en privilégiant une logique de sport-loisir et de sport pour tous : ne pas décourager les débutants âgés par des exigences trop élevées en termes de performance sportive. Respecter les rythmes, motivations et besoins de chacun à tout âge. - Attention aux dangers de la précocité sportive : ne pas sacrifier les besoins et rythmes biologiques naturels des enfants et adolescents au culte de la performance sportive à tout prix.
EPS	- Varier les disciplines sportives et faire une plus grande place aux nouvelles pratiques (ex : Tchouk-ball) - Donner davantage de sens éducatif aux activités d'EPS (ex : explication des règles du jeu, éducation à la santé…) - Améliorer les conditions d'hygiène (ex : possibilité de prendre une douche après l'EPS) - Augmenter la durée effective des cours d'EPS (2h au programme, en fait plutôt 1h15 en pratique) - Expliciter davantage le régime des dispenses de sport (ex : cas d'une blessure sans certificat médical)-
Sport scolaire	- Diversifier et rendre plus attractives les disciplines proposées (UNSS, UGSEL…)-
Sport et éducation	- Offrir à tous les enfants la possibilité d'expérimenter localement plusieurs disciplines sportives : privilégier une logique multisports. - Pas de surentraînement précoce : la santé et la croissance de l'enfant doivent primer (ex : pas de musculation avant 14 ans) ; la passion sportive ne doit pas couper de la réalité (ex : travail et résultats scolaires) - Former les encadrants sportifs professionnels et bénévoles pour faire prévaloir la dimension éducative et ludique du sport chez les enfants.
Sport et santé	- Dopage : développer les campagnes de prévention prenant en compte tant les comportements individuels que l'environnement humain et sportif le favorisant (ex : logique de résultat exclusive de certains clubs ou entraîneurs) - Désordres alimentaires : ne pas sacrifier la santé à la recherche de la performance sportive (ex : régime pour perdre du poids afin de concourir dans une catégorie inférieure) ou de l'esthétique (ex : danse). La responsabilité des encadrants sportifs ou artistiques est ici très importante, mais aussi celle des médias.

Domaines	Quelques pistes d'actions préconisées par neuf jeunes du CRJ
	- Améliorer la formation des professionnels de santé aux spécificités sportives (ex : les médecins du sport sont trop peu nombreux en Bretagne). - Sensibiliser le mouvement sportif au fait que certains jeunes, intériorisant les exigences collectives de performance sportive, peuvent être amenés à dissimuler des blessures ou problèmes de santé de peur d'être exclus du jeu et de l'équipe, comportement pouvant aller jusqu'au renoncement aux soins. - Prendre en compte les motivations des jeunes qui font du sport pour « être bien dans leur peau » avant toute recherche de performance sportive.-
« Sport » virtuel	- Faire attention aux effets de repli chez soi et sur soi (perte des effets de socialisation du sport réel).-
Pratiques libres	- Prendre en compte les besoins et attentes des jeunes pour qui les contraintes d'une pratique traditionnelle en club ne conviennent pas. Soutenir aussi le développement des pratiques libres non fédérales, qu'elles soient individuelles ou collectives.
Information sportive	- Organiser annuellement, pour et avec les jeunes, des « journées locales du sport » avec : *un temps d'écoute et de réflexion participative sur le sens et les enjeux des activités physiques et sportives (ex : prévention santé, éthique sportive, nouvelles pratiques…), sur les attentes et désirs des jeunes. Y associer avec les clubs locaux, leurs bénévoles, les professionnels, les profs d'EPS volontaires, les parents et familles.... le Comité régional et les 4 Comités départementaux olympiques et sportifs seraient associés à l'organisation de la journée avec leurs partenaires (médecins, kinés, psychologues etc.). *un temps de pratique et d'expérimentation d'activités sportives variées. - Pour toucher tous les élèves, ces journées locales pourraient aussi, sous réserve de volontariat de l'établissement et de l'accord de son équipe éducative, être organisées au sein des lycées et centres d'apprentis en début d'année scolaire, sur le temps scolaire et, dans ce cas, inclure une information et une réflexion sur le projet éducatif spécifique à l'EPS, pour qu'il soit mieux compris par les élèves, en lien avec le projet d'établissement.

Source : CESR Bretagne, rencontre du groupe de pilotage de l'étude avec neuf élu(e)s, dont 4 filles et 5 garçons, membres du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne, le 13 mai 2009 à Rennes – Organisée avec le concours des services du Conseil régional de Bretagne-
Tableau et compte-rendu réalisés par le CESR de Bretagne-

1.2. Préconisations du CESR de Bretagne à la suite de l'enquête menée auprès du CRJ

Considérant la fonction sociale et éducative du sport pour tous les jeunes ainsi que son rôle dans la prévention et la promotion de la santé ; vu le phénomène de décrochage sportif des jeunes à l'adolescence, notamment des filles ; vu les résultats de l'enquête réalisée auprès du conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne (CRJ) ; vu les compétences et politiques du conseil régional de Bretagne en direction des lycéens et apprentis ; vu les précédents travaux réalisés par le CRJ, notamment son initiative de réaliser une campagne « Et toi tu fais quoi pour la planète ? » en 2006-2008 ; le CESR émet les préconisations figurant dans le tableau ci-après (certaines d'entre elles ont déjà été formulées dans les précédentes parties du rapport) :

Préconisations du CESR de Bretagne

1) Mobiliser le CRJ sur la promotion de l'activité physique régulière, dont la pratique sportive, auprès des lycéens et lycéennes de Bretagne

Le CESR de Bretagne suggère au Conseil régional de Bretagne, en lien éventuel avec le Rectorat d'académie (IA-IPR-EPS), le Comité Régional Olympique et Sportif de Bretagne, le Centre Régional Information Jeunesse de Bretagne, l'Observatoire Régional de la Santé en Bretagne et l'Agence régionale de santé, de proposer aux élu(e)s du CRJ, de se saisir des enjeux liés à la promotion de l'activité physique régulière et de la pratique sportive des lycéens et apprentis de Bretagne, afin d'imaginer des actions innovantes favorisant un mode vie physiquement actif et sportif à l'adolescence, notamment chez les filles.

2) Créer un « Karta-sport-santé » ou « Kino Karta »

En complément du « Karta sport-pédagogie » déjà préconisé[944], réfléchir - avec les partenaires mentionnés au 1) et en y associant le CRJ - à la possibilité de créer un « Karta sport-santé » ou « Kino-Karta » visant à promouvoir la santé des jeunes par l'activité physique régulière, dont la pratique sportive, selon les recommandations du rapport du Pr Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement – Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive » décliné au niveau régional en « Kino-Bretagne » [945].

3) Au niveau territorial, susciter un partenariat entre les acteurs de la santé, du sport et la communauté éducative locale pour stimuler, chez les adolescents, l'envie et les possibilités d'un mode de vie physiquement actif

En lien avec les partenaires locaux concernés, en particulier la communauté éducative et les réseaux territoriaux de santé, mobiliser les Animateurs territoriaux de santé ainsi que les chefs d'établissements des lycées et CFA, afin de co-construire et d'expérimenter des actions territorialisées et participatives de promotion d'un mode de vie physiquement actif chez les adolescents, notamment chez les filles, en s'inspirant des recommandations du rapport du Pr Jean-François Toussaint.

[944] Voir deuxième partie du rapport « l'Education et la formation par le sport tout au long de la vie »
[945] Voir première partie du rapport sur la santé par l'activité physique et le sport

2. Filles, adolescentes, femmes : lutter contre les inégalités de genre dans les pratiques sportives à tous les âges de la vie

La question de l'activité physique régulière et des pratiques sportives des filles, des adolescentes et des femmes est transversale à l'ensemble du rapport. De nombreux constats et préconisations à ce sujet ont déjà été développés dans les parties précédentes. Cet état des lieux souligne l'importance d'une attention particulière de l'ensemble des acteurs publics et privés de l'activité physique et du sport en Bretagne d'une part, aux différences existant entre les femmes et les hommes à tous les âges de la vie, d'autre part, à la persistance de fortes inégalités de genre.

Selon l'Union régionale des centres d'information sur les droits des femmes et des familles de Bretagne (URCIDFF)[946], *le genre* est « un concept qui se réfère aux différences sociales acquises entre les femmes et les hommes et qui met en évidence le fait que les rôles masculin et féminin ne sont pas définis par le sexe (caractères physiologiques). Il se traduit par la construction sociale d'identités sexuées, attribuant des valeurs, des responsabilités et des obligations distinctes aux hommes et aux femmes. Les rapports sociaux de sexe évoluent dans le temps et en fonction des différentes cultures[947] ».

Lors de son audition par le CESR de Bretagne, le 30 septembre 2008, Mme Catherine Louveau, Professeure de sociologie à l'Université de Paris X, a présenté les enjeux liés à la sexuation et aux inégalités de genre dans les pratiques sportives[948]. Dans un premier point, nous nous appuierons sur son intervention ainsi que sur ses travaux de recherche pour chercher à mieux comprendre pourquoi l'affirmation physique et sportive des femmes, malgré les progrès réalisés ces dernières décennies, demeure toujours nécessaire.

Dans un second point, nous verrons que, de ces constats et enjeux, quelques préconisations d'action peuvent être suggérées pour favoriser l'activité physique régulière et les pratiques sportives des filles, adolescentes et femmes en Bretagne en luttant contre les inégalités de genre[949]. Enfin, dans un troisième point, nous présenterons quelques exemples d'action visant à promouvoir, en Bretagne, la pratique féminine du sport, en loisirs comme en compétition de haut niveau.

2.1. Sexuation et inégalités de genre dans les pratiques sportives (à partir de l'audition et des travaux de Catherine Louveau)

Lors de son audition, la sociologue Catherine Louveau a montré qu'historiquement, le sport a été construit par et pour les hommes. Aujourd'hui, sa forme instituée, malgré d'importants progrès réalisés, ne semble pas toujours répondre aux aspirations de l'ensemble des femmes, à tous les âges de la vie. La reproduction des stéréotypes sexués

[946] En annexe au présent rapport on trouvera une note de l'URCIDFF Bretagne précisant les définitions de plusieurs notions employées ici (ex : discriminations, diversité, parité, mixité, « plafond de verre », etc.), ainsi que la contribution écrite intégrale de l'URCIDFF Bretagne.

[947] Source : URCIDFF Bretagne, intervention de Mme Annie Guillerme au Rassemblement national de l'Association Française pour un sport sans violence et le fair-play, Rennes, le 23 avril 2009, « Esprit sportif : pour le développement de la culture de la démocratie dans le sport – Place des femmes : constats, enjeux et leviers »

[948] Mme Catherine LOUVEAU est Professeure de sociologie au Laboratoire "Sports, Politique et Transformations Sociales" (SPOTS), UFR Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS), Université Paris X : Sexuation et inégalités de genre dans les pratiques sportives

[949] Sur la question des pratiques sportives féminines, il est possible de consulter les actes (y compris en DVD) du Colloque national organisé par le Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports, « Sport au féminin », à Saint-Brieuc, le 10 novembre 2007, à l'occasion du Mondial de Hand féminin. Il existe également un Pôle ressource national « Sports, famille et pratiques féminines ».

est une réalité. D'où l'importance, dès l'enfance, de les déconstruire pour mieux répondre aux aspirations sportives des filles et des adolescentes.

2.1.1. Historiquement, un sport construit *par* les hommes, *pour* les hommes…

La question de la sexuation des pratiques sportives est à resituer d'une part dans le contexte plus général des inégalités sociales entre les groupes différents (personnes en situation de handicap, d'origine étrangère…), d'autre part avec les autres situations inégalitaires vécues par les femmes dans la société (situation professionnelle, école, famille…).

D'entrée de jeu, il faut dire qu'historiquement le sport a été construit *par* des hommes *pour* des hommes. Jusqu'à une période assez récente, les femmes se sont vu interdire la pratique de certaines disciplines sportives, exclusion qui était explicitement prévue dans certains règlements sportifs[950].

Aujourd'hui, l'égalité de droit est la règle. Pour autant les inégalités de fait demeurent nombreuses entre les femmes et les hommes. Même si des progrès sont constatés ça et là, l'inégale distribution des genres tant dans les pratiques que dans les responsabilités sportives est une réalité qui perdure. La place plus que restreinte faite aux pratiques sportives féminines dans les médias reflète, sauf exception, ce phénomène. Ce phénomène de sexuation est toutefois à relativiser selon les circonstances de temps, de lieu et selon les milieux culturels concernés : l'assignation des sexes et la catégorisation « féminin/masculin » sont des constructions sociales évolutives et complexes, comme l'est d'ailleurs le fait social sportif.

2.1.2. Le sport institué ne semble pas répondre aux aspirations des femmes

De fait, alors que les femmes représentent environ 52 % de la population française, on estime approximativement à 35 % la part des femmes licenciées dans un club sportif. Le sport *institué* reste donc un phénomène à dominante masculine. De même, le sport de haut niveau, l'encadrement sportif, les directions techniques nationales, les présidences de fédération, les journalistes sportifs…sont très majoritairement l'apanage des hommes. Force est de constater que la sexuation perdure. S'agissant des dirigeants sportifs, une récente étude diligentée par le CNOSF souligne les carences de la féminisation du fait d'un double plafond de verre à la fois hiérarchique et culturel.

Si les femmes sont moins présentes dans le sport institué, en revanche, elles pratiquent de plus en plus de sport pendant leurs loisirs, surtout depuis les années 1970 et 1980 et souvent pour des motivations ayant trait à l'hygiène et à l'entretien du corps, au souci des apparences dans une société de l'image. La tertiarisation des métiers et des emplois favorise cette plus grande attention à l'image de soi.

Encore faut-il préciser que « les femmes », cela ne veut pas dire « toutes les femmes », car les inégalités entre celles-ci sont aussi une réalité. Ce qui fait dire à Catherine Louveau que « *la* femme, ça n'existe pas : il ya *des* femmes parce qu'il y a *des* conditions féminines ». Et celles-ci influent sur le rapport au corps et au temps.

S'agissant des pratiques sportives, ces inégalités entre les femmes elles-mêmes sont souvent encore plus accentuées que celles qui existent entre les femmes et les hommes. Par exemple, les écarts statistiques de pratique entre les femmes cadres supérieures et les femmes ouvrières ou issues de l'immigration sont importants. Si le niveau de revenu et de diplôme sont discriminants, il faut aussi prendre en compte un aspect psychologique : de

[950] Exemples : boxe anglaise, saut à la perche (autorisé aux femmes depuis 1987)…

nombreuses filles, jeunes filles, ou femmes s'autocensurent dans leur accès aux APS en pensant, pour certaines disciplines : *« ce n'est pas pour moi ».* Cette autolimitation est particulièrement prégnante chez les jeunes filles issues de milieux populaires. Et cela ne concerne pas seulement les disciplines perçues comme trop « viriles ». Des disciplines considérées comme « féminines » peuvent être fortement cloisonnées sociologiquement. Pour ne prendre qu'un exemple, on peut émettre l'hypothèse que le rapport au corps et le profil des pratiquantes d'un club d'aérobic en milieu urbain diffère sensiblement de celui des adhérentes à une association de gymnastique volontaire en zone rurale…

Le rapport au temps est aussi un facteur de différenciation entre les femmes. Il ne s'agit pas ici seulement du temps objectif dont on dispose, mais aussi du rapport subjectif au temps. Par exemple, leur forte disponibilité horaire a priori n'explique pas que les femmes au foyer sont souvent celles qui s'adonnent le moins aux APS. Est-ce parce que le don de temps et l'attention aux autres limiteraient le temps, objectif comme subjectif, que l'on s'accorde pour s'occuper de soi ? Le degré d'intégration et de socialisation parait modifier le rapport au temps des femmes et cela semble renforcer les inégalités de diplôme, de revenu et d'origine socioprofessionnelle. A noter également que le rapport aux travaux domestiques est un autre facteur d'inégalité[951]. Par exemple, les filles sont beaucoup plus sollicitées pour aider leur mère que les garçons, là aussi à des degrés divers selon la structure familiale.

2.1.3. « Sports de fille », « sports de garçon » : la reproduction de stéréotypes sexués ?

Quelles sont les activités physiques et sportives les plus fréquemment pratiquées par les filles et les femmes ? D'une manière générale, comme cela a déjà été signalé, plus la pratique est instituée, codifiée et compétitive et moins on trouve de femmes. Et ce phénomène commence dès le plus jeune âge. Ainsi, 40% des fédérations sportives olympiques et non olympiques comptent moins de 20 % de femmes. Les sports les moins féminisés sont :

- les sports de combat rapproché (boxe anglaise, lutte…). D'ailleurs des études montrent que plus la distance de garde est grande, plus la pratique martiale se féminise (ex : Aïkido) ;
- les sport collectifs de grand terrain (le foot compte seulement 2% de femmes, soit 50 000 environ) ;
- les sports motorisés ;
- les sports de pleine nature et de glisse associés à la prise de risque (ex : alpinisme).

Le tiercé des disciplines les plus féminisées sont : la gymnastique, l'équitation et la danse.

Si les filles ont parfois du mal à se faire une place dans les disciplines perçues comme masculines, l'inverse est également vrai. Un jeune garçon pourra souffrir socialement de s'adonner à un sport étiqueté comme féminin. Par exemple, un jeune danseur pourra souffrir du regard de son père comme de celui de ses pairs… Il y a donc bien encore des sports qui demeurent assignés à chaque sexe comme il y a des métiers perçus comme réservés à l'un ou l'autre sexe. Les hommes et les femmes d'exception existent bien sûr et sont souvent montrés en exemple, pour autant ils restent des exceptions qui confirment la règle… Ainsi, la réussite sportive d'une Jeannie Longo, aussi éblouissante soit-elle, est à mettre en balance avec les quelques 10% de femmes affiliées à la Fédération française de cyclisme.

Comment expliquer une résistance si longue à la féminisation de la pratique des APS ou pourquoi déconseiller aux femmes de faire du sport ? Historiquement et culturellement, trois

[951] Sur la question de l'égalité, des stéréotypes et des inégalités entre femmes et hommes, voir l'étude du CESR de Bretagne, « Pour l'égalité entre les femmes et les hommes en Bretagne », rapporteure, Anne SAGLIO, 2004.

séries d'arguments reviennent régulièrement : la femme-mère, la femme belle et la femme virile.

- La « femme-mère » : elle est là avant tout pour « muscler le girond », pour faire de beaux enfants avec son corps et non pour s'adonner au sport ;
- la « femme belle » : le sport déformerait la femme « bel objet », lui ôterait une certaine « tenue »… es sports féminins les plus médiatiques sont souvent ceux qui valorisent les canons de beauté attribués aux femmes (ex : gymnastique, patinage artistique…), l'efficacité du geste sportif passant au second plan…
- la « femme virile » : la femme aux épaules trop larges, trop musclée, trop performante représenterait une menace dans l'espace public… chacun à sa place[952]…

Face à cette sexuation des pratiques sportives et aux inégalités persistantes tant entre les sexes qu'au sein d'un même genre, quels sont les leviers d'action existants ?

2.1.4. Dès le plus jeune âge, déconstruire les stéréotypes sexués et mieux répondre aux aspirations sportives à l'adolescence

Les parents et l'école sont deux leviers d'action pour lutter contre ces inégalités de genre. Dès le plus jeune âge en effet, on observe que certaines formes de socialisation favorisent la sexuation, phénomène qui est accentué dans les milieux populaires. Par exemple, alors que l'exploration de l'espace est favorisée chez les garçons, les filles semblent davantage retenues et protégées dans leurs activités physiques. Or, c'est dès la prime enfance que se construit le rapport au monde, à l'espace, aux autres… utant de facteurs qui vont influer sur les pratiques sportives. Dans cette optique, une attention toute particulière doit être portée à la socialisation par le jeu qui est une étape déterminante pour lutter contre la sexuation des pratiques sportives.

Que se passe t-il à l'adolescence ? Si 14 ans est l'âge de la rupture sportive pour une majorité de jeunes, cette déperdition est encore plus prononcée chez les jeunes filles. C'est à l'adolescence que se développent la sexuation et la transformation des corps. Les jeunes deviennent très sensibles à leur apparence, au regard de l'autre, à leur sexualité… Les adolescentes très sportives et pratiquant la compétition sont minoritaires et souvent perçues comme atypiques. L'adolescente calme paraît davantage valorisée, à l'inverse de l'adolescent actif et sportif… Or, selon Catherine Louveau, cette différence de sexuation des corps à l'adolescence entre les filles et les garçons est trop rarement prise en compte par les encadrants sportifs adultes, qu'ils soient professeurs d'EPS ou issus du mouvement sportif. C'est l'un des éléments qui pourraient expliquer la désaffection sportive des adolescents et encore plus celle des adolescentes à partir de 14 ans. La négation de ces différences est une des sources de la reproduction des inégalités entre les femmes et les hommes[953].

2.2. Préconisations pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des filles, adolescentes et femmes

En complément des préconisations déjà avancées dans les parties précédentes du rapport, et en particulier à partir des travaux de Catherine Louveau, le CESR de Bretagne préconise

[952] Des tests de féminité ont été pratiqués sur les athlètes olympiques jusqu'en 2000…

[953] Pour aller plus loin, voir notamment les articles de Catherine Louveau : 1) «Pratiquer une activité physique ou sportive : persistance des inégalités parmi les femmes », Recherches féministes, vol 17, n°1, « Femmes et Sports », pp39-76, Université Laval (Québec), 2004 ; 2) «Sexuation du travail sportif et construction sociale de la féminité ». Cahiers du genre, revue du GERS/IRESCO-CNRS, n°36, mars 2004.2) ; 3) Avec Annick Lavisse, «Hommes/femmes, garçons/filles dans les pratiques sportives, différences et inégalités», dans Margaret Maruani (dir.), Femmes, genre, société, L'Etat des savoirs. Paris, La Découverte, 2005.

de mettre en œuvre les recommandations de l'URCIDFF de Bretagne faites lors du Rassemblement national de l'Association Française pour un sport sans violence et le fair-play (AFSVFP), à Rennes, le 23 avril 2009[954] afin de favoriser l'activité physique régulière et les pratiques sportives des filles, adolescentes et femmes en luttant contre les inégalités de genre. Ces recommandations qui sont autant de leviers à actionner par les acteurs territoriaux publics et privés du sport en Bretagne sont reprises dans l'encadré ci-après.

Aide régionale aux sportives de haut niveau pour la garde des enfants

En Bretagne, depuis 2006, grâce à un partenariat entre le CROS Bretagne, les CDOS, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) et la Délégation Régionale aux des femmes et à l'égalité (DRDFE), a été mise en place une aide à la pratique sportive pour les féminines de haut niveau. Partant du constat que la fonction de parent n'est pas toujours compatible avec la pratique sportive, et que ce constat est d'autant plus vérifié que le niveau sportif est élevé, cette action s'est traduite par la création d'outils d'informations relatifs à la garde d'enfants, la mise en place de procédures administratives simplifiées (convention – chèque CESU) ainsi que par un soutien financier pour une prise en charge partielle de la garde des enfants. Pour l'année 2009-2010, 34 mamans ont bénéficié de l'aide. Chacune a reçu 60 chèques de 15 euros, soit 900 euros d'aide[955].

L'URCIDFF Bretagne insiste fortement sur le rôle de l'éducation pour lutter contre les inégalités de genre en citant la pédagogue, Annick Davisse, ancienne formatrice à l'IUFM de Créteil : « *Tout le problème est que le défi, l'épreuve, l'affrontement physique sont à l'origine de la construction historique de nombreux sports. Ce n'est pas d'une façon générale sur ces éléments que les jeunes filles et les femmes ont construit leur engagement et leur éducation. » (…). « Ainsi au volley, la plupart des adolescentes sont indifférentes au sort final de la balle, beaucoup de garçons du même âge jouent leur fierté à chaque point. Ce n'est pas du côté des moyens d'agir (neuronaux ou hormonaux) que l'on trouvera l'origine de tels écarts, mais bien du côté des raisons d'agir, des mobiles, des motivations et, in fine, du sens que prend pour le sujet cette forme d'engagement physique, et des représentations de soi-même et des autres qui lui sont associées. »*[956].

Recommandations de l'URCIDFF Bretagne pour favoriser la réduction des inégalités envers les femmes dans le domaine sportif – Extrait de l'intervention de Mme Annie Guillerme lors du colloque de l'AFSVFP, le 23 avril 2009, à Rennes

« Quels sont les leviers ?

Pour favoriser la réduction des inégalités envers les femmes dans le domaine sportif et en tirer tout le bénéfice au profit du développement de la culture de la démocratie et du renforcement de la cohésion sociale, les leviers sont nombreux et pluriels mais certains me semblent prioritaires en particulier pour les professionnels du sport.

1/ La formation des encadrants pour déconstruire les stéréotypes sexués et mieux répondre aux aspirations sportives à l'adolescence est essentielle. La résolution du Parlement européen adoptée en juin 2003 souligne : « La pratique sportive des filles et des garçons doit accepter le défi de fabriquer de l'égalité à partir de la différence des corps ; que l'adolescence marquée par la puberté, est une période d'abandon significatif de la pratique sportive chez les filles, en particulier lorsqu'elles sont issues de milieux défavorisés ». Pour Catherine Louveau, cette différence de sexuation et l'absence de sens pour les filles de contenus d'enseignement construits au masculin. sont trop rarement prises en compte par les encadrants sportifs, adultes, qu'ils soient professeurs d' EPS ou issus du mouvement

[954] Source : URCIDFF Bretagne, intervention de Mme Annie Guillerme au Rassemblement national de l'Association Française pour un sport sans violence et le fair-play, Rennes, le 23 avril 2009, « Esprit sportif : pour le développement de la culture de la démocratie dans le sport – Place des femmes : constats, enjeux et leviers » - Le texte intégral de cette intervention figure dans les annexes du rapport.
[955] Source : Dossier de présentation de la soirée « Femmes et sports », 29 mars 2010, Rennes
[956] Annick Davisse : Fille et garçons face au sport : que faire des différences, La santé de l'homme, n°364 mars-avril 2003 (Source : URCIDFF Bretagne, intervention du 23 avril 2009 citée)

sportif. Ce sont des éléments à prendre en compte dans la désaffection sportive des adolescentes. La négation de ces différences est une source de la reproduction des inégalités entre les femmes et les hommes. J'ajouterai qu'il faut que les encadrants sportifs interrogent donc leurs pratiques et soient très attentifs à des clignotants d'alerte sur la baisse ou la non fréquentation des filles dans une structure sportive et culturelle, en particulier quand elle est financée par des ressources publiques qui doivent servir d'une façon égalitaires aux deux sexes.

2/ Le choix des mots et du vocabulaire dans les différents documents d'information et de communication des professionnels du sport constitue une autre priorité. Il faut sortir de la référence masculine dominante ou neutre dans les différents documents d'information et de communication. L'utilisation systématique des mots individus, hommes au sens générique, jeunes, genre humain sans féminisation marquent l'exclusion des femmes. Les statistiques doivent être sexuées et les projets sportifs et éducatifs notamment dans les quartiers CUCS doivent faire apparaître des objectifs chiffrés non pas pour les jeunes en général mais pour les filles et les garçons, étant donné que la mixité est essentielle dans les quartiers sensibles. Un important travail est à faire au niveau des médias et notamment sur le battage médiatique autour des sportives et leur physique que l'on veut maintenant transformer en « top-modèle ». Les professionnels de l'éducation sportive peuvent avoir là un rôle à jouer.
3/ Les différentes expériences menées et les analyses des différents pédagogues soulignent l'importance de la pratique du sport en milieu scolaire pour les adolescentes qui est un cadre positif Il est plus facile pour les filles de pratiquer un sport dans cet environnement, avec des éducateurs connus et bien repérés par leurs familles.

4/ Enfin en raison du poids culturel déterminant dans la persistance de la situation inégalitaire entre les femmes et les hommes dans le sport tous les projets pluriels qui visent à lutter contre les stéréotypes, à favoriser la mixité sportive, la parité dans la prise de responsabilité, l'encouragement des filles et des garçons à pratiquer des sports non traditionnellement féminins ou masculins sont les bienvenus.

En conclusion, pour que l'esprit sportif défini par l'Association Française pour un Sport Sans Violence et pour le Faire Play (AFSVFP), soit en congruence avec le développement de la culture de la démocratie, il faut encourager les professionnels du sport, à tous les niveaux, à chausser dans leurs activités les lunettes du genre[957] pour tendre à créer des situations égalitaires entre les femmes et les hommes avec des objectifs et indicateurs adaptés ».

2.3. Quelques exemples d'action en Bretagne pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des femmes

Déjà en Bretagne, de nombreuses actions sont développées par le mouvement sportif afin de promouvoir, dans les territoires, l'activité physique et les pratiques sportives féminines. Nous n'en citerons que trois exemples : le football-féminin pratiqué par les joueuses du CEFC du Stade briochin ; la gymnastique pour femmes en difficulté sociale initiée par le Comité départemental « EPMM-Sport pour tous » d'Ille-et-Vilaine et deux clubs de randonnée pédestre de l'agglomération rennaise dont les pratiquants sont majoritairement des … pratiquantes.

2.3.1. Exemple du football-féminin au CEFC du Stade Briochin

Lors de sa visite au Centre d'entraînement et de formation du club (CEFC) de football-féminin de Saint-Brieuc, le CESR a pu échanger avec les responsables du Club ainsi qu'avec des joueuses. Cette rencontre a mis en lumière de nombreux défis à relever pour lutter contre certaines inégalités persistantes à l'encontre des filles, adolescentes et femmes sportives.

[957] Voir définition du concept de « genre » ci-dessus, en introduction du 2.

Un enjeu majeur et transversal apparaît à l'issue des auditions : la reconnaissance du football féminin lui-même et la valorisation du statut des joueuses. En effet, même si les effectifs et la reconnaissance sociale et sportive progressent, les préjugés sexistes et les inégalités entre les femmes et les hommes dans le football demeurent tenaces.

Pour favoriser la prise de conscience sur ces inégalités dont l'un des symptômes les plus flagrants est la quasi invisibilité médiatique du football féminin en France, la Fédération française de football a récemment publié un numéro de sa revue Foot Mag dont la une de couverture était : « Les bleues dans les yeux ». Afin de provoquer un choc dans l'opinion, certaines joueuses ont accepté, pour ce magazine, de réaliser quelques photos de nus artistiques.

Et l'opération de communication a semble-t-il réussi puisqu'à la suite de la publication, de nombreuses interviews de joueuses ont été sollicitées par des journalistes de tous horizons. L'une d'elles, joueuse de l'équipe de France, Gaëtane Thirey, a même été invitée au Grand journal de Canal + pour commenter les photos… Et sans visibilité médiatique, pas de droits télé et peu d'arguments financiers pour convaincre d'éventuels sponsors, notamment dans la perspective de l'Euro 2009, du Mondial 2011 et des JO de Londres en 2012. Certaines joueuses auditionnées se sont quand même interrogées sur cette campagne médiatique : « Faut-il en arriver là ? ».

Autre enjeu de regard : pourquoi les joueuses de football devraient-elles se justifier davantage que les joueurs de… jouer au football ? Comme le soulignait avec force et spontanéité une joueuse du Stade briochin interrogée sur ses motivations : *« Je joue au foot parce que je préfère le foot aux autres sports ».*

Une autre inégalité de genre a été dénoncée lors des auditions de Saint-Brieuc : les gratifications (ex : primes de match) ou rémunérations financières des joueuses de football amateur ou professionnel, ainsi que celles de leurs entraîneur(e)s sont très inférieures à celles du football masculin. Il y a réellement une condition sportive très inégalitaire entre les femmes et les hommes dans le football, à tous les niveaux.

Cette condition inégalitaire n'est pas seulement liée à la visibilité médiatique ou au niveau de rémunération des joueuses, mais à la condition féminine elle-même. Il s'agit là sans doute d'une situation globale du sport féminin dont le statut social n'est pas suffisamment valorisé.

Les joueuses rencontrées à Saint-Brieuc, notamment les sportives de haut niveau évoluant en sélection nationale ont souligné combien il était difficile, pour une femme, de concilier sa carrière de footballeuse de haut niveau avec sa vie sentimentale et familiale. Même si des actions sont engagées pour réduire ces inégalités femmes-hommes, comme par exemple les actions soutenues par le CROS Bretagne, il reste que, par comparaison avec des pays comme l'Allemagne où les Etats-Unis d'Amérique, la France est très en retard en ce domaine.

S'agissant de jeunes femmes sportives de haut niveau, les sacrifices sportifs à consentir en cas de maternité sont parfois considérables, cela pouvant même aller, dans certains cas, jusqu'au renoncement à la maternité…voire de la part de certains entraîneurs, à l'incitation au renoncement à la maternité. C'est une question individuelle autant que sociale grave et qui reste semble t-il encore largement taboue…

Il devient urgent de réfléchir à un statut et un environnement social des sportives de haut niveau en France – et en Bretagne - qui leur permettent réellement de vivre plus sereinement leur féminité, de mieux concilier, si elles le désirent, leurs vies personnelle, sentimentale, sociale, familiale, maternelle, sportive et professionnelle.

Malgré cet environnement national peu favorable à l'épanouissement de la féminité sportive, certaines joueuses parviennent quand même à concilier le haut niveau avec leurs vies professionnelle et familiale. C'est le cas par exemple d'une joueuse brillante de la section féminine du Stade Briochin, Eugénie Le SOMMER, inscrite sur la liste nationale des sportives de haut niveau, joueuse en équipe de France tout en étant à la fois pompier professionnel et jeune maman.

Préconisations du CESR

-Aux acteurs régionaux concernés, notamment le Conseil régional à travers ses politiques sportives, formation et égalité : Dans le prolongement de l'action régionale existant pour aider les sportives de haut niveau à garder leurs enfants (encadré ci-dessus), améliorer encore les conditions, y compris financières, permettant aux femmes sportives de haut niveau, amateures comme professionnelles, de concilier leurs vies sportive, personnelle, sociale, maternelle, familiale et professionnelle. Les pouvoirs publics et acteurs du mouvement sportif pourraient utilement s'inspirer, pour ce qui concerne le football féminin, de la situation allemande ou américaine, pays où les joueuses sont bien mieux reconnues et valorisées.

-Image du sport féminin - éducation à l'égalité filles-garçons : Multiplier les interventions de sportives de haut niveau dans les établissements scolaires, dès l'école primaire, afin de lutter contre l'installation de préjugés sexistes entre les garçons et les filles. Développer les pratiques mixtes.

-Image du sport féminin - Médias – TV : Développer une politique volontariste de diffusion de sport féminin aux heures de grande écoute. Faudra-t-il que les pouvoirs publics instaurent, au moins provisoirement, des quotas de diffusion de sport féminin ?

-Mouvement sportif : Poursuivre la lutte contre toutes les formes d'inégalités femmes-hommes dans le sport, y compris sur le plan financier, dans le milieu amateur comme professionnel, pour les joueuses comme pour leurs entraîneur(e)s.

2.3.2. Cours de gymnastique pour femmes en difficulté sociale en Ille-et-Vilaine (EPMM-sport pour tous)

Lors de leur audition par le CESR de Bretagne, le 1er avril 2009, Mme Monique PHILIPPART, Présidente du Comité départemental « EPMM Sports pour tous 35 », Mme Corinne LE LUHERNE, animatrice sportive au CD EPMM 35 et M. Yvan FOUCARD, de la Ligue de l'enseignement d'Ille et Vilaine, ont présenté leur action de gymnastique pour femmes en difficulté sociale à Pipriac et Guichen en Ille-et-Vilaine.

La Fédération Française EPMM-Sport pour tous a pour objectif de promouvoir les bienfaits physiques, psychologiques et sociaux découlant d'activités physiques et sportives accessibles au plus grand nombre, à tous les âges de la vie. A côté des nombreuses activités multisports proposées à la population en générale, elle mène aussi diverses actions auprès de publics ou personnes en difficulté.

Répondant à une sollicitation de la Ligue de l'enseignement souhaitant proposer des cours de gymnastique à des femmes en difficulté sociale suivies par le CCAS de Guichen, territoire rural, le Comité départemental d'Ille et Vilaine de l'EPMM-Sport pour tous à mis en place des cours de gymnastique avec une pédagogie adaptée.

Donnés à Pipriac et à Guichen, avec un projet de développement sur Rennes, ces cours spécifiques de 45 mn ont lieu tous les 15 jours. L'action, primée au niveau national par l'Agence pour l'éducation par le sport dans le cadre de l'appel à projet « Fais nous rêver », est une réussite : progressivement, les femmes concernées, grâce à leur animatrice et à leurs efforts, retrouvent une estime de soi, dont celle de leur corps, et un mieux-être général qui les aident à dépasser certaines de leurs difficultés et à se remobiliser socialement.

Corinne Le Luhern, l'animatrice de l'action a bien voulu livrer son témoignage qui illustre l'engagement et le dévouement quotidiens en Bretagne de milliers d'animateurs et d'éducateurs sportifs -femmes et hommes, bénévoles ou professionnels - qui, aussi sincèrement que discrètement, œuvrent chaque jour, dans les territoires, pour le bien-être de la population et la cohésion sociale… et qui ne sont pas toujours suffisamment reconnus, valorisés et sécurisés à la hauteur de leur contribution au développement humain et social de la Bretagne.

Témoignage de Corinne Le Luhern, animatrice des cours de gymnastique pour femmes en difficulté sociale à Pipriac et Guichen

« Le développement du sport pour les femmes en difficultés sociales, pour moi, c'est lutter contre les inégalités d'accès à la pratique. J'encourage ces femmes dans la pratique du sport car je pense que c'est bon pour leur corps, leur esprit, leur estime de soi, leur confiance et pour sortir d'elle même, pour oser communiquer. C'est un peu ce que m'a apporté le sport quand j'ai commencé.

Je pense que le sport est bon pour leur santé, pour lutter contre l'inactivité qui favorise l'obésité mais aussi par rapport à la consommation d'alcool car quand on est mieux avec soi et avec les autres, on a plus de chance de réussir à arrêter de boire.

Au début, certaines femmes venaient avec des chaussures à talon, en jupe et gardaient leurs manteaux. Petit à petit, après en avoir discuté avec elles, elles ont accepté de prévoir les bonnes tenues. Avant et après les cours, je passe du temps à parler avec elles, leur donner des cours me demande plus d'implication qu'avec les autres publics avec qui je travaille. Mais les résultats de mon action sont importants pour moi. Je les vois s'épanouir, se tenir droites sourire, le corps s'ouvrir à la vie et il y a de plus en plus de communication entre elles, et avec moi.

J'ai même appris qu'une des femmes qui était avec moi s'est inscrite dans un club, par elle même et ça c'est super pour elle. Je me rends compte que ça ne paraît pas grand chose mais moi j'ai vraiment l'impression de leur servir à quelque chose pour leur vie et c'est pour ça que j'ai envie de donner plus de cours aux femmes qui sont dans d'autres CCAS. »[958]

2.3.3. La randonnée par monts et par vaux : en marchant ensemble se fait le chemin de la vie sociale

Bien que ne s'adressant pas exclusivement à un public féminin, les femmes sont largement majoritaire dans les activités de randonnée pédestre proposées par deux associations de l'agglomération rennaise rencontrées pour la présente étude, toutes deux affiliées au Comité départemental d'Ille-et-Vilaine de la Fédération Française de Randonnée pédestre : l'association «Par monts et par vaux » et le Club Oxygène de la Maison de Quartier de Villejean à Rennes.

L'activité de randonnée pédestre permet notamment à de nombreuses femmes, qui parfois vivent seules, de bénéficier des bienfaits physiques, psychologiques et sociaux d'une activité physique ou sportive de pleine nature pratiquée régulièrement, à plusieurs, dans un cadre associatif structuré par son affiliation à une fédération sportive. Où l'on voit que la maxime du CNOSF selon laquelle « le sport, c'est mieux dans un club », trouve ici tout son sens.

[958] Audition CESR de Bretagne, le 1er avril 2009 à Bruz et contribution écrite du CD EPMM-Sport pour tous d'Ille-et-Vilaine

2.3.3.1. L'association rennaise de randonnée pédestre « Par monts et par vaux » : 8 pratiquants sur 10 sont des femmes

L'association rennaise de randonnée pédestre « Par monts et par vaux » est affiliée à la Fédération Française de Randonnée Pédestre (FFRP). Créée en 2003, elle compte une soixantaine d'adhérents environ, dont 78% sont des femmes. Les membres sont majoritairement en activité et, pour la plupart, ils vivent seuls[959].

En pratique, deux randonnées sont proposées chaque mois, le dimanche, et trois week-ends de randonnées sont organisés par saison. Le club propose aussi des soirées d'initiation à la lecture de cartes et des randonnées « Zen » axéessur la recherche de détente et de bien-être. Accessible financièrement, la pratique de la randonnée est autant une activité physique qu'un lieu et un temps de convivialité et de rencontre. Bénéfique pour la santé[960], elle est une activité en symbiose avec le milieu naturel dont la préservation est un souci constant des randonneurs fédérés (ex : système d'alerte par transmission de fiche « Eco-veille »).

Lors de son audition par le CESR de Bretagne, son Président, M.Hervé Le Vot, a souligné que la randonnée est aussi une source d'activités économiques, en particulier commerciales : articles de randonnées, petits commerces ruraux de proximité.

Mais alors que l'activité de randonnée est très largement structurée par les clubs affiliés à la Fédération Française, et surtout par le travail de leurs bénévoles (surveillance et entretien des sentiers, cartographie des itinéraires…), il a rappelé que la très grande majorité des 15 millions de randonneurs ou promeneurs français ne sont pas affiliés à la FFRP (190 000 licenciés). Malgré ses efforts pour attirer de nouveaux publics (ex : Rando-Challenge, Marche Nordique…), la FFRP peine à renouveler ses bénévoles, ceux-là même dont le désintéressement permet à la majorité de la population de pratiquer la randonnée de manière libre et informelle.

2.3.3.2. Le Club Oxygène de la Maison de Quartier de Villejean à Rennes : un club de randonnée pédestre autant qu'un lieu de convivialité

Le Club Oxygène est une activité proposée par la Maison de Quartier de Villejean à Rennes, elle-même affiliée au Comité départemental 35 de la FFRP. Le profil des pratiquants, une centaine de licenciés, et l'offre d'activités sont assez similaires à ceux de l'association « Par monts et par vaux ». Comme cette dernière, elle est autant un lieu de convivialité et de rencontre qu'un club d'activité physique.

Engagé dans la protection de l'environnement, en contribuant au dispositif d'alerte « Eco-veille » notamment, le Club Oxygène observe de nombreux conflits d'usage des sentiers de randonnée, ceux-ci étant souvent détériorés par des propriétaires d'engins motorisés peu respectueux des milieux naturels (ex : quads, engins agricoles ou forestiers…).

Comme le Président de l'association « Par monts et par vaux », Mme Yvette Loncle[961], membre du Club oxygène ainsi que du Comité départemental 35 de la FFRP, constate que le club, même s'il compte en son sein quelques étudiants, rencontre une difficulté croissante à attirer les jeunes vers la pratique associative de la randonnée et à renouveler le bénévolat… pourtant indispensable à la randonnée, que les pratiquants soient licenciés ou non.

[959] célibataires, veufs, divorcés
[960] Hervé Le Vot parle même de la randonnée comme d'une « éducation à la santé ».
[961] Audition du 1er avril 2009 à Bruz

3. L'accès à l'activité physique régulière et aux pratiques sportives des personnes en situation de handicap : un enjeu pour le développement humain, social et sportif de la Bretagne

« Une personne en situation de handicap qui pratique une activité sportive se porte mieux, s'intègre beaucoup mieux dans la vie de tous les jours. »

Denis Lemeunier, Président du Comité régional handisport de Bretagne

L'accès des personnes en situation de handicap aux bienfaits d'une activité physique régulière et adaptée ainsi qu'aux pratiques sportives de leur choix -compétitives ou non – représente un enjeu pour le développement humain, social et sportif de la Bretagne. Et ce, quel que soit la nature du ou des handicap(s) : physique, sensoriel, mental ou psychique.

La loi 2005-102 du 11 février 2005 relative à l'égalité des droits et des chances, de la participation et la citoyenneté des personnes handicapées donne une définition du handicap : «Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant[962]. »

Elle affirme leur citoyenneté et leur garantit l'accès aux droits de tous : « Toute personne handicapée a droit à la solidarité de l'ensemble de la collectivité nationale, qui lui garantit, en vertu de cette obligation, l'accès aux droits fondamentaux reconnus à tous les citoyens ainsi que le plein exercice de sa citoyenneté [963]».

Pour la présente étude, le CESR de Bretagne a rencontré de nombreux acteurs qui ont mis en évidence, d'une part, les bienfaits des activités physiques et sportives pour les personnes en situation de handicap, d'autre part, la nécessité d'agir pour favoriser l'accès de tous aux pratiques sportives de leur choix ainsi que le goût et les possibilités d'un mode de vie le plus physiquement actif possible.

Parce que le handicap ne doit pas être dissocié de l'ensemble des enjeux sociétaux de l'activité physique et du sport en Bretagne, nous avons déjà présenté, dans les parties précédentes du rapport relatives à la santé, à l'éducation par le sport et à la vie sociale territoriale, des réflexions, témoignages, actions et préconisations le concernant[964].

Comme ailleurs dans le rapport, les développements qui suivent s'appuient directement sur les travaux, réflexions, témoignages et suggestions des acteurs rencontrés. La pratique sportive quotidienne - comme celle de haut niveau – ne rencontrant le plus souvent qu'un faible écho médiatique, il nous a semblé important de revenir à la parole des personnes rencontrées.

A travers la parole des acteurs, la dimension humaine et sociale parfois extraordinaire qui transparait montre ce que le sport, pratiqué dans un esprit sportif, humaniste et éducatif, qu'il soit compétitif ou non, peut offrir de meilleur à la société et à ses membres, quelles

[962] Article L 114 du Code de l'action sociale et des familles (CASF)
[963] Article L 114-1 du CASF
[964] Voir notamment dans les parties précédentes : le Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation de Kerpape et son équipe de foot-fauteuil « Les Merlus de Kerpape » ; le témoignage de Mme Hadda Guerchouche, éducatrice sportive et championne paralympique et de M. Hubert Vautier, éducateur sportif en handibasket, formateur et membre de handicap international.

que soient leurs capacités. Comme l'a souligné Jean-Luc Blaise, Docteur en anthropologie, lors de son audition, avant d'être des personnes en situation de handicap, celles-ci sont avant tout des « personnes autrement capables ».

C'est par ce regard anthropologique sur le sport et le handicap du Dr Jean-Luc Blaise, également Directeur du Pôle Recherche et Développement de l'Institut de formation en pédicurie, ergothérapie et kinésithérapie de Rennes (IFPEK), que nous commencerons notre sujet (3.1).

Nous présenterons ensuite deux témoignages de « sportifs autrement capables » dont la force, l'exemplarité et l'humanité ont profondément marqué les membres du CESR ayant assisté aux auditions, celui de M. Gilles Le Druillennec, Moniteur de voile breveté d'Etat et de M. Hubert Vautier, éducateur sportif de Handibasket à Rennes (3.2).

Est ensuite présentée l'équipe de foot-fauteuil électrique des Merlus de Kerpape (3.3).

Nous poursuivrons par un état des lieux et des enjeux soulignés par les responsables régionaux du Handisport (3.3) et du Sport adapté (3.4), ainsi que par leurs suggestions d'actions pour favoriser la pratique sportive des personnes en situation de handicap, étant précisé que le Conseil régional de Bretagne, comme d'autres collectivités, soutient déjà financièrement ces deux fédérations dans le cadre de sa politique sportive.
Enfin, afin d'illustrer l'action d'une collectivité territoriale, nous présenterons, à titre d'exemple, les travaux et la démarche initiés par le Conseil général des Côtes d'Armor, riche d'enseignement en ce domaine de par ses responsabilités dans les politiques publiques en direction des personnes en situation de handicap.

Autres exemples sur le sport et le handicap figurant dans les précédentes parties du rapport

Pour d'autres exemples sur le sport et le handicap, le lecteur pourra se reporter aux précédentes parties du rapport : Hadda Guerchouche, championne paralympique de natation et éducatrice sportive, APPARTH Rennes 35 ; le sport-rééducation et réadaptation pratiqué au Centre mutualiste de Kerpape (56); l'association «Sport en tête » et son action « Voile en tête »[965] ; l'équitation adaptée au Centre médical Rey-Leroux (35) ; « Un club, un autiste » du REC Rugby…

3.1. Un regard anthropologique sur le sport et le handicap (sur la base de l'intervention de M. Jean-Luc Blaise)

L'audition et la contribution écrite de M. Jean-Luc Blaise, Docteur en anthropologie, Directeur du Pôle Recherche & Développement de l'Institut de Formation en Pédicurie, Ergothérapie et Kinésithérapie de Rennes, membre du groupe de recherche international francophone sur les classifications des handicaps (GIFFOCH), ont mis en évidence le lien étymologique de la notion de « handicap » avec le monde sportif ; l'enjeu de considérer les sportifs en situation de handicap comme des sportifs *à part entière* et non comme des sportifs *à part* ; un rapport au sport parfois « ordalique » et surtout, le fait que le sport est un puissant facteur de reconnaissance et d'intégration pour les « personnes autrement capables ».

Le texte qui suit est une synthèse du CESR réalisée à partir de l'audition et de la communication écrite de M. Jean-Luc Blaise

[965] Voir la partie sur la santé

3.1.1. « Handicap », un lien étymologique avec le monde sportif

A l'origine, un jeu Irlandais du XVIIIème siècle, dont les joueurs misaient « la main dans un chapeau », en anglais, « Hand in the cap ». La notion de « handicap » s'applique ensuite dans le sport hippique anglais. A partir d'une comparaison entre les chevaux en lice, il s'agit, avant le départ, de procéder à une égalisation des chances entre concurrents afin de préserver l'intérêt de la course. On impose alors aux chevaux ayant a priori le plus de chance de gagner, un désavantage ou «handicap », par exemple en lestant davantage leur selle. A l'inverse, on peut donner un avantage aux chevaux les moins compétitifs, en délestant leur selle d'un certain poids. C'est le rôle du « commissaire handicapeur ». On retrouve plus tard cette expression dans d'autres sports, tel que le golf par exemple.

Par extension, plus tard, le terme anglais désigne les personnes défavorisées sur les plans physique ou mental. Son usage se répand et se substitue aux notions négatives "d'infirme", "d'invalide", « d'inadapté », de « débile », d' « arriéré », d « incapable »…

Le regard social porté sur l'altérité des personnes handicapées est un fait culturel. En cela, il évolue selon les époques, les lieux, les sociétés et les civilisations humaines. Il déteint naturellement sur la représentation, la place, la valeur et le sens donnés à leurs pratiques sportives.

3.1.2. Les sportifs handicapés : des sportifs « à part » ou des sportifs « à part entière » ?

Les personnes en situation sont-elles d'abord des « handicapés sportifs » ou des « sportifs handicapés » ? Jean-Luc Blaise souligne que les sujets en situation de handicap sont d'abord des sportifs à part entière et non des sportifs à part.

3.1.2.1. Le sport pour personnes handicapées : une idée et une structuration récentes, tant au plan international que national

L'idée d'une pratique sportive accessible aux personnes handicapées est très récente. Il faut attendre la fin de la Seconde Guerre Mondiale pour qu'un neurochirurgien anglais prescrive de l'activité physique à des fins de rééducation et de distraction à d'anciens aviateurs blessés de la Royal Air Force.

En 1960, lors des Jeux Olympiques de Rome, ont lieu les premiers Jeux Paralympiques : 300 athlètes, issus de 10 pays s'affrontent dans 8 disciplines sportives. Par comparaison, en 2004, à Athènes, on dénombrait 4000 athlètes handicapés, originaires de 145 pays, concourant dans 19 disciplines.

En France, historiquement, la plus ancienne organisation omnisports de personnes handicapées est la Fédération Sportive des Sourds de France, fondée en 1918. Mais c'est surtout, à partir des années 1950, que le mouvement sportif des personnes handicapées se structure et se développe en France. En 1954 est ainsi créée la Fédération Sportive des Handicapés Physiques de France. Devenue Fédération des Handicapés Physiques de France en 1963, elle adhère au Comité National Olympique et Sportif. En 1977, fusionnant avec une fédération concurrente[966], elle se transforme en Fédération Française Handisport (FFH)[967]. Celle-ci compte aujourd'hui quelques 35 000 pratiquants, dans une quarantaine de disciplines sportives, en loisir ou en compétition. Elle fédère 521 clubs et organise, chaque année, près de 30 championnats de France.

[966] La Fédération Française Omnisport des Handicapés Physiques (FFOHP)
[967] voir ci-après la présentation du handisport en Bretagne

La FFH n'est pas la seule fédération dédiée à la pratique sportive des personnes handicapées. Parallèlement, pour le handicap mental ou psychique, existe, depuis 1971, la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA)[968].

3.1.2.2. Les risques d'une spécialisation sportive trop cloisonnée

A l'offre sportive organisée par ces deux fédérations spécialisées, il faut ajouter les pratiques sportives des personnes handicapées en milieu sportif ordinaire avec les « valides », lorsqu'elles sont accueillies au sein de clubs affiliés aux multiples fédérations sportives françaises. Ainsi, pour ne prendre que deux exemples, de nombreux judokas ou kayakistes handicapés s'entraînent avec les valides.

Le développement de ces « pratiques mixtes » qui, peu à peu, se banalisent, dans l'esprit même de la Loi 2005-102 sur « l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées », ébranle les fondements mêmes de la FFH et de la FFSA : la spécialisation par principe de l'offre sportive aux personnes handicapées n'induit-elle pas, même indirectement, une forme de stigmatisation et de séparation vis-à-vis du reste de la population ? En d'autres termes, la discrimination, fût-elle positive, ne risque-t-elle pas, à terme, par un effet de cloisonnement tant social que symbolique, de nuire à l'intégration même des personnes handicapées ?

En prolongeant ce questionnement, on pourrait même se demander si l'organisation séparée des Jeux Paralympiques ne contribue pas, au niveau international, à faire des personnes handicapées des sportifs « à part », donc des êtres « à part », plutôt que des sportifs et des êtres « à part entière » ?

3.1.3. Le sport chez les personnes handicapées : une « ordalie » moderne ?

Si les sportifs handicapés passent par les mêmes étapes que les valides, connaissent les mêmes émotions dans la réussite ou dans l'échec, profitent des mêmes bienfaits pour leur santé, leur bien-être, leur vie sociale… il ne faut pas pour autant nier certaines déficiences ou situations de handicap qui peuvent amplifier les effets, tant positifs que négatifs, de la pratique sportive, voire lui donner une autre signification anthropologique.

3.1.3.1. Des bienfaits physiologiques de la pratique sportive au risque de « surhandicap »

A) Amélioration de la santé et gains d'autonomie

Selon Jean-Luc Blaise, *« la pratique d'activités physiques est encore plus importante et utile pour une personne handicapée que pour une personne valide. À l'évidence, elles constituent une technique fonctionnelle et globale de rééducation et de réadaptation. Faire du sport, c'est développer sa force musculaire et des compensations pour améliorer son autonomie. Les activités physiques et sportives permettent de tirer le meilleur parti des possibilités motrices restantes. Les athlètes ayant un handicap passent par les mêmes stades que les athlètes non handicapés, même si les âges et le rythme de progression peuvent varier ».*

[968] L'audition de Jean-Luc Blaise porte principalement sur le sport des personnes handicapées physiques. Le sport adapté en Bretagne est abordé dans les points suivants.

B) Des contraintes spécifiques à ne pas nier pour réduire le risque de « surhandicap »

Si les sportifs en situation de handicap sont des sportifs comme les autres, ils présentent toutefois des contraintes particulières du fait de leur déficience, tant sur le plan physiologique que mécanique. L'organisation de la carrière du sportif de haut niveau en subit aussi les conséquences.

Ces contraintes liées à la situation de handicap, très variables d'une personne et d'un handicap à l'autre, ne doivent pas être négligées afin de limiter le risque de survenance d'un surhandicap par blessure, synonyme de perte d'autonomie.

3.1.3.2. Le sport est-il un rite de passage, une « ordalie » moderne, qui peut redonner goût et sens à la vie du pratiquant handicapé ?

A) L'exploit sportif : risquer, se risquer, pour vivre plus intensément et affirmer son être à soi, aux autres, au monde

La quête de l'exploit sportif, y compris jusqu'à côtoyer la mort, peut-être interprétée comme un défi aux limites à priori posées par une déficience devenue handicap. La prise de risque dans le sport pourrait signifier la volonté de dépasser le handicap à ses propres yeux comme dans ceux des autres. Elle est autant un moyen « d'être comme les autres » qu'une recherche d'intensité et de sens à la vie, à sa vie.

Jean-Luc Blaise développe cette idée :

« (…) À défaut de limites culturelles que la société ne lui donne plus, l'individu recherche des limites physiques. La perte des limites de sens provoque la quête de limite de fait (…). Dans la frontalité de sa relation au monde, la mise en jeu de toutes ses ressources physiques, l'acteur recherche les repères dont il a besoin pour étayer son identité personnelle.

Cette nécessité apparaît aussi pour certaines personnes handicapées qui recherchent dans l'exploit physique, dans la performance sportive ou dans la prise de risque extrême, l'occasion de marquer leur transformation. Il s'agit d'activités physiques et sportives qui misent sur un engagement intense et provisoire. C'est l'un des moyens pour " se refaire une place". Comme si, pour s'assurer de son existence, on poussait la résistance jusqu'au bout. Pour sentir la vie battre en soi, l'excès s'impose. Place à la "défonce" physique, à l'affrontement avec l'environnement.
Ainsi, des personnes handicapées parcourent le monde sur leur fauteuil, participent à toutes les compétitions, à tous les défis, pour démontrer qu'ils peuvent eux aussi, le faire. Qu'ils sont des hommes comme les autres et que le handicap ou leur maladie ne sont qu'un élément de leur personnalité, non son essence. Au terme de l'épreuve, l'acteur trouve ce supplément de sens qui dote son existence, d'une unité et d'une plénitude.

De cette façon, sous nos yeux, émergent de nouveaux rites de passage. Le rite est ici, d'ailleurs, moins la scansion[969] marquant le passage d'un statut social à un autre, que l'accès possible à une signification enfin touchée. »

[969] Scansion : action de scander

B) La prise extrême de risque du sportif handicapé, un rituel ordalique ?

Au Moyen-âge l'ordalie était un rituel juridictionnel sous forme d'épreuve physique extrême provoquée afin de révéler la volonté et le jugement divin. Celui qui, bénéficiant de la bienveillance divine, survivait à l'épreuve, bénéficiait de la clémence des juges. L'ordalie peut-être considérée, d'un point de vue anthropologique, comme un rite de passage, un retour à la vie après avoir frôlé la mort.

Le rapport au risque d'une société, d'un groupe ou d'un individu prend de multiples visages et significations. Pour certains sportifs handicapés à la recherche d'exploits dans des conditions extrêmes, un rapprochement peut-être fait avec le rituel ordalique sous une forme sécularisée. Il s'agit de se lancer un défi extraordinaire à la frontière de la mort pour mieux être en vie. Jean-Luc Blaise précise cette hypothèse :

« La surenchère physique vise à une démarcation d'un jugement social dépréciatif. Il faut retirer l'étiquette, estomper le label, transmuter le stigmate, restaurer l'image. L'assignation diffuse à la mauvaise part, contraint nombre de stigmatisés à faire la preuve de leur excellence sur la scène du symbolique. La reconstruction identitaire passe parfois par l'exploit ! (…)

Détour symbolique pour s'assurer de la valeur de son existence, ces challenges risqués sont des rites intimes de fabrication du sens. "Cette course, je l'ai entreprise pour moi-même, afin de me prouver quelque chose" dit l'un d'eux. L'efficacité symbolique se joue, ici, des pièges de l'utile et du possible. Ces hommes, conquérants de l'inutile, indispensable pour eux, "se défoncent" et "s'éclatent" dans une recherche permanente d'élévation, de vertige, d'intensité d'être. Par la perception des sens, ils vibrent, en quête de sens. Par la confrontation des éléments, ils se frottent à la limite perçue comme une nécessité. Par la prise de risques, parfois inconsidérés, ils s'abandonnent au jugement de Dieu et rappellent ainsi l'ordalie.
Evidemment, l'ordalie d'aujourd'hui délaisse le rite social pour des incitations plus individuelles, plus inconscientes parfois. Rite de passage incontestablement, l'ordalie moderne devient rite d'apaisement, rite du destin où l'individu cherche une réponse à la crise qu'il traverse, qu'il a pressentie ou qu'il fuit. En recherche de limite, il choisit l'ordalie. Ces actions, rituels ordaliques, ont valeur de rites individuels de passage pour ceux qui choisissent la brutalité du défi plutôt que la métaphore des rites de passages traditionnels. »

3.1.4. Le sport, un facteur puissant de reconnaissance et d'intégration pour *« les personnes autrement capables »*

De nombreux témoignages de sportifs en situation de handicap soulignent les multiples apports du sport en tant que facteur d'intégration sociale et professionnelle.

Pratiquer un sport, et encore plus un sport de haut niveau, c'est transcender le handicap, « être comme les autres », c'est révéler ses qualités et capacités aux yeux des autres comme à ses propres yeux. La confiance en soi et la reconnaissance des autres conquises, l'intégration sociale et professionnelle est facilitée. De nombreuses qualités, aptitudes ou compétences renforcées ou révélées par la pratique sportive ont un caractère transférable : la résilience, la volonté, la persévérance, la capacité à gérer ses réussites personnelles comme ses échecs, à maîtriser son stress, à tisser des relations sociales au sein d'un club ou lors de compétitions, à repousser ses limites en recherchant la performance, à s'engager entièrement, à apprendre…

Le sport, puissant facteur d'intégration sociale, favorise la convivance[970] entre les personnes valides et… les « personnes autrement capables »[971].

Dans sa contribution écrite, M. Jean-Luc Blaise, cite plusieurs exemples et témoignages de sportifs « autrement capables » pour qui l'exploit, le dépassement et la recherche de performance constituent une forme de rite de passage, de fabrication de sens individuel et collectif : *Oscar Pistorius, Nadine Lebastard, Thu Kamkasomphou, Hadda Guerchouche, Patrick Segal, Gaby Larondelle, Michel Point, Damien Séguin, Jean-François Deniau* et même*, Loupig ar Zamm,* le marcheur obstiné de Per-Jakez Helias[972].

3.2. Témoignages de deux éducateurs sportifs : Gilles Le Druillennec et Hubert Vautier

Lors de son audition, Gilles Le Druillennec, Moniteur de voile breveté d'Etat, a présenté son histoire personnelle en même temps que son parcours du combattant pour se voir reconnaître ses qualités humaines, sportives et professionnelles et accéder, à force de ténacité « bretonne », à la pratique et à l'enseignement de la voile en milieu sportif ordinaire.

Quant à Hubert Vautier, éducateur sportif en handibasket, dont certaines réflexions et suggestions ont déjà été mentionnées dans les précédentes parties du rapport, nous reviendrons sur ses constats et préconisations pour favoriser l'accès à la pratique sportive des personnes en situation de handicap.

De ces deux témoignages, comme de celui de Hadda Guerchouche ou de l'équipe des Merlus de Kerpape, il ressort clairement, d'une part, que l'accès des personnes en situation de handicap, dans des conditions de droit commun, aux bienfaits d'une pratique sportive de leur choix, est un enjeu sociétal essentiel, d'autre part, que la mise en œuvre pratique de cet accès aux activités physiques et sportives ne va pas de soi : il reste, la plupart du temps, comme la situation de handicap, un combat quotidien contre certaines inégalités et discriminations de fait.

3.2.1. Gilles Le Druillennec, Moniteur de voile breveté d'Etat : « Moi, j'y croyais…et je suis breton ! »

- *« En bateau, sur l'eau, je suis à l'aise »*

A la suite de complications survenues à la naissance, Gilles Le Druillennec est devenu infirme moteur cérébral (IMC). Enfant, après une rééducation intensive, l'usage d'une machine à écrire lui permet de réintégrer l'école ordinaire de Paimpol. Attiré par la mer et malgré les réticences de ces parents, il s'inscrit en école de voile. Sur l'eau, le bien-être qu'il ressent lui fait oublier son handicap. Il rêve de devenir, un jour, moniteur de voile : *« Moi, j'y croyais…et je suis breton ».*

- Le Brevet d'Etat de Moniteur de voile

Tout en se perfectionnant pendant ses congés, Gilles Le Druillennec, passe son BAFA et son BAFD. Il prend la direction d'un centre de voile, accueille des classes de mer… Mais, pour vivre de sa passion, il lui faut, en plus de son Brevet Fédéral, franchir le cap du Brevet d'Etat. Commence alors un véritable parcours du combattant. A côté de la difficulté des épreuves sportives se dressent de sérieux obstacles administratifs. L'Etat refuse de lui

[970] le fait de bien vivre avec les autres
[971] d'après Jean-Luc Blaise, notion utilisée à l'Ile Maurice pour parler des « personnes handicapées ».
[972] PJ Hélias, « Les autres les miens »

délivrer un duplicata de ses justificatifs fédéraux : il écrit au Président de la République et obtient que lui soient rendus ses diplômes. On lui refuse alors de se présenter aux épreuves du Brevet d'Etat en candidat ordinaire. En 1998, après avoir obtenu, non sans difficulté là encore, un certificat médical d'aptitude, il décroche son Brevet d'Etat en se présentant en candidat libre. Il est alors la première personne handicapée en France à réussir son BE de moniteur de voile et peut, dès lors, enseigner en professionnel en touchant un salaire.

Il crée son association « Barrez la différence –ouverture sur le handicap » dont le but est de mettre en place des moyens et des lieux de rencontre pour permettre l'expression des revendications favorisant l'intégration, l'autonomie et l'accès à la vie publique et sociale des personnes physiquement, mentalement, culturellement ou socialement différentes, en situation de discrimination.

- Moniteur de voile et chauffeur de car scolaire

Marié et père de trois enfants, il réussit, à force de persévérance, de pugnacité et d'habileté à passer son permis de chauffeur de car. Un entrepreneur de transport scolaire lui fait confiance. Il décroche l'emploi recherché et parvient ainsi à compléter ses revenus saisonniers de Moniteur de voile. Il crée aussi un service de navette de nuit pour raccompagner chez eux les jeunes trop alcoolisés à la sortie des discothèques.

- Des soutiens qui ont su lui redonner de la force

Interrogé sur ses éventuels moments de découragement, il remercie l'AGEFIPH qui « a toujours soutenu son projet », mais aussi toutes les personnes qui l'ont aidé lorsqu'il se trouvait au creux de la vague : *« Dès que je baisse les bras, j'ai toujours quelqu'un qui me redonne de la force ».* Ce soutien social est important car son combat pour être reconnu à égalité semble sans cesse à recommencer.

- Un nouveau projet : le tour du monde à la voile !

Gilles Le Druillennec se prépare à réaliser un nouveau rêve : faire le tour du monde à la voile. *« Si je fais ça, j'aurai gagné mon combat. Je serai reconnu comme marin ».*

3.2.2. Témoignage d'Hubert Vautier, éducateur sportif de handibasket : l'importance d'un encadrement humain formé, d'installations et de matériels accessibles

Une partie du témoignage d'Hubert Vautier, éducateur sportif de handibasket à Rennes, a déjà été présentée dans la partie du rapport consacrée à la santé. Nous reprenons ici le fil de son audition au cours de laquelle, fort de son expérience personnelle et professionnelle, il a particulièrement insisté sur l'importance, pour favoriser l'accès des personnes en situation de handicap aux pratiques sportives, d'un encadrement humain de qualité donc formé, d'installations et de matériels accessibles, aussi bien physiquement que financièrement.

Ainsi, selon lui, pour que la pratique sportive puisse produire ses bienfaits, l'enjeu d'un encadrement humain de qualité est primordial, d'où l'importance des interventions de professionnels du sport formés à cet effet.

Dans cette optique, les pratiques mixtes en milieu ordinaire peuvent être la meilleure comme la pire des choses pour une personne en situation de handicap. Par exemple, l'accueil d'un enfant handicapé en milieu scolaire ordinaire, moment de révélation sociale du handicap, nécessite une sérieuse formation et une réelle motivation de son encadrement humain, y compris des autres enfants et de leurs parents. A défaut, les risques de marginalisation, en particulier au niveau du collège, sont importants. Cette intégration en

milieux scolaire ou sportif ordinaires suppose aussi à la base une préparation et une motivation de la personne en situation de handicap elle-même.

La pratique sportive en milieu ordinaire nécessite de faire du cas par cas, chaque personne, chaque situation de handicap et chaque environnement étant particuliers. Ainsi, il faut prendre en compte les différents lieux du sport : milieu scolaire, secteurs associatif ou privé à but lucratif, monde professionnel…

Un autre frein est à mentionner : le coût du matériel nécessaire pour rendre possible la pratique sportive, en particulier dans les établissements scolaires. De nombreuses installations, salles, gymnases, locaux, anciennement construits, souffrent également d'un manque d'accessibilité. Par exemple, si l'on prend les clubs associatifs organisant des activités sportives de loisirs, d'importants efforts restent à faire pour améliorer les conditions d'accueil des personnes handicapées.

Pour favoriser l'accès au sport des personnes en situation de handicap, notamment des enfants et adolescents, Hubert Vautier a notamment préconisé, en milieu scolaire, de former les encadrants à l'accueil des enfants en situation de handicap, en particulier les auxiliaires de vie scolaire ; de même que dans le mouvement sportif en général.

3.3. L'équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape »

Le CESR s'est rendu au Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape à Ploemeur (56) le 27 février 2009 pour auditionner les acteurs du sport-loisirs et du sport-rééducation. La présentation générale de ces derniers a déjà été faite dans la première partie du rapport relative à la santé. Parce que l'équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape » a une dimension avant tout sportive, qui plus est de haut niveau, nous la présentons dans ce chapitre consacré à l'accès de tous au sport.

- *Qu'est-ce que le foot-fauteuil électrique ?*

Le foot fauteuil électrique -« Powerchair-football » en anglais- est le seul sport collectif mixte, accessible à des joueurs lourdement handicapés qui utilisent un fauteuil électrique dans leur vie courante.

En pratique, le foot-fauteuil électrique s'inspire des principes et des règles du football en les adaptant pour les rendre accessibles et attrayantes. La Fédération française Handisport dont relèvent les licenciés et les championnats de foot-fauteuil, décrit les règles de base de sa pratique : *« Deux équipes de quatre joueurs, un gardien et trois joueurs de champ, s'affrontent dans un gymnase sur un terrain de basket, un arbitre et deux assistants à la touche étant chargés d'arbitrer la rencontre. L'objectif ? Comme au football, il est simple : marquer plus de buts que ses adversaires en propulsant le ballon dans les buts. Comment ? Munis d'un pare choc adapté à leur fauteuil et à la pratique, les joueurs dirigent, frappent et font vivre le ballon avec leurs coéquipiers… Le règlement ? Clair ! Si vous retrouvez quelques lois spécifiques, vous retrouvez également les grands classiques du ballon rond :*

coups francs, corners, touches ou encore pénaltys, il ne manque que le hors-jeu ! Les férus de foot s'y retrouveront donc facilement[973]… ».

Il permet aux pratiquants de « vivre, comme leurs idoles [du football professionnel[974]], leur passion, de connaître le plaisir du sport-loisir, le bonheur des victoires, l'adrénaline et la pression de la compétition, et surtout de partager les valeurs ancestrales du sport : le partage, l'amitié et la convivialité[975]. »

Né dans les années 1980 comme pratique de loisirs, il devient une discipline sportive compétitive à part entière et en pleine expansion à partir des années 1990. Depuis 2002, une coupe de France de foot-fauteuil est organisée chaque année. Pratiquée dans l'hexagone, mais aussi dans de nombreux pays étrangers (ex : Etats-Unis d'Amérique, Canada, Japon, Turquie…), ce sport est aujourd'hui fédéré au niveau international au sein de la Fédération Internationale de Powerchair Football Association[976] (FIFPA). Une première coupe du monde a même été organisée à Tokyo en 2007.

Lors de leur visite au Centre de Kerpape, les membres de la commission « Qualité de vie » du CESR de Bretagne, ont pu assister à une démonstration impressionnante de ce sport à part entière par le capitaine des Merlus de Kerpape, M. Vincent Le Quellenec, champion de France.

- *L'équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape »*

Le foot-fauteuil est très dynamique dans le département du Morbihan puisqu'il est, en nombre de licenciés (33), la discipline Handisport la plus pratiquée, notamment en compétition[977].

Au Centre de Kerpape[978], 15 joueurs répartis dans deux équipes pratiquent ce sport, une en première division, l'autre en seconde division. Dénommée « Les Merlus de Kerpape », par référence à l'équipe de football professionnel de Lorient avec qui des liens étroits ont été tissés, l'équipe a remporté à trois reprises la Coupe de France de foot-fauteuil (2006, 2007, 2008) et s'est même classée 3 ème en Coupe d'Europe (2008).

Lors de son audition, Nadine QUINIO, entraîneur bénévole des Merlus de Kerpape, a présenté le foot-fauteuil électrique comme une « école de la vie ». En plus du plaisir du jeu et de la passion sportive, la pratique contribue à développer de nombreuses capacités physiques, psychologiques et sociales qui favorisent l'autonomie personnelle, la confiance en soi et même la « combativité » pour faire face aux aléas de la vie quotidienne. Elle précise : « A travers ce sport, les joueurs peuvent se réaliser ; ils deviennent acteurs en montrant que eux-aussi peuvent faire ». Les rencontres sportives facilitent l'ouverture sur l'extérieur et la projection dans l'avenir. La pratique a de surcroît de nombreux effets

[973] http://www.foot-fauteuil.com/v2/?page=foot_c_quoi, consulté le 30 juin 2009
[974] NDLR
[975] http://www.foot-fauteuil.com/v2/?page=foot_c_quoi, consulté le 30 juin 2009
[976] http://www.fipfa.org/
[977] Source : Centre de Kerpape, « Kerpape, foot-fauteuil électrique », 2009
[978] Source photo ci-contre : http://lesmerlusdekerpape.wordpress.com/, consulté le 5 décembre 2009

d'entraînement : les victoires des Merlus en championnat « tirent les autres vers le haut ». Autre effet, en affirmant leurs qualités sportives et en se dépassant eux-mêmes, les jeunes joueurs provoquent souvent un « changement de regard des parents sur leur enfant ».

Vincent le Quellenec et Anthony Bastien (photo ci-contre[979]), joueurs des Merlus de Kerpape, ont, au cours de leur audition, décrit leur passion sportive, le bonheur et le bien-être qu'elle leur apportait. Avant tout, ils souhaitent être considérés comme des sportifs de haut niveau à part entière, indépendamment de leur handicap.

Tous les intervenants auditionnés ont enfin insisté sur l'une des clés du succès du foot-fauteuil, et plus généralement du sport, à Kerpape : la grande disponibilité, la forte mobilisation, le dynamisme et l'investissement (y compris bénévole), de toute l'équipe soignante du Centre et des entraîneur(e)s et accompagnateurs (trices) bénévoles. Le succès du foot-fauteuil fédère et soude les acteurs du Centre.

- *Les freins au développement de la pratique*

Le foot-fauteuil répond à une demande puisque sa pratique se développe régulièrement. Cependant, des freins ont été signalés lors de l'audition de l'équipe de Kerpape.

Le premier d'entre eux est le coût du matériel. Sport mécanique, le foot fauteuil électrique se pratique en effet avec du matériel spécialisé et personnalisé, chaque joueur étant unique. Un fauteuil, à lui seul, vaut environ 8 500 €, montant auquel il faut ajouter environ 2000 € d'accessoires et adaptations diverses (joysticks, pare-choc, sangles…). Il faut aussi compter avec l'entretien courant et les réparations (usure des pneus, crevaisons, casses diverses…). Comme le dit Anthony Bastien : « on court toujours après les financements ». Au total, pour les Merlus de Kerpape, le budget prévisionnel en matériel pour 2009 était d'environ 56 200€[980].

Autre frein : l'importante logistique qui doit être mobilisée pour se rendre aux championnats régionaux, nationaux, européens ou internationaux, inséparable du fort investissement des bénévoles dans l'accompagnement humain des joueurs.

L'accessibilité et le confort des gymnases peuvent aussi, dans certains cas, être un obstacle important : sanitaires, chauffage, etc.

Enfin, si l'on replace l'activité foot-fauteuil dans son cadre institutionnel, il faut prendre en compte, comme déjà signalé, les contraintes budgétaires externes et internes qui sont susceptibles de brider le développement de la pratique sportive en établissement, ce d'autant plus que la durée moyenne des séjours diminue continuellement, ce qui est un frein au développement de l'initiation et de la pratique sportive.

Nous avons ici une illustration claire que la réduction de la situation de handicap d'une personne, et l'accessibilité à une activité ordinaire nécessitent la mobilisation et la solidarité active de tous, traduites et harmonisées dans les politiques de chacune des compétences (État, région, départements, communes...), école, collèges, lycées, transports...

Les mesures permettant la réduction de la situation de handicap d'une personne devraient figurer dans le *Plan personnalisé de compensation* décidé par la Commission des droits et de l'autonomie (CDA) des Maisons départementales des personnes handicapées (MDPH).

[979] Source photo : http://www.facebook.com/pages/Ploemeur-France/Les-Merlus-de-Kerpape/, le 5 décembre 2009
[980] idem

Préconisations

- Conseil régional (politique sportive)-Conseils généraux – Assurance maladie – ARS : soutenir, en partenariat, le développement du foot-fauteuil électrique en Bretagne, notamment par l'aide aux équipements (y compris les aides techniques et l'appareillage) et aux déplacements des équipes.

- Médias – Service public – France Télévision : Diffuser régulièrement les compétitions de handisport et de sport adapté. Et ce dans les rubriques sportives et non dans les rubriques informations diverses.

- Rectorat d'Académie – En lien avec les chefs d'établissement et le Comité régional handisport, organiser des démonstrations de foot fauteuil électrique dans les établissements scolaires, notamment dans les écoles primaires et au collège.

3.4. Le Handisport en Bretagne : état des lieux, enjeux et défis

Auditionné par le CESR de Bretagne, le 6 janvier 2009, M. Denis Lemeunier, Président du Comité régional Handisport de Bretagne (CRHB) a présenté un état des lieux du handisport en Bretagne qui s'adresse aux personnes en situation de handicap physique. Il en a également souligné les enjeux et défis.

3.4.1. Le Handisport en Bretagne : état des lieux

Le Comité régional handisport Bretagne (CRHB), fondé en 1981, regroupe des associations qui se donnent pour but la pratique des activités physiques et sportives (APS) spécifiques aux handicapés physiques, visuels ou auditifs.

En 2008, le CRHB comptait 1 156 licenciés, dont 840 hommes et 289 femmes. L'effectif des pratiquants a pratiquement doublé en 8 ans puisqu'il était de 644 licenciés en 2000. En nombre de licenciés, la Bretagne se situait au 7ème rang des régions françaises : « Peut mieux faire !» a souligné M. Lemeunier lors de son audition[981]. S'agissant de la répartition départementale des licenciés bretons, on observe quelques disparités : le Finistère arrive en tête avec 374 licenciés, viennent ensuite l'Ille et Vilaine (282), les Côtes d'Armor (269) et le Morbihan (204).

Comme l'illustrent les graphiques ci-après, les pratiques compétitives sont majoritaires même si le sport de loisir tend à progresser.

[981] La taille et la démographie des régions françaises expliquent sans doute en grande partie ce classement. Ainsi, il n'est pas étonnant que les régions Ile de France et Rhône Alpes se classent en tête du nombre de licenciés.

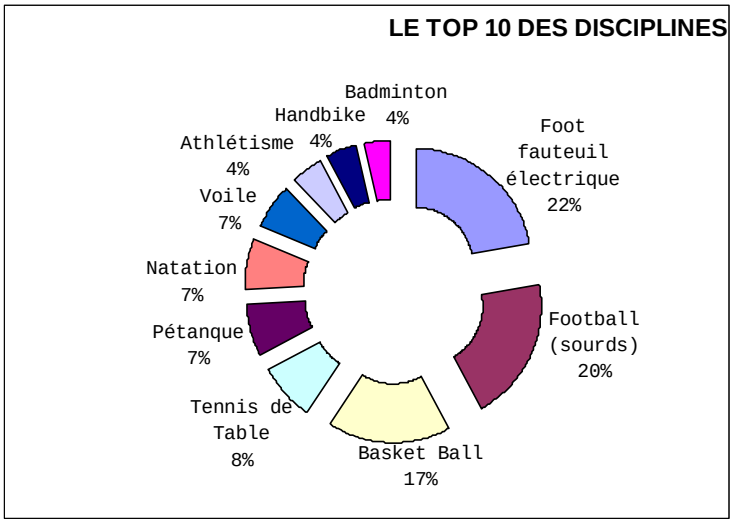
Tableau 32. Profil des licenciés du Comité régional Handisport Bretagne en 2008

Licences	Hommes	Femmes	Total
Cadre	215	97	312
Compétition – 20 ans	298	36	334
Compétition + 20 ans	67	12	79
Etablissements	83	37	120
Loisirs	177	107	284
Total licences	840	289	1 129
Pass'sports	20	7	27
Total général	**860**	**296**	**1 156**

Source : Comité Régional Handisport Bretagne, Audition de Denis Lemeunier, CESR Bretagne, le 6 janvier 2009

Plus de 25 disciplines sportives sont pratiquées sous l'égide du CRHB[982], dont 4 arrivent en tête en Bretagne : le foot fauteuil électrique (22%), le football pour les sourds (20%), le basket ball (17%) et le tennis de table (8%).

Figure 115. Les 10 disciplines de Handisport les plus pratiquées en Bretagne en 2008



Source : CRHB, Audition de Denis Lemeunier, CESR, le 6 janvier 2009

3.4.2. Enjeux et défis du Handisport en Bretagne pour les 5 années à venir

Interrogé sur les enjeux à venir du Handisport en Bretagne à l'horizon des 5 prochaines années, Denis Lemeunier, voit plusieurs défis à relever :

- Répondre à la nouvelle demande, essentiellement des sports « loisirs » et des grands handicapés ;
- Mieux accompagner les sports de haut niveau avec l'entrée sur les listes de nouveaux athlètes, en particulier dans la perspective des Jeux paralympiques de Londres en 2012 ;

[982] Pour la liste des disciplines pratiquées en Bretagne, voir http://handisport-bretagne.org , consulté le 7 janvier 2010

- Augmenter la présence du handisport sur le terrain (clubs handisport ou sections handisport intégrées aux clubs valides) ;
- Développer les passerelles et la mixité avec les valides : collaboration avec les disciplines valides[983], comme par exemple dans la voile (ENV), l'escrime ou le tennis de table ; formations mixtes handi/valides comme celles qui existent déjà en plongée ou d'autres activités aquatiques ;
- Développer la professionnalisation en pérennisant les « emplois STAPS » actuellement en danger et celui de responsable de l'équipe technique régionale (ETR) ;
- Avoir une politique ambitieuse d'organisation de manifestations soit purement sportives, soit promotionnelles (ex : St Malo)

S'agissant des liens à renforcer entre le Handisport et la scolarité, le CESR souligne ici la nécessité de projeter le développement de "passerelles de mixité" notamment dans les établissements scolaires tenus aujourd'hui (c/f loi de 2005) d'accueillir des enfants en situation de handicap".

3.5. Le sport adapté en Bretagne : favoriser l'accès des personnes en situation de handicap mental ou psychique aux bienfaits des activités physiques ou sportives.

Lors de leur audition au CESR de Bretagne, le 16 décembre 2008, M. Joël RENAULT, Président du Comité régional de sport adapté Bretagne (CRSA) ; M. Christian GLEMAREC, Vice-président du CRSA Bretagne, Président du Comité Départemental du Sport Adapté du Finistère (CDSA 29), membre du Comité directeur de la FFSA et M. Renaud BERTRAND, Président du CDSA 22, ont présenté un état des lieux, les enjeux et défis du sport adapté en Bretagne.

Nous en présentons ici une synthèse qui s'appuie essentiellement sur ces contributions.

3.5.1. Face au handicap mental ou psychique, l'accompagnement humain est primordial

3.5.1.1. Du handicap mental ou psychique au sport adapté

A) Définition du handicap mental et du handicap psychique selon l'UNAPEI

Moins visible a priori que le handicap physique, moins connu aussi, moins saisissable par un valide car pouvant difficilement « être simulé à soi même[984] », le handicap mental, comme le handicap psychique suscite de nombreuses incompréhensions qui alimentent parfois des peurs irrationnelles.

Souvent assimilées par l'opinion à la trisomie, ces deux formes de handicap regroupent en fait d'autres déficiences ou maladies : déficiences intellectuelles, autisme, certaines formes d'infirmité motrice cérébrale, des maladies rares ainsi qu'une large variété de troubles du comportement et de maladies psychiques…

Pour tenter d'y voir plus clair, l'Union nationale des parents et amis de personnes handicapées mentales (Unapei), propose les définitions suivantes du handicap mental et du handicap psychique, qui complètent la définition du handicap de la Loi 2005-102 du 11 février 2005 relative à l'égalité des droits et des chances, de la participation et la citoyenneté des personnes handicapées (voir ci-dessus) :

[983] une convention avec l'UFOLEP est mise en place en 2009 à ce sujet
[984] Renaud BERTRAND, audition CESR du 16 décembre 2008

- Une définition du handicap mental

Selon l'Unapei, *« le handicap mental est la conséquence d'une déficience intellectuelle. La personne en situation de handicap mental éprouve des difficultés plus ou moins importantes de réflexion, de conceptualisation, de communication et de décision. Elle ne peut pas être soignée, mais son handicap peut être compensé par un environnement aménagé et un accompagnement humain, adaptés à son état et à sa situation »*[985].

- Une définition du handicap psychique

L'Unapei, se référant à la définition donnée par l'Union Nationale des Amis et familles de malades mentaux (UNAFAM), identifie le handicap psychique comme étant, quant à lui, *« la conséquence d'une maladie mentale. Comme le définit l'Unafam, la personne malade mentale est un individu « qui souffre de troubles d'origines diverses qui entachent son mode de comportement d'une façon momentanée ou durable et inégalement grave ». Le handicap psychique n'affecte pas directement les capacités intellectuelles mais plutôt leur mise en œuvre. Il est toujours associé à des soins et ses manifestations sont variables dans le temps »*[986].

- La frontière entre handicaps n'est pas nécessairement étanche

La frontière entre handicaps n'est pas nécessairement étanche : une même personne peut cumuler plusieurs types de handicaps, tant sur le plan physique, sensoriel que mental et/ou psychique, les uns pouvant de surcroît interagir avec les autres. D'où l'intérêt d'une approche globale du handicap.

- Face au handicap mental ou psychique, la priorité est à l'accompagnement humain

L'Unapei souligne que les difficultés spécifiques du handicap mental et/ou psychique « doivent être compensées par *un accompagnement humain*, permanent et évolutif, adapté à l'état et à la situation de la personne »[987].

Ce constat implique une conséquence très importante pour ce qui concerne l'accès aux pratiques physiques et sportives. Alors que dans le handisport, la compensation du handicap repose le plus souvent sur l'apport d'*aides techniques* (ex : fauteuil adapté au handibasket), dans le sport adapté, c'est toujours l'*aide humaine* qui prime.

B) Le « sport adapté » pour les personnes en situation de handicap mental et/ou psychique

1) Adapter, sans les dénaturer, les activités physiques et sportives aux capacités des personnes

La Fédération française de sport adapté (FFSA), fédération sportive multisports délégataire du Ministère de la Santé, de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative, définit le sport adapté en même temps que sa mission :

« Offrir à toute personne handicapée mentale et / ou psychique, quels que soient ses désirs, ses capacités et ses besoins, la possibilité de vivre la passion du sport de son choix dans un environnement voué à son plaisir, sa performance, sa sécurité et à l'exercice de sa citoyenneté[988] ».

[985] http://www.unapei.org/Le-handicap-mental-sa-definition.html, consulté le 7 janvier 2010
[986] http://www.unapei.org/Le-handicap-mental-sa-definition.html, consulté le 7 janvier 2010
[987] http://www.unapei.org/Le-handicap-mental-sa-definition.html, consulté le 7 janvier 2010
[988] CRSA, Audition CESR Bretagne du 16 décembre 2008

Le concept clé est ici l'adaptation. Il s'agit en effet d'adapter les activités physiques et sportives aux capacités des sportifs. Ce qui suppose un encadrement professionnel et/ou bénévole qualifié apte à évaluer ces dernières tant sur le plan moteur, que cognitif ou psycho-affectif.

2) Différents niveaux de pratiques : de l'activité motrice au sport de compétition

Selon les capacités et la motivation du pratiquant, différents niveaux d'activités physiques ou sportives sont proposés par la FFSA, allant des activités motrices aux sports de compétition.

a) Le secteur non compétitif : activités motrices et de loisirs pour tous

Ici l'objectif n'est pas le résultat sportif mais l'accès de tous aux bienfaits d'une activité physique. La FFSA distingue, d'une part, les « activités motrices » destinées à des personnes ne donnant pas de sens à la compétition et ayant une déficience sévère. Ces formes de pratique visent à favoriser l'engagement dans des activités ludiques mobilisant les capacités psycho-affectives, fonctionnelles et cognitives des personnes, même si elles sont très réduites, avec un objectif de progrès ; d'autre part, les « activités de loisirs » telles que : les journées de découvertes d'activités, des activités pour tous sans compétition (ex : randonnées avec différents parcours), des manifestations de promotion du sport adapté, etc.

b) Le secteur compétitif : 3 divisions selon les capacités

Le handicap mental n'est pas incompatible avec la compétition sportive. En fonction de ses capacités, chaque sportif peut participer à une discipline compétitive, la réglementation fédérale de la FFSA prévoyant trois divisions.

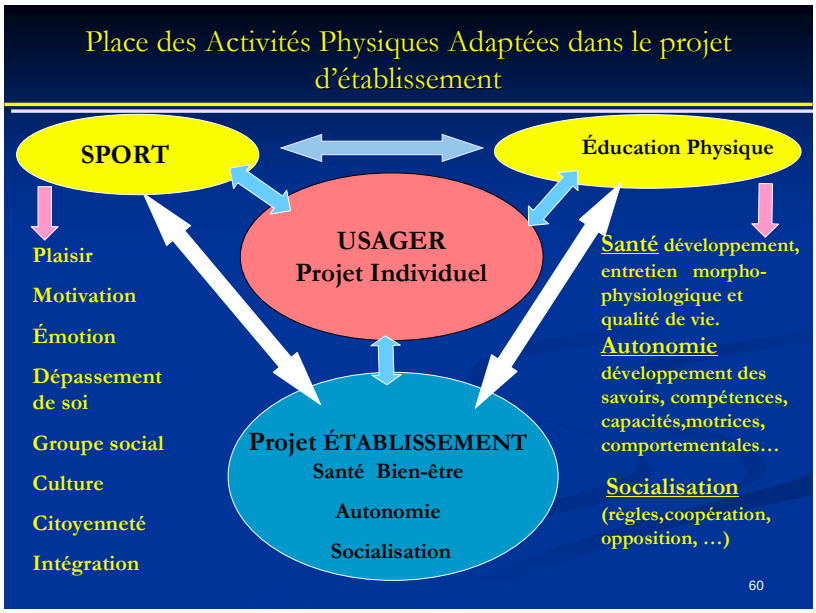
La première division concerne les sportifs capables de pratiquer une discipline sportive dans les conditions réglementaires des fédérations délégataires. En seconde division, la réglementation est simplifiée avec une adaptation vers des efforts moins exigeants et des « tolérances techniques » avec des performances moindres (ex : en natation, pour la brasse, la dissymétrie du mouvement est tolérée). Les sportifs de troisième division sont capables de pratiquer une discipline sportive aménagée, mais restant compétitive, et respectant la logique de l'activité (ex : natation, différentes positions de départ sont autorisées ainsi que le matériel de flottaison…).

Pour les meilleurs sportifs, des compétitions européennes et mondiales de haut niveau sont organisées[989] pour les personnes atteintes de déficiences intellectuelles.

3) De l'adaptation à l'intégration : sport adapté, sport intégré, sport ordinaire

Le sport adapté n'est pas le seul lieu de pratique des personnes handicapées mentales. Il peut être une première étape d'un processus d'intégration progressive pouvant aller jusqu'au « sport ordinaire ». Le « sport intégré » permettant des rencontres mixtes entre clubs valides et handicapés (ex : sport scolaire adapté - UNSS) est un palier intermédiaire facilitant le décloisonnement des pratiques et des publics. L'association sportive joue ici un rôle de passerelle vers une pratique sportive la plus banalisée possible. Par ses liens institutionnels et humains avec l'établissement médico-social, elle permet de faire le lien entre l'éducation physique enseignée en son sein et le sport hors établissement ; étant souligné que les volontés conjuguées de la direction de l'établissement, des familles et du pratiquant sont un préalable indispensable à la réussite de ce processus d'intégration hors établissement (voir schéma ci-après).

[989] INAS-FID



Source : CRSA Bretagne, Renaud BERTRAND, audition CESR Bretagne 16 décembre 2008

Les rencontres et manifestations organisées par le sport adapté comportent une double dimension à la fois sportive et festive, et celle-ci est aussi importante que celle-là. La rencontre sportive offre ainsi plusieurs opportunités :

- Valorisation et intégration du pratiquant ;
- Développement d'un projet personnel et d'un programme d'entraînement ;
- Vérification de la progression dans un environnement inhabituel et extérieur ;
- Participation à une fête, incluant athlètes, familles et amis ;
- Sortie de l'établissement et échanges avec d'autres sportifs.

Enfin, il faut signaler, qu'en dehors de tout cadre institutionnel et de tout encadrement spécialisé, des personnes handicapées mentales, comme les valides, ont aussi des activités physiques et sportives libres (ex : sport en famille, activités individuelles ou entre amis…).

3.5.2. Les bienfaits des pratiques physiques ou sportives pour les personnes handicapées mentales

Quelles que soient les capacités, la forme, le lieu et le niveau, la pratique d'activités physiques et sportives (APS) apporte de nombreux bienfaits aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychique.

Tout d'abord, comme pour les valides, la pratique d'une activité physique améliore la condition physique générale de l'individu et plus globalement sa santé, considérée comme état de bien-être bio-psycho-social : cardiovasculaire, respiratoire, métabolique, locomoteur, psychique… Elles répondent à de nombreux besoins des personnes handicapées mentales : poursuite d'un projet personnel, développement de l'autonomie, lutte contre le surpoids et l'obésité, amélioration de la résistance à la fatigue, lutte contre la solitude, le sentiment d'isolement, lutte contre la sédentarité, prévention des effets du vieillissement…

Le tableau ci-après, élaboré par Renaud Bertrand, résume ces principaux apports du sport adapté en les mettant en relation avec les lésions, déficiences et incapacités des personnes.

Le Sport Adapté : Pour Qui ? Pour Quoi ?

Origine de la lésion	Type de déficience	Type d'incapacité	Apports du Sport Adapté
• Congénitale • Traumatique • Pathologique •Vieillissement de l'organisme	Intellectuelle et/ou Psychique S'ajoute, souvent ▪ une déficience motrice S'ajoute, parfois ▪ une déficience sensorielle ▪ une déficience organique	• Apprentissage • Comportement • Communication S'ajoute, souvent • une incapacité de déplacement • une incapacité de manipulation • une incapacité d'actes vitaux	• Condition physique • Santé • Qualité de vie • Contrôle de son corps • Goût de l'effort • Confiance en soi • Intégration sociale • Autonomie • Concentration • Projet personnel

21

Source : CRSA Bretagne, Renaud Bertrand, audition CESR du 16 décembre 2008

Une autre dimension est rarement prise en compte : la possibilité pour les personnes handicapées mentales de développer leur activité physique au quotidien, afin de lutter contre les conséquences néfastes pour la santé de la sédentarité. Un frein apparaît : la notion d'*âge mental.* En effet, celui-ci n'est presque jamais pris en compte dans le concept usuel d'accessibilité. De la même façon qu'est recherchée l'amélioration de l'accessibilité physique pour les handicaps moteurs, ne faudrait-il pas réfléchir à une notion d'*accessibilité mentale* de l'activité physique au quotidien pour les personnes atteintes de cette forme de handicap (ex : adaptation de la signalétique urbaine) ?

3.5.3. Le sport adapté en Bretagne et ses défis

3.5.3.1. Etat des lieux du sport adapté en Bretagne

Selon le CRSA Bretagne, la région comptait 16 640 personnes en situation de handicap mental en Bretagne[990].

[990] Ce nombre est sans doute inférieur à la réalité car tous les handicaps ne sont pas reconnus. Il faut donc le prendre comme une première approche, sachant que l'appareil statistique sur le handicap mental est lacunaire en France. Le CRSA Bretagne, pour avancer ce nombre, est parti du STATISS 2005 du Ministère de la Santé et des Solidarités. Source de l'image : site Internet du CRSA Bretagne - http://www.sportadaptebretagne.fr/, consulté le 7 janvier 2010

Pour la saison 2007/2008, le CRSA Bretagne dénombrait 2430 licenciés, ce qui plaçait la Bretagne en sixième place national quant au nombre de licenciés. A noter que ce nombre de licenciés ne représente que 15% de l'effectif de personnes handicapées mentales en Bretagne[991].

La modestie de cette proportion contraste avec la très forte croissance du nombre de licenciés ces dernières années en Bretagne : alors que bon an, mal an, celui-ci atteint entre 1300 et 1700 personnes entre 1998 et 2005, à partir de cette date il explose pour atteindre environ 2500 licenciés en 2007/2008.

Le sport adapté en Bretagne : quelques chiffres[992]

- 2430 licenciés en 2007/2008 (1757 en 2005/2006), dont près de la moitié (1149) dans le seul département du Finistère.
- 459 pass sportifs
- 396 jeunes
- 1401 adultes (dont 629 femmes)
- 174 dirigeants
- 1 équipe technique régionale composée de 5 salariés et d'un bénévole
- 20 disciplines sportives pratiquées : activités motrices, cross, pétanque, natation, athlétisme, football, tennis de table, basket, judo, boules bretonnes, randonnées, badminton, équitation, tir à l'arc, VTT, handball, voile, autres activités nautiques, kinball, escalade
- Des pratiques ou manifestations plus particulières à la Bretagne (en Finistère : gentleman pétanque, gentleman relais course 3 heures ; en Côtes d'Armor : trail, le sport intégré à l'UNSS ; Ille-et-Vilaine : les beaux défis ; en Morbihan : les boules bretonnes)
- 9199 participations sur les manifestations 2007/2008 (83 manifestations départementales, 35 régionales, 13 nationales)
- 45 associations sportives, dont plus de la moitié en Finistère (23)
- 4 comités départementaux
- 12 sportifs de haut niveau dont 3 en Elites (Basket, tennis de table, football) et 9 en Espoirs (5 en judo, 3 en athlétisme et 1 en tennis de table).

3.5.3.2. Quelques défis du sport adapté en Bretagne qui peuvent concerner la Région Bretagne selon ses compétences et moyens

A) La qualité de l'encadrement humain par la formation

Cela a déjà été souligné, la pratique d'activités physiques et sportives en sport adapté implique un fort investissement dans l'accompagnement et l'encadrement humain, tant sur le plan quantitatif que qualitatif.

L'enjeu de la formation des encadrants professionnels ou bénévoles, spécialisés ou non (clubs ordinaires), est donc prioritaire. Il concerne de surcroît une compétence importante de la Région Bretagne. Deux qualifications sont à cibler prioritairement :

- Le certificat de spécialisation « Accompagnement et intégration des personnes en situation de handicap » adossé aux diverses spécialités du BPJEPS[993].
- L'attestation de qualification en sport adapté (AQSA) pour les personnes déjà qualifiées et souhaitant acquérir des compétences pour accueillir des personnes déficientes intellectuelles. Il s'agit d'un diplôme fédéral reconnaissant des compétences complémentaires pour intervenir auprès de personnes déficientes intellectuelles ou atteintes de troubles psychiques[994].

[991] Avec les réserves statistiques mentionnées dans la note de bas de page précédente.
[992] Source : CRSA Bretagne, audition CESR, 16 décembre 2008
[993] Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport
[994] L'AQSA n'est pas une qualification professionnelle (non inscrite au Répertoire nationale des certifications professionnelles).

B) Développer la pratique en clubs sportifs « ordinaires » en investissant dans la formation des encadrants

Cet objectif s'inscrit dans l'esprit de la loi du 11 février 2005 déjà mentionnée. Mais sa réalisation ne va pas de soi. Accueillir une personne déficiente intellectuelle et/ou atteinte d'une souffrance psychique, mettre en œuvre une intervention pédagogique de qualité pour qu'elle s'insère et apprenne, nécessitent de prendre en compte plusieurs facteurs : la nature de la demande de la personne et/ou celle de son entourage ; les caractéristiques singulières de cette personne et leurs conséquences pratiques, les besoins émergents, les représentations du handicap qu'ont les intervenants professionnels et bénévoles.

En effet, d'une part il faut considérer la personne handicapée mentale elle-même, son niveau de capacités et sa motivation, d'autre part il faut créer un environnement favorable au processus d'intégration en milieu sportif ordinaire. Cette dernière condition présuppose une volonté commune et bienveillante de l'ensemble de l'entourage de la personne (direction et professionnels de l'établissement médico-sociale, de la famille…). Il faut également insister sur la capacité et la motivation des animateurs et entraîneurs sportifs du club ordinaire à assurer un accueil de qualité dans le club, et pour cela, il convient de favoriser leur formation à l'accompagnement et à l'intégration des personnes handicapées (ex : AQSA). La sensibilisation au handicap, le respect, la tolérance et la bienveillance du groupe des autres pratiquants du club accueillant sont un facteur d'intégration aussi important.

La FFSA a tissé de nombreux partenariats avec le mouvement sportif fédéral « ordinaire » pour favoriser l'intégration des personnes handicapées mentales en milieu sportif « valide », soit par une mixité directe entre pratiquants, soit en créant des sections « sport adapté » au sein même de clubs « ordinaires », ce que la FFSA appelle le développement du « sport intégré ».

C) Développer la pratique et les associations de sport adapté dans tous les départements bretons

Cela a été souligné : le Finistère rassemble à lui seul près de la moitié des associations et des licenciés de sport adapté en Bretagne. L'enjeu est donc ici de poursuivre le rattrapage en cours des autres départements (ex : le CDSA 22 est passé de 26 à 360 licenciés en seulement 3 ans).

Le CRSA Bretagne suggère que la Région Bretagne joue un rôle d'interface régional pour favoriser l'établissement de nouvelles passerelles entre le mouvement sportif ordinaire et le sport adapté.

D) Rendre visible et valoriser l'image du sport adapté

Le phénomène n'est pas propre au sport adapté tant le sport des personnes en situation de handicap est d'une manière générale peu valorisé par les médias dominants. Le handisport apparaît de temps en temps, notamment lors de la trop discrète retransmission des Jeux paralympique à la télévision, mais que dire du sport adapté ? Mis à part quelques très rares articles de presse, le plus souvent en rubrique locale, ou reportages télé, on peut parler d'une quasi-invisibilité médiatique du sport adapté dans les rubriques sportives. Pourtant, celui-ci, nous l'avons vu, compte de vrais athlètes de haut niveau participant à des compétitions de niveau international…

L'objectif de rétablir, dans un premier temps, l'équilibre avec le handisport paraît souhaitable.

E) Consolider les emplois associatifs de développement et de structuration du sport adapté en Bretagne

Le Comité régional de sport adapté Bretagne, lors de son audition, a fait part de sa vive inquiétude quant à la possibilité de consolider financièrement les emplois sportifs aidés dits « emplois STAPS » qui, ces dernières années, ont joué un rôle structurant tant dans le développement de la pratique fédérale du sport adapté (Cf. explosion du nombre de licences depuis 2005) que dans la promotion de l'accueil de personnes handicapées mentales en milieu sportif ordinaire. Ces emplois, mêmes s'ils sont un dispositif de l'Etat, ne sont-ils pas aussi d'intérêt régional ? Sans se substituer à l'Etat, comment la Région Bretagne pourrait-elle favoriser la consolidation de ces emplois qui favorisent l'accès au sport pour tous qui est l'un des objectifs de sa politique sportive ?

F) Le soutien à la préparation des jeux paralympiques de Londres en 2012 : un défi à relever par la Bretagne

Un nouveau défi se dresse sur l'horizon du sport adapté en Bretagne. Le 21 novembre 2009, le Comité international paralympique a décidé de réintégrer les sportifs atteints de déficience intellectuelle. Ceux-ci, qui avaient été exclus des Jeux paralympiques de Pékin en 2008, pourront donc concourir aux prochains Jeux de Londres en 2012.

Pour faire briller les sportifs paralympiques bretons relevant du sport adapté, le CESR suggère au Conseil régional de renforcer son soutien aux athlètes régionaux à fort potentiel.

Bretagne sport international (BSI), avec le soutien du Conseil régional, du CROS Bretagne et de l'Etat en région, en partenariat avec le Comité régional du sport adapté et l'URAPEI, pourrait aussi chercher à attirer en Bretagne, avant et pendant les Jeux, des équipes d'athlètes étrangers du sport adapté et leurs accompagnants, comme elle le fait déjà en direction des équipes d'athlètes valides ou du handisport. D'où l'intérêt d'élargir éventuellement ce partenariat au Comité régional Handisport Bretagne, à la Délégation régionale de l'Association des Paralysés de France (APF), à l'Union Nationale des Familles et Amis de Malades Mentaux (UNAFAM) Bretagne…

3.6. Un exemple d'action départementale : la démarche participative « sports et accessibilité » du Conseil général des Côtes d'Armor

Lors de son audition au CESR de Bretagne, le 16 décembre 2008, Mme Catherine Geoffroy, conseillère technique au Service sports du Conseil général 22 a présenté la démarche en Côtes d'Armor.

Le Conseil général des Côtes d'Armor a engagé, depuis 2006, une démarche visant à promouvoir et faciliter la pratique des activités physiques et sportive des personnes en situation de handicap physique et/ou mental.

En février 2008, un état des lieux départemental a été présenté aux parties prenantes concernées. Lors de cette journée, une quarantaine de freins a été identifiée dans cinq domaines : l'environnement géographique et humain, les transports, le coût, la communication et la sensibilisation et les activités sportives elles-mêmes (voir tableau ci-après).

Tableau 33. Les principaux freins au développement de la pratique sportive des personnes en situation de handicap identifiés par le Conseil général des Côtes d'Armor avec les parties prenantes départementales

Domaine ENVIRONNEMENT	Domaine TRANSPORT	Domaine COUT	Domaine COMMUNICATION SENSIBILISATION	Domaine ACTIVITES
- lieu de résidence éloigné de la pratique (accompagnement) - surprotection de la famille - disponibilité / horaires - culture sportive - pas une priorité - regard des autres (peur du handicap) - crainte d'intégrer un club valide - équipements pas tous accessibles - non acceptation de la différence - peur du handicap	- coût du transport - non adapté - peu existant - matériel volumineux (déplacement de ce matériel) - horaires - délicat selon prestataires (la SNCF, Air France)	- double licences - matériel spécifique - accompagnateur - l'activité des personnes en situation de handicap ne doit pas occasionner de surcoût pour le pratiquant - utilisation à d'autres fins du matériel spécifique (connaître les autres utilisations possibles,amortissement)	- crainte d'intégrer un club valide - vers les valides (non acceptation de la différence, regard des autres « peur du handicap ») - vers les professionnels (peur du handicap par manque de connaissances) - vers les personnes en situation de handicap - vers les familles (bienfaits du sport) - vers clubs valides: manque d'information sur l'accueil de ce public - vers institutions (l'activité existe) - manque de réactivité - utilisation à d'autres fins du matériel spécifique (connaître les autres utilisations possibles)	- matériel spécifique - horaires de pratiques - ne sont pas toujours adaptées - spectacle sportif pas toujours accessible - matériel non adapté - formation des cadres bénévoles et professionnels - taux et temps d'encadrement majorés (surcoût pour l'association) - utilisation à d'autres fins du matériel spécifique (connaître les autres utilisations possibles) - non acceptation de la différence - pas assez de cadres formés

Source : Conseil général des Côtes d'Armor, audition au CESR de Bretagne du 16 décembre 2008

A partir de cet état des lieux concerté et territorialisé, le Conseil général a décidé d'agir dans trois domaines prioritaires : la communication et la sensibilisation, les activités, le transport. Pour mettre en œuvre les très nombreuses actions envisagées, 80 000 euros étaient prévus au budget primitif 2009, auxquels il faut ajouter la mise à disposition sur la thématique « sports et accessibilité » d'un agent du service des sports à 80% de son temps.

Parmi les actions envisagées par le Conseil général des Côtes d'Armor au niveau départemental, le CESR attire l'attention du Conseil régional de Bretagne ainsi que celle de la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale sur certaines d'entre elles qui pourraient être soutenues par la Région, selon ses compétences et moyens, et par l'Etat, dans le cadre de leur politique de promotion du sport pour tous incluant les personnes en situation de handicap (voir encadré ci-après). Cette thématique pourrait être prise en compte dans le futur « Schéma régional de prévention » du « Plan régional de santé » (PRS) qui sera adopté par l'Agence régionale de santé (ARS).

Deux préconisations du Conseil général des Côtes d'Armor à portée régionale

- *Un colloque Grand Ouest « Sport et accessibilité » :* « Mettre en place un colloque régional Grand Ouest ou national. Ce colloque ferait suite aux rencontres départementales et reprendrait les thèmes abordés lors des réunions décentralisées. Y serait obligatoirement intégrée de la pratique sportive de personnes en situation de handicap » ;

- *Formation aux handicaps* : « Introduire la connaissance du handicap dans les formations. Proposer des interventions de sensibilisation dans les formations BPJEPS (1 module). Mettre en place au niveau du département des formations initiales à l'intention des présidents de clubs, cadres bénévoles ou salariés (formation « allégée » des Attestations de Qualification Sport Adapté (ASQA) et Certificat de Qualification Handisport consacrée à l'accueil, aux savoir-être et savoir-faire vis-à-vis d'une personne en situation de handicap) ».

3.7. Préconisation du CESR de Bretagne : élaborer un « Agenda 22 de l'accessibilité sportive en Bretagne » pour les personnes en situation de handicap

Dans l'esprit de la Loi 2005-102 du 11 février 2005 relative à l'égalité des droits et des chances, de la participation et la citoyenneté des personnes handicapées, le CESR préconise l'élaboration et la mise en œuvre d'un « Agenda 22 de l'accessibilité sportive en Bretagne ».

3.7.1. Qu'est-ce qu'un « Agenda 22 » ?

La démarche *« Agenda 21 »,* un agenda du développement durable pour le 21ème siècle, est plus connue que celle de *« l'Agenda 22 »* préconisée par l'Organisation des Nations Unies dans une résolution adoptée par son Assemblée Générale le 20 décembre 1993.

Cette résolution comprend un ensemble de *22 recommandations* pour l'égalisation des chances des enfants, des jeunes et des adultes handicapés. Il est un cadre de référence pour les Etats lors de l'élaboration de leurs programmes nationaux en faveur des personnes handicapées.

L'Agenda 22 retient la distinction établie par l'OMS entre l'incapacité et le handicap, défini comme l'ensemble des restrictions apportées à la participation d'une personne à la vie sociale. En cela, l'accent est mis sur l'inadéquation du milieu dans lequel vit une personne handicapée, agissant comme frein au déploiement de ses capacités.

L'Agenda 22 a été précurseur en favorisant le développement de politiques d'éducation et de réadaptation. Il promeut l'égalisation des chances en encourageant les Etats à une action volontariste pour faire tomber les obstacles à la pleine participation des personnes handicapées aux activités de la société. Il constitue un engagement moral et politique des Etats et un cadre à leur coopération.

Cette démarche globale d'« Agenda 22 » peut-être territorialisée par les collectivités locales. C'est d'ailleurs, en se référant à celle-ci que la Région Languedoc-Roussillon, a élaboré et mis en œuvre une Charte « Région Languedoc-Roussillon-handicap » adoptée en février 2006 par le Conseil régional. Outre des objectifs et actions dans les domaines de l'éducation, de la culture, de la formation, des transports, de l'emploi, du tourisme et du logement, cette Charte se référant à l' « Agenda 22 » prôné par les Nations-Unies comprend un volet soutien à la pratique handisportive et du sport adapté[995].

[995] http://www.laregion.fr/TPL_CODE/TPL_ACTUALITE/PAR_TPL_IDENTIFIANT/116/162-sante-handicap.htm , consulté le 8 janvier 2010

3.7.2. Pour un Agenda 22 du sport et de l'activité physique en Bretagne

Préconistion pour un Agenda 22 du sport en Bretagne

Pour ce faire, un partenariat pourrait être noué entre le Comité régional handisport, le Comité régional du sport adapté, le CROS Bretagne, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale, l'URAPEI, l'URIOPSS, la Délégation régionale de l'Association des Paralysés de France (APF), l'Union Nationale des Familles et Amis de Malades Mentauxles (UNAFAM) en Bretagne, les Départements bretons, l'Agence régionale de santé et la Région Bretagne, pour que chacun en ce qui le concerne - selon ses moyens et compétences- participe à l'élaboration d'un Agenda 22 du sport en Bretagne.
Cette démarche pourrait, dans un second temps, être territorialisée au niveau des départements et des intercommualités, par exemple des Pays en y associant leurs conseils de développement. Elle pourrait s'inspirer, sur le plan méthodologique, de la démarche « sports et accessibilité » engagée par le Conseil général des Côtes d'Armor depuis 2006.

Au-delà de la pratique sportive, cet agenda 22 de l'accessibilité sportive devrait inclure l'objectif de prévention et de promotion de l'activité physique régulière favorable à la santé des personnes en situation de handicap, suivant les recommandations du rapport du Professeur Jean-François Toussaint « Retrouver sa liberté de mouvement-Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive » (2008) et de sa déclinaison régionale en « Kino Bretagne » [996].

4. Personnes rencontrant des difficultés d'insertion

Nous présenterons dans ce chapitre une action exemplaire menée dans le département du Finistère intitulée « En avant toute ». Lors de son audition[997], son initiateur et responsable, M. Bernard Moulin[998], éducateur sportif, a décrit comment en agissant simultanément sur le corps, l'esprit et la relation à autrui, par la médiation d'activités physiques ou sportive, il est possible de remobiliser des demandeurs d'emploi en grande difficulté personnelle, sociale et professionnelle.

Pour reprendre l'expression de M. Patrice Beaux[999], référent régional du Pôle ressources national « Sport, éducation, insertion » à la DRJSCS Bretagne, le sport peut être un *«tuteur de résilience ».*

4.1. L'action « En avant toute ! »

4.1.1. Les objectifs d'« En avant toute ! » : rompre l'isolement social et redonner l'envie aux « milliardaires du temps perdu »

Reconnue par l'Agence pour l'éducation par le sport, l'action « En avant toute », mise en place par le CDAS de Quimper et gérée par la Sauvegarde de l'Enfance du Finistère, est un dispositif de remobilisation individuelle et de réintégration sociale par le sport qui s'adresse à des personnes au chômage en grande difficulté : bénéficiaires des minimas sociaux (RMI, ASS…), personnes en situation d'isolement social ou ayant des problèmes de santé.

[996] Voir la première partie du rapport consacrée à la santé
[997] Audition CESR de Bretagne du 24 février 2009, Rennes
[998] M. Bernard MOULIN, Educateur sportif, responsable de l'action « En avant toute » du CDAS de Quimper et de la Sauvegarde de l'enfance du Finistère
[999] Audition CESR du 24 mars 2009, Rennes

Face aux effets d'isolement social, de perte des repères temporels, de déstructuration personnelle engendrés par le chômage, les objectifs d' « En avant toute », sont de redonner des repères temporels, de l'estime de soi, de la confiance en soi et en l'autre, de l'appétence et de l'envie aux bénéficiaires pour les aider à aller de l'avant en mobilisant leurs ressources et potentiels.

Pour « redonner l'envie », la pratique d'activités sportives en petit groupe, les efforts physiques, la découverte de l'environnement et le partage de moments conviviaux sont des antidotes à l'isolement, à l'inertie et à la déprime qui s'installent sournoisement chez ceux qui, vivant le « séisme intérieur » du chômage, perdent progressivement leurs repères sociaux en devenant de malheureux « milliardaires du temps perdu », selon la belle expression de Bernard Moulin.

4.1.2. Les activités physiques et sportives proposées et leurs bienfaits

Un large choix d'activités sportives, pratiquées à un rythme hebdomadaire, est proposé aux bénéficiaires d'En avant toute pendant une période allant de 3 à 9 mois. L'action se déroulant en Finistère Sud, les activités nautiques et aquatiques sont nombreuses. Bernard Moulin présente ces activités pratiquées de manière non compétitive pour leurs bienfaits en termes de développement personnel et social (voir encadré ci-après).

Activités d'En Avant toute et leurs bienfaits aux pratiquants – Bernard Moulin[1000]

« Les activités physiques ont été choisies pour la simplicité de la mise en place, et leur adaptabilité au nombre fluctuant de stagiaires.

A la technicité nécessaire à toute pratique sportive, nous privilégions les émotions qu'elle suscite et la solidarité qu'elle nécessite. Nous essayons, dans la mesure du possible, de supprimer les causes d'échec et les jugements de valeur en adaptant les activités aux personnes, et non l'inverse[1001].

Les activités d'eau (aquagym, natation, kayak de mer, voile, aviron, pêche) présentent plusieurs intérêts: détente, confiance en soi, convivialité, effort physique, réappropriation corporelle, anti-stress, apaisement. Elles stimulent les énergies. Les sports d'eau sont des facteurs importants dans le développement de la personnalité, à travers la notion de prise de risque, de sécurité, de confiance en soi et en l'autre.

Les activités de pleine nature (marche, vélo, orientation, cerf-volant, plage) valorisent les efforts physiques, l'endurance, la découverte, le sens de l'observation, l'éveil, la solidarité, les échanges.

Les activités en salle (badminton, musculation) développent l'agilité, l'adresse, les mouvements, la rapidité, la ténacité, la concentration, la solidarité, la complicité, l'effort physique, la combativité.

Les activités sont proposées et mises en place par l'animateur sportif permanent et parfois en partenariat avec des professionnels sensibilisés à ce public en difficulté (natation, aquagym, voile)

Certaines actions ont lieu chaque semaine tout au long de l'année (natation, aquagym, marche), d'autres sont saisonnières (kayak de mer, vélo, voile, badminton, cerf-volant) ou occasionnelles (orientation, musculation). »

[1000] Bernard Moulin, Fiche action « En avant toute » J 273 de l'Agence pour l'éducation par le sport, http://www.apels.org/_articles/8744f85620c0a280e99d602f5cde77cc.pdf , site consulté le 5 juin 2009
[1001] NLDR : nous mettons en gras

4.2. Les résultats de l'action : mieux-être physique, psychologique, social … et insertion

Bernard Moulin décrit les effets de mieux-être induits par la participation régulière aux activités sportives : « De la déchéance à la renaissance, il n'y a qu'un désir à rétablir, c'est le but de la remobilisation des hommes et des femmes par les activités sportives. Ainsi, l'action redonne du mouvement au temps. Le temps prend alors tout son sens et enrichit celui qui sait l'apprivoiser. Cette parenthèse de vie, nécessaire à la renaissance, au réveil des désirs et des échanges permet de reprendre possession de son corps et meubler son espace temps. Certaines personnes retrouvent alors en elles une volonté, une énergie, des ressources insoupçonnées face à des obstacles jugés auparavant infranchissables. Le temps d'une pause, accompagnons quelques instants, ces « accidentés de la vie » sur les chemins de la résilience et de la réconciliation avec eux-mêmes[1002].».
Les changements de comportements observés chez les bénéficiaires d'En avant toute : « Redevenir acteur de son existence » - Bernard Moulin[1003] –

« Les différents bilans (individuels et collectifs) réalisés dans l'année nous permettent d'évaluer les changements de comportements et de faire le point avec chacun des stagiaires sur l'efficacité de cette action.
Les résultats les plus visibles sont les suivants :

- les personnes participant régulièrement aux activités sortent de leur isolement relationnel,
- des liens se nouent entre les stagiaires mais aussi avec les services sociaux,
- les repères temporels sont acquis (participation assidue aux activités, être à l'heure aux rendez-vous)
- les recherches d'emploi font parties du quotidien et le retour à l'emploi, même temporaire, permet de valoriser les efforts consentis pour la réinsertion personnelle
- le mieux-être est visible physiquement dans la prise en compte de la santé et de l'hygiène de vie (acceptation des soins, diminution voire arrêt du tabac, de l'alcool, de la drogue)

D'un point de vue psychologique, les personnes ayant participé régulièrement aux activités durant au moins 3 mois commencent à sortir de leur isolement. Elles communiquent entre elles, font des recherches d'emploi, des démarches administratives et prennent en charge leur état de santé.

Elles prennent conscience de l'importance de se donner des règles simples comme se lever le matin, s'entretenir, affronter le regard et la parole des autres. Elles sont moins centrées sur elles-mêmes.

Leurs centres d'intérêts et leur curiosité s'élargissent, elles ont de nouveau des envies saines.
Ces personnes redeviennent acteurs de leur existence et sont capables à nouveau d'agir sur leur environnement proche (prise en compte et amélioration du logement, changement du cadre de vie) ou de prendre des décisions salutaires par rapport à certaines relations familiales, professionnelles ou amicales (reprise du dialogue ou rupture).

- les efforts physiques ne sont plus redoutés mais au contraire souhaités.

La durée de présence dans l'action est de 3 à 9 mois avant que les stagiaires retrouvent un emploi, une formation ou une autre orientation professionnelle ou familiale. ».

[1002] Bernard Moulin, « Les milliardaires du temps perdu », texte extrait du livre « Sport, emploi et performances…sociales » - à paraître – Reprise de l'intervention à un colloque organisé par l'ITES à Brest, juin 2007.
[1003] Fiche action de l'Agence pour l'éducation par le sport, ibid., p 3

Les effets à moyen et long terme en matière d'insertion sociale et professionnelle sont difficiles à évaluer. Pourtant, les résultats sont là : en 2008, sur les 93 personnes ayant effectivement participé aux activités[1004] (50 hommes et 43 femmes ayant majoritairement entre 30 et 50 ans), dont plus de 9/10 vivaient seules, 18 personnes au moins ont trouvé un emploi, pour la plupart en CDD, et 28 sont en formation[1005]. Ce bilan est très encourageant s'agissant de personnes en grande difficulté. De plus, pour un budget annuel d'environ 65 000€ en 2008, la rentabilité sociale d' « En avant toute » est particulièrement remarquable.

A noter que les bénéficiaires de l'action sont d'origines très diverses s'agissant de leur nationalité, niveau de qualification, âge, territoire de vie, origines sociales…

Témoignage d'Evelyne, bénéficiaire d'En Avant toute[1006]

« Je suis en recherche d'emploi depuis un an et demi maintenant, je suis diplômée bac + 5 sur 2 diplômes et j'exerce actuellement des petites missions dans le secteur social et je suis pigiste pour un journal sur Douarnenez. Ma situation est précaire car je n'ai pas de revenus suffisants. Je dois dire que je te remercie beaucoup Bernard pour ton intervention car je me suis vraiment beaucoup retrouvée dans ce que tu appelles cette descente aux enfers avec ces sentiments de solitude, de perte d'une certaine estime de soi et même des compétences et de ne plus être capable d'avoir des relations sociales.

Ce que je retiens beaucoup de cette action, ce n'est pas seulement faire du sport pour s'entretenir physiquement mais c'est aussi un lieu où on peut faire des rencontres c'est aussi un grand «leitmotiv» pour restructurer son temps, se relever le matin et pour mettre le pied à l'étrier[1007]. Je me suis rendu compte que les semaines où j'ai des activités sportives avec le groupe, je suis beaucoup plus positive dans mes recherches d'emploi que les semaines où je n'ai pas d'activité avec le groupe. Tout simplement parce que je restructure mon temps, je me relève à une heure décente le matin et donc les jours où je ne suis pas en activité je sais que le lendemain j'ai une activité et je sais qu'il me reste une journée voire deux pour faire mes démarches et c'est stimulant. Si je sais que j'ai ma semaine de vide c'est plutôt un sentiment de déprime et je suis persuadée que pour toutes les personnes en recherche d'emploi c'est la même chose ».

Très majoritairement financée par le Conseil général du Finistère, l'action mobilise de nombreux partenaires institutionnels et financiers, y compris privés : Ville de Quimper, Etat, Veolia, Caisse d'Epargne, Rotary Club ...

Bernard Moulin constate que les aides publiques sont souvent importantes lors du lancement d'une action sociale innovante mais que, une fois installée, la consolidation de ses moyens financiers et humains est un combat permanent.

[1004] Environ 1/3 des inscrits ne viennent pas (139 inscrits en 2008 contre 93 participants)
[1005] Bernard Moulin, Bilan 2008 « En avant toute », Association Sauvegarde de l'Enfance et de l'Adolescence, p 4
[1006] Bernard Moulin, « Les milliardaires du temps perdu », texte extrait du livre « Sport, emploi et performances…sociales » - à paraître – Reprise de l'intervention à un colloque organisé par l'ITES à Brest, juin 2007 et retranscription des débats qui ont suivi. Texte laissé par BM lors de son audition au CESR du 24 février 2009
[1007] NLRS : nous mettons en gras

Préconisations du CESR au Conseil régional pour développer, en partenariat, la remobilisation par le sport des personnes en difficulté d'insertion, notamment des demandeurs d'emploi

En présentant les grandes orientations de sa politique sportive en juin 2006, le Conseil régional de Bretagne soulignait : « La Région souhaite également démocratiser le sport en Bretagne, en accompagnant les projets en faveur d'une pratique sportive pour tous, en travaillant sur la fonction éducative et la cohésion sociale[1008]. ». Par ailleurs dans le cadre du *Service public régional de la formation*, et particulièrement du *Dispositif régional pour l'insertion professionnelle (DRIP),* la Région est concernée par la remobilisation des demandeurs d'emploi. En effet, le DRIP « vise à favoriser l'insertion sociale et professionnelle des demandeurs d'emploi en difficulté. Il s'articule autour d'un ensemble de prestations préparatoires à l'emploi ou à la qualification leur permettant d'entreprendre un parcours d'insertion individualisé[1009] ».

- En lien avec les Conseils généraux et sans se substituer à eux- : développer le soutien aux actions de remobilisation et d'insertion par le sport des demandeurs d'emploi entant dans le champ de compétence de la Région, par exemple en établissant des passerelles entre sa politique formation du « Dispositif régional pour l'insertion professionnelle (DRIP) » et sa politique sportive (promotion du sport pour tous). Pourquoi pas une opération budgétaire : « remobilisation et insertion par le sport des demandeurs d'emploi » ? Les Points-région, en lien avec le réseau de l'Accueil–Information-Orientation-Accompagnement (AIOA) en Bretagne, pourraient être des relais territoriaux permettant d'orienter les bénéficiaires potentiels de cet accompagnement par le sport.

- Formations sanitaires et sociales : favoriser la pratique sportive des étudiant(e)s afin de les sensibiliser davantage, en cours de formation, aux possibilités de l'éducation et de l'insertion par le sport auprès de populations en difficulté. Soutenir d'éventuels programmes de recherche en ce domaine.

- Formations aux métiers du sport : soutenir le développement des formations aux métiers de l'insertion sociale et professionnelle par le sport.

- Politique « Economie sociale et solidaire » : soutenir les acteurs de l'économie sociale et solidaire développant des actions d'innovation sociale par le sport.

[1008] Dossier de session du Conseil régional « La politique sportive » - 2 ème réunion juin 2006, p 45
[1009] www.bretagne.fr, consulté le 5 février 2010

Chapitre 2

Des moyens pérennes pour un développement durable du sport en Bretagne

1. Quelques éléments sur le contexte économique et le financement du sport en France 616
1.1. La dépense sportive : 1,8 % du PIB sans compter l'apport du bénévolat 616
1.2. Les ménages et les collectivités locales financent 80% de la dépense sportive française 616
1.2.1. Les ménages financent la moitié de la dépense sportive en France 616
1.2.2. Les collectivités locales : 1/3 de la dépense sportive nationale 617
1.2.3. Etat et entreprises ont le même taux de participation à la dépense sportive : 10% de la dépense sportive française chacun 617
1.3. Bilan : les ménages et les collectivités locales sont de loin les premiers financeurs du sport en France 618
2. L'emploi sportif en France : intégration ou dualisation ? Un état des lieux, des enjeux et scénarios d'avenir sur la base des travaux de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault 623
2.1. L'emploi sportif en France : une situation de grande fragilité 624
2.1.1. Estimations de l'emploi sportif en France : entre 208 000 et 350 000 emplois, sans compter l'équivalent en emplois temps plein du bénévolat sportif 624
2.1.2. L'emploi sportif connaît des difficultés structurelles 626
2.1.3. Les associations sportives employeurs : un tissu de TPE à la gouvernance incertaine 628
2.2. L'avenir de l'emploi sportif en France : intégration ou dualisation du système ? 630
2.2.1. Tendances lourdes et variables structurelles 630
2.2.2. Deux scénarios pour le futur : dualisation ou intégration ? 630
2.3. Conclusion : Pour un « scénario de l'intégration » en Bretagne 632
3. Eléments et réflexions sur la situation de l'emploi et du bénévolat sportifs en Bretagne 632
3.1. L'emploi sportif en Bretagne : 22 000 emplois dans près de 9 000 structures 633
3.1.1. Les établissements employeurs de la filière sport recensés en Bretagne 633
3.1.2. L'estimation de l'emploi de la filière sport en Bretagne au 1er janvier 2008 634
3.1.3. Autres travaux du CRESLB sur l'emploi et la formation dans la filière sport en Bretagne 636
3.1.4. Quelques données de l'INSEE sur les caractéristiques de l'emploi sportif en Bretagne 636
3.2. Les bénévoles sportifs en tête du bénévolat associatif en Bretagne 637
3.2.1. Environ dix fois plus de bénévoles que d'emplois dans le sport en Bretagne 637
3.2.2. Quelques réflexions sur le bénévolat sportif… 638
4. Les besoins en équipements sportifs selon le mouvement olympique et sportif de Bretagne 640
4.1. Les besoins identifiés par le CROS Bretagne : des équipements sportifs souvent vieillissants et manquant d'envergure 641
4.2. Intégrer, dans les équipements, des critères de haute qualité environnementale, sportive, associative et de communication 642

Introduction : Pas de développement durable du sport sans moyens durables pour le sport

Les pouvoirs publics –Etat et collectivités locales-, les médias, les forces économiques et sociales, les familles et, d'une manière générale, la population demandent beaucoup au sport : santé, éducation, socialisation, intégration, insertion, pacification, création de richesse économique, plaisir, émotions, sensations, passion, dépassement, performance, valeurs, éthique, culture, identité, précaution, sécurité, exemplarité, démocratie, citoyenneté…

Cette demande sociétale aussi exacerbée que protéiforme est sans doute le reflet des multiples intérêts, idéaux et passions qui traversent le sport et y sont projetés. Il semble que l'idéal olympique « Citius, Altius, Fortius » soit pris au mot : on en demande toujours « plus » au sport et à ses acteurs, comme s'ils pouvaient, à eux seuls pallier tous les maux de l'individu et de la société. Pourtant, même s'il repose sur un idéal élevé qui produit parfois des effets extraordinaires, le sport n'est pas ce remède miracle que d'aucuns voient en lui.

Le sport fait de grandes choses pour l'humanité lorsque les femmes et les hommes qui le font, qui le pratiquent ou qui le regardent sont animés par la flamme d'un esprit sportif fondé sur des valeurs éducatives, humanistes, pacifiques et démocratiques.

Le sport est désiré, aimé, parfois sacralisé ou bien instrumentalisé. Ses fonctions sociale, éducative, culturelle, territoriale, économique, sanitaire et ses autres contributions au développement humain et durable sont largement reconnues et valorisées.

Comme toute activité humaine, le sport pour nourrir tous les espoirs qu'on met en lui et produire tous les bienfaits qu'on attend de lui, a besoin non seulement de subsister pour survivre mais aussi de se développer par lui–même et pour lui-même comme espace social, culturel et politique institué, porté, animé et développé par et pour la société civile.

Oublier cette autonomie de l'espace sportif, même pour ceux qui n'y voient qu'un instrument à des fins autres que sportives, c'est couper l'arbre pour en cueillir le fruit. Le mouvement sportif associatif, comme toute organisation de l'économie sociale, a besoin de respirer l'oxygène qui vient nourrir « son cœur et ses poumons », pour reprendre une formule du Professeur Henri Noguès[1010].

En d'autres termes pour donner le meilleur de lui-même, le mouvement sportif a besoin de liberté de mouvement. Il doit, pour cela, pouvoir trouver l'énergie et la force de mouvoir librement. Et, si la collectivité veut un sport d'utilité sociale et de service public, elle doit aussi s'en donner les moyens en soutenant -matériellement et immatériellement- la force civile et le capital sociétal dont le sport peut être un puissant levier… à condition, toutefois, de prendre soin du levier lui-même si l'on veut démultiplier ses effets.

A l'issue de son étude, le CESR est convaincu que le sport contribuera d'autant mieux au développement humain et durable, pour tous, dans tous les territoires, s'il trouve à la fois en lui-même et par des soutiens extérieurs fiables, les moyens de son développement durable et de ses projets.

Il est donc inutile de vouloir opposer ceux qui *servent* le sport et ceux qui *s'en servent*. Les uns ont besoin des autres dans le respect des valeurs, spécificités et intérêts de chacun. Relever le défi du développement durable *par* le sport et celui du développement durable *du*

[1010] Voir l'étude du CESR « L'économie sociale en Bretagne : pour une région compétitive, sociale et solidaire », rapporteurs Mme Evelyne Huaumé et M. Daniel Hardy, 2006

sport est une démarche gagnant-gagnant. Il faut accepter le double-visage du sport, pour reprendre l'expression d'André Leclercq, le rapporteur du CES national : il n'est ni ange, ni bête ; ni seulement d'utilité publique ou d'utilité privée. Comme tout être vivant et a fortiori – humain – il est un être complexe dont il faut vivre avec les contradictions.

Qui veut aller loin avec le sport … préserve son sportif, son entraîneur et son terrain d'entraînement. C'est sur cette idée que nous voudrions insister dans ce chapitre consacré aux moyens humains, financiers et matériels d'un développement durable du sport.

Le sujet aurait mérité une importante étude à lui tout seul, tant la question de l'économie du sport est vaste et complexe, comme l'ont souligné, lors de leur audition, le Professeur Jean-Jacques Gouguet et M. Didier Primault, du Centre d'économie et du droit du sport (CDES) de Limoges. Et ce d'autant plus, si l'on considère que, comme pour tout acteur de l'économie sociale, les enjeux économiques sont inséparables des enjeux de société.

Notre étude portait principalement sur les contributions de l'activité physique et du sport au développement humain et durable dans les territoires et non sur le développement durable du sport lui-même. Et pourtant, comme nous venons de le souligner, il résulte des multiples auditions, contributions et recherches menées par le CESR de Bretagne, que ces deux enjeux sont indissociables.

C'est pourquoi il nous a semblé qu'il était important d'apporter quelques points de repères et éléments de réflexions sur les moyens d'un développement durable du sport en Bretagne.

Trois points nous paraissent essentiels pour cela : 1) un financement sécurisé ; 2) des équipements sportifs existants et modernisés répondant aux besoins et attentes des pratiquants et de leurs encadrants ; 3) et c'est surtout sur cet enjeu que nous insisterons, une ressource humaine – bénévole ou professionnelle- sécurisée et de qualité, car il ressort de notre étude que c'est avant tout la qualité humaine des acteurs du sport qui fait la qualité humaine du sport.

Concernant la sécurisation des financements du sport, nous donnerons quelques éléments de contexte sur l'économie du sport en France qui, même si on peut faire l'hypothèse de certaines spécificités régionales, devraient pouvoir s'appliquer, dans ses grandes lignes, à la Bretagne.

S'agissant des équipements ou des espaces nécessaires aux activités physiques et sportives, il s'agit là d'un élément aussi indispensable au développement durable du sport qu'à l'égal accès de tous, dans tous les territoires, à la diversité des pratiques sportives. L'économie sportive, dont l'emploi sportif, de même que le développement de la pratique sont liés à l'existence d'équipements, d'installations et d'espaces sportifs de proximité, évolutifs et de qualité.

Pour ne prendre qu'un exemple, il est difficile, voire impossible, d'apprendre à nager ou de pratiquer la natation sportive sans un équipement - ou un espace - aquatique de proximité et adapté… et sans l'enseignement et la surveillance d'un maître-nageur sauveteur. Par ailleurs, sauf à sélectionner les publics en fonction de leur solvabilité dans le cas d'un équipement à but lucratif, si l'on veut rendre l'apprentissage du « savoir nager » et la natation sportive accessibles à tous, il faut bien qu'une collectivité publique, en mobilisant les derniers publics, investisse et garantisse le bon fonctionnement matériel, administratif et humain de l'équipement ainsi que son équilibre financier.

Lors de leur audition au CESR de Bretagne, le 21 avril 2009, Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, ont présenté une remarquable synthèse de l'ensemble de ces enjeux autour de la question centrale de l'emploi sportif. C'est essentiellement sur la base de cette contribution mais aussi de leurs travaux et publications, que nous développerons ce chapitre consacré aux moyens d'un développement durable du sport. Nous nous appuierons aussi

sur la publication annuelle du Ministère de la santé et des sports « Le poids économique du sport en 2007 », publiée en septembre 2009[1011].

Nous compléterons cette synthèse par quelques éléments issus des recherches et travaux du Centre de ressources et d'expertise sur le sport et les loisirs en Bretagne (CRESLB) au sein du Groupement régional emploi-formation (GREF) de Bretagne.

Sur la question plus pointue et technique des équipements sportifs, outre la contribution du Comité régional olympique et sportif (CROS) de Bretagne sur des besoins importants identifiés par les représentants régionaux du mouvement sportif en Bretagne, que nous présenterons succinctement[1012], nous invitons le lecteur intéressé à se reporter à l'important travail réalisé par la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale dans le cadre du Recensement national des équipements sportifs, espaces et sites de pratique[1013].

Nous reprendrons en toile de fond ce questionnement transversal et prospectif de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault : Au vu des tendances observables et des mutations actuelles, le système sportif en France -donc en Bretagne- se dirige t-il vers un scénario de « dualisation » ou bien est-ce celui de « l'intégration » qui perdurera à l'avenir ?

[1011] Ministère de la santé et des sports, « Stat-Info » n° 09-02, septembre 2009, « Le poids économique du sport en 2007 », rédacteur : Philippe Calatayud, Mission des études, de l'observation et des statistiques.
[1012] Le texte intégral de la contribution du CROS Bretagne sur les besoins en équipement sportif du mouvement sportif breton figure en annexe, à la fin du rapport.
[1013] http://www.res.jeunesse-sports.gouv.fr/

1. Quelques éléments sur le contexte économique et le financement du sport en France

1.1. La dépense sportive : 1,8 % du PIB sans compter l'apport du bénévolat

En 2007, selon le Ministère de la santé et des sports, la dépense sportive en France a atteint 33 milliards d'euros, soit près de 1,8% du Produit intérieur brut (PIB) national.

Cette dépense est mesurée « par les efforts financiers effectués dans les secteurs du sport par les ménages, les acteurs publics – Etat et collectivités locales – et les entreprises ».

D'après Jean-François Bourg, économiste du sport, les services non marchands rendus par les bénévoles des associations sportives peuvent être estimés à environ 3,25 milliards d'euros par an, soit environ 0,2% du PIB[1014].

Au total donc, en y incluant la ressource du bénévolat sportif, la dépense sportive en France représenterait environ 2% du PIB national.

Ce poids économique du sport progresse régulièrement. Ainsi, rien qu'entre 2006 et 2007, la dépense sportive a progressé de 4,1%.

1.2. Les ménages et les collectivités locales financent 80% de la dépense sportive française

1.2.1. Les ménages financent la moitié de la dépense sportive en France

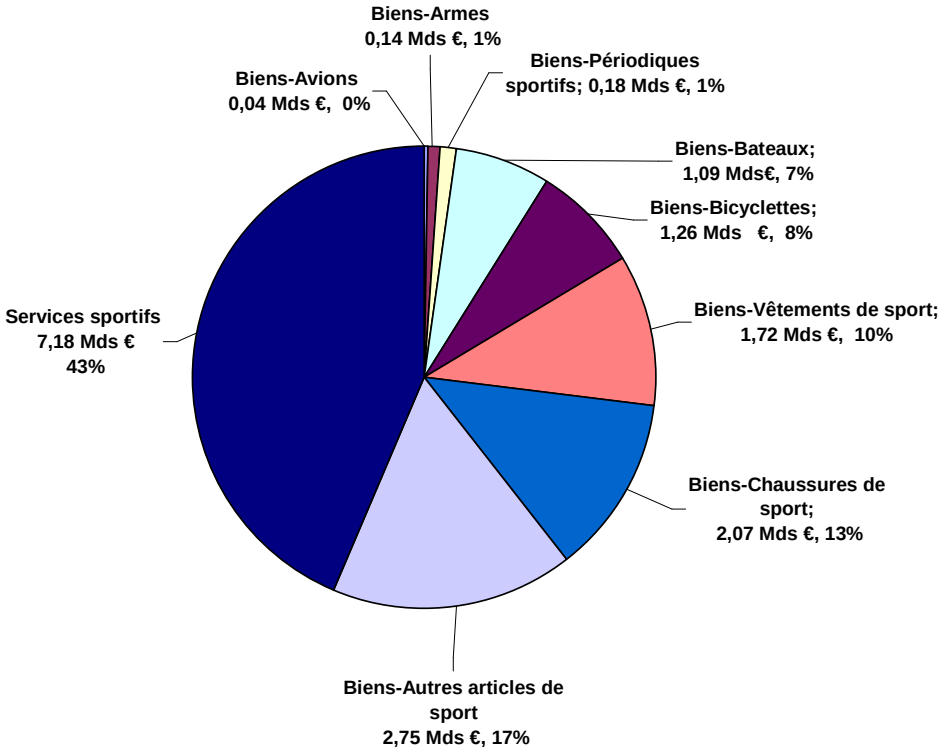
L'analyse de la structure de la dépense sportive fait ressortir que les ménages sont les premiers financeurs du sport en France, et ce depuis la fin des années 1980. En y consacrant 16,4 milliards d'euros en 2007, soit 1,6% de leur consommation finale, les ménages financent près de la moitié du sport en France (49,7%). Leurs dépenses correspondent à des achats de biens (56%) et de services sportifs étant précisé que la part relative de ces derniers est passée, entre 1995 et 2007, de 36% à 44% de l'ensemble de la dépense sportive. Cette part croissante des services sportifs est liée à l'augmentation des volumes consommés -qui globalement suit celle des biens- mais surtout à la forte progression de leur prix total alors que celui des biens est relativement stable sur la dernière décennie.

La catégorie des services sportifs regroupe, selon le Ministère de la santé et des sports, les achats de spectacles ou de services marchands fournis par les clubs et les centres de loisirs sportifs ; il n'apparaît pas que les services gratuits, par exemple le temps donné par les bénévoles, soient ici comptabilisés. On peut donc émettre l'hypothèse que, si l'on parvenait à évaluer en termes monétaires le bénévolat sportif, la part relative des services par rapport aux biens apparaîtrait encore plus importante.

Parmi les biens sportifs les plus consommés par les ménages on trouve les articles de sport (vêtements, chaussures et autres articles) qui représentent une dépense de 2,7 milliards d'euros en 2007, soit près de 30% de la consommation totale de biens sportifs. Les autres dépenses de biens consommés concernent essentiellement les bateaux et les bicyclettes.

[1014] Jean-François Bourg « L'économie du sport » publié dans l'ouvrage collectif « Le sport en France », paru à la Documentation française en 2008, encadré pp 141 et 142

Figure 116. Consommation des ménages en biens et services sportifs en 2007
(Total : 16, 43 milliards d'euros courants)



Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-Info n° 09-02, septembre 2009 – Graphique CESR Bretagne

1.2.2. Les collectivités locales : 1/3 de la dépense sportive nationale

Après les ménages, avec une dépense sportive de 10,2 milliards d'euros en 2007, les collectivités locales sont le deuxième financeur du sport en France. Leur intervention financière représente presque 1/3 de la dépense sportive nationale (30,9%). Ces dépenses sont concentrées sur les équipements sportifs.

Sans compter la valorisation monétaire du bénévolat sportif, ménages et collectivités locales financent donc à eux-seuls 80% du sport en France.

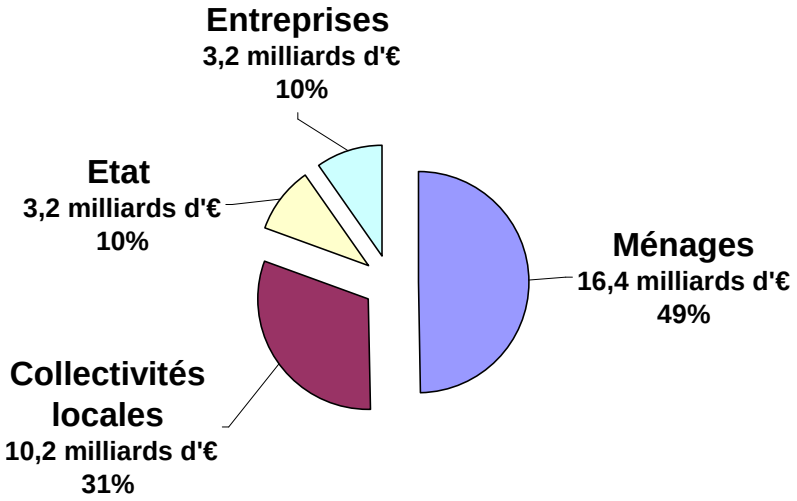
1.2.3. Etat et entreprises ont le même taux de participation à la dépense sportive : 10% de la dépense sportive française chacun

Le reste de la dépense sportive, soit 6,4 milliards d'euros, est financé à parité entre les entreprises et l'Etat, représentant, pour chacun, une dépense de 3,2 milliards d'euros et 10 % de la dépense sportive totale (9,7%). Pour l'Etat, ces dépenses relèvent essentiellement du Ministère de l'Education nationale. Quant à celles des entreprises, elles se partagent entre le « parrainage sportif » et les « droits audiovisuels » de retransmission des évènements sportifs.

1.3. Bilan : les ménages et les collectivités locales sont de loin les premiers financeurs du sport en France

Pour résumer, en arrondissant, on peut donc dire qu' en France, pour 100 euros dépensés pour le sport, 50 € proviennent *directement* du porte-monnaie des ménages (sans compter le bénévolat), 30 € des collectivités locales, 10 € des entreprises et 10 € de l'Etat.

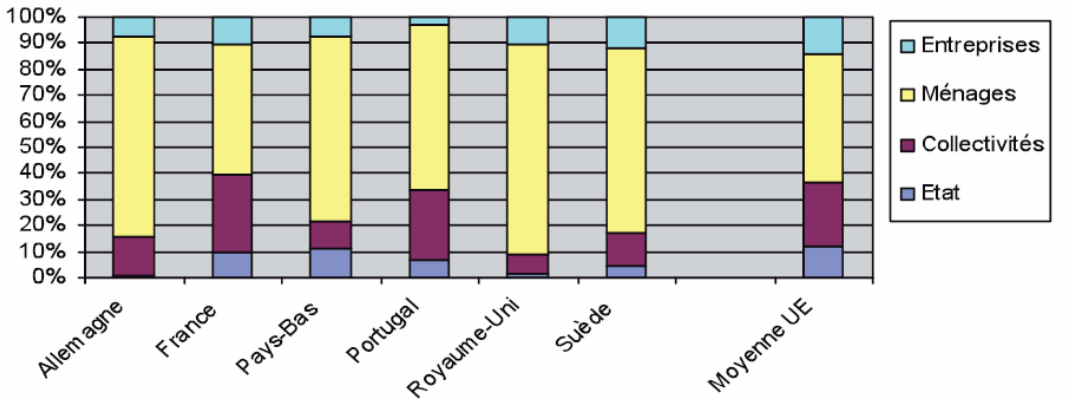
Figure 117. La dépense sportive en France en 2007



Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-Info n° 09-02, septembre 2009 – Graphique CESR Bretagne

Comme l'illustre le graphique ci-après, la structure de la dépense sportive en France est assez proche de la moyenne européenne, même si celle-ci occulte de fortes différences dans les sources de financement du sport dans l'Union européenne selon la part plus ou moins grande des financeurs publics ou privés.

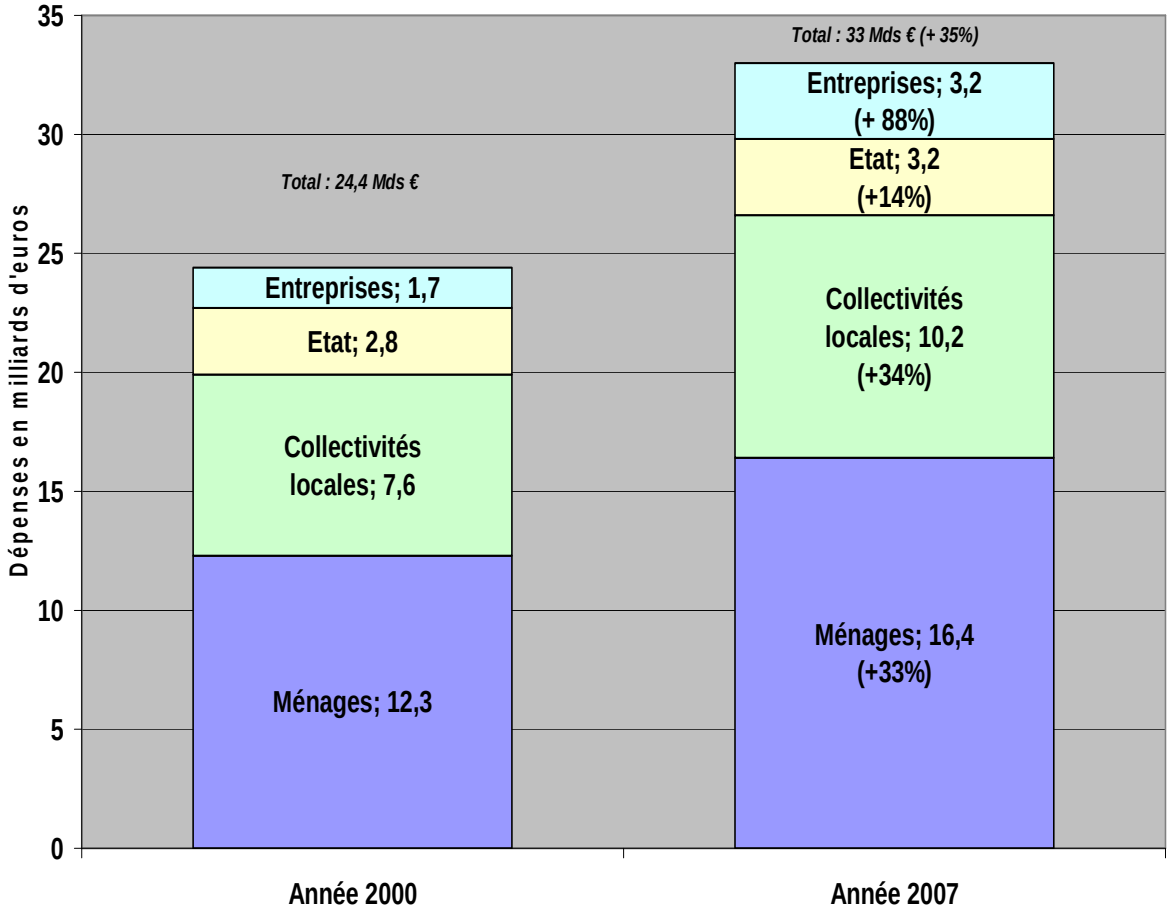
Figure 118. Le financement du sport en Europe



Source : Etude sur « le financement du sport en Europe » réalisée en 2008 dans le cadre de la Présidence de l'Union européenne auprès de 27 ministères chargés des sports en Europe- Graphique extrait de la publication du Ministère de la santé et des sports « Stat-infos » n° 09-02, septembre 2009, p 2.

La tendance est bien à la prise en charge croissante de la dépense sportive par les ménages, les collectivités locales et les entreprises en France. Comme l'illustre le graphique ci-après, la part de l'Etat dans la dépense sportive totale n'évolue que faiblement entre 2000 et 2007 (+ 14%), alors que celles des trois autres acteurs augmentent fortement : entreprises (+88%), collectivités locales (+34%), ménages (+33%).

Figure 119. Evolution de la structure du financement de la dépense sportive en France entre 2000 et 2007 (milliards d'euros courants)



Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-infos n°09-02, septembre 2009- Exploitation et graphique CESR Bretagne-Lecture : les montants sont exprimés en milliards d'euros courants – Le % entre parenthèses dans la barre de l'année 2007 est le taux d'évolution de la dépense sportive de chacun des acteurs entre 2000 et 2007 : ex : entre 2000 et 2007 la dépense sportive des ménages est passée de 12,3 milliards d'euros courants à 16,4 milliards d'euros courants, ce qui représente une augmentation de + 33%.

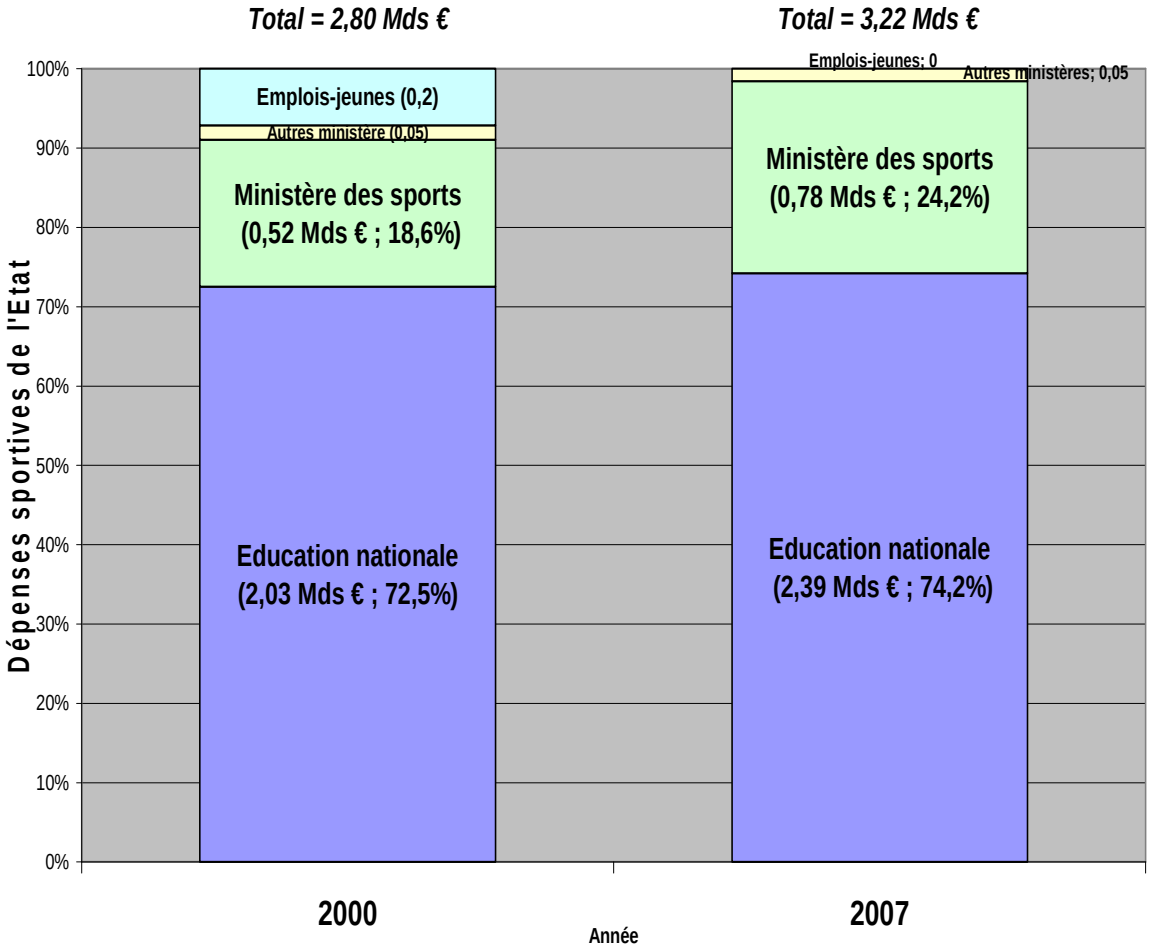
- Les communes financent les 2/3 de la dépense publique sportive

  - La dépense sportive de l'Etat : les crédits du Ministère de l'Education nationale prédominent

En 2007, l'Etat français a dépensé 3,2 milliards d'euros pour le sport, soit 24% de l'ensemble de la dépense publique sportive, le reste, soit 76%, provenant des collectivités territoriales. Entre 2000 et 2007, la part des dépenses sportives de l'Etat est passée de 26,9% de la dépense publique sportive totale à 24%, alors que, dans le même temps, celle des collectivités territoriales est passée de 73,1% à 76%.

Il est important de souligner que, dans les dépenses sportives de l'Etat, les crédits du Ministère de l'Education nationale (EPS en primaire et secondaire essentiellement) sont largement prépondérants par rapport à ceux du Ministère des sports et d'autres ministères, puisqu'ils représentent respectivement 74,2% et 24,2% de la dépense sportive de l'Etat en 2009.

Figure 120. Structure de la dépense sportive de l'Etat en France en 2000 et 2007

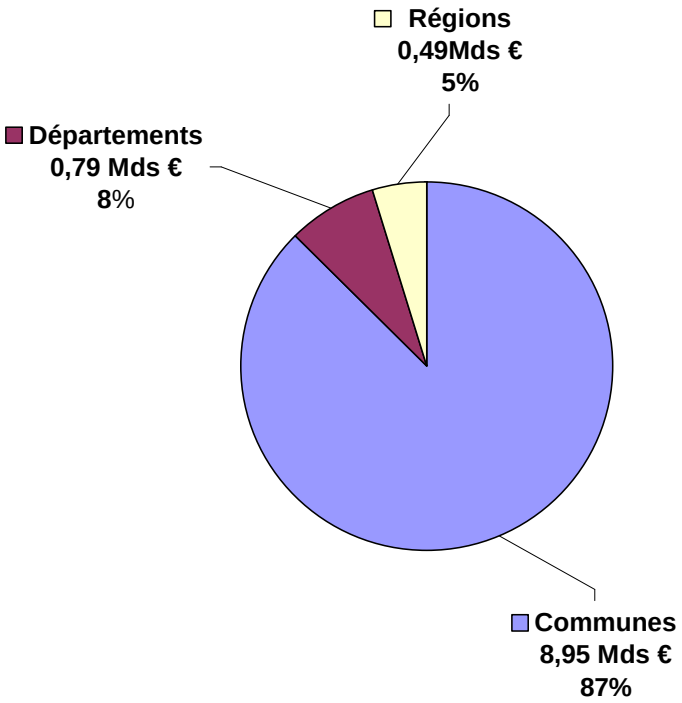


Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-infos n°09-02, septembre 2009- Exploitation et graphique CESR Bretagne-Lecture : les montants sont exprimés en milliards d'euros courants – Entre parenthèse, on trouve les montants en Milliards (Mds) d'euros et la part des dépenses de chaque Ministère dans l'ensemble de la dépense sportive de l'Etat de l'année. Exemple de lecture : En 2007, la dépense sportive totale de l'Etat était de 3,22 milliards d'euros. Les crédits du Ministère de l'Education nationale affectés au sport représentaient 2,39 milliards d'euros, soit 74,2% de la dépense sportive totale de l'Etat en 2007.

- Les communes sont en première ligne avec près de 90 % de la dépense sportive des collectivités territoriales en France et la propriété des ¾ des équipements sportifs

En 2007, avec près de 9 milliards d'euros, les communes ont financé 87,5% de la dépense publique sportive des collectivités territoriales en France, contre 7,7% pour les départements et 4,8% pour les régions. Ainsi, les communes, échelons de proximité de la vie locale, sont au premier rang du financement public local de l'organisation et de la pratique du sport en France, tandis que les départements et les régions pèsent un poids très faible en volume.

Figure 121. La structure de la dépense publique des collectivités territoriales en France en 2007



Source : Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-infos n°09-02, septembre 2009- Exploitation et graphique CESR Bretagne-

Selon le Ministère de la santé et des sports, en 2007, la dépense sportive des collectivités territoriales se décompose à parts à peu près égales entre les dépenses de fonctionnement (54,6% de l'ensemble des dépenses) et celles liées à l'investissement (45,4%). Cette structure de dépenses est assez similaire entre les communes (46% d'investissement), les départements (44% d'investissement) et les régions (41% d'investissement).

Le Ministère rappelle que « le recensement des équipements sportifs souligne l'ancrage territorial des équipements sportifs, espaces et sites de pratiques. Les communes sont au premier rang des collectivités territoriales : elles sont propriétaires d'environ trois quarts des équipements sportifs traditionnels (hors espaces et sites de sport de nature) et gèrent 70% de ce parc »[1015].

- Une dépense publique sportive locale dynamique, notamment depuis 2004

Passant de 7,80 milliards d'euros en 2000 à 10,23 milliards d'euros en 2007, la dépense sportive des collectivités territoriales a progressé de 34,6%. Sur la même période, la dépense sportive de l'Etat a crû de 15%, soit deux fois moins vite que la dépense des communes, départements et régions réunis.

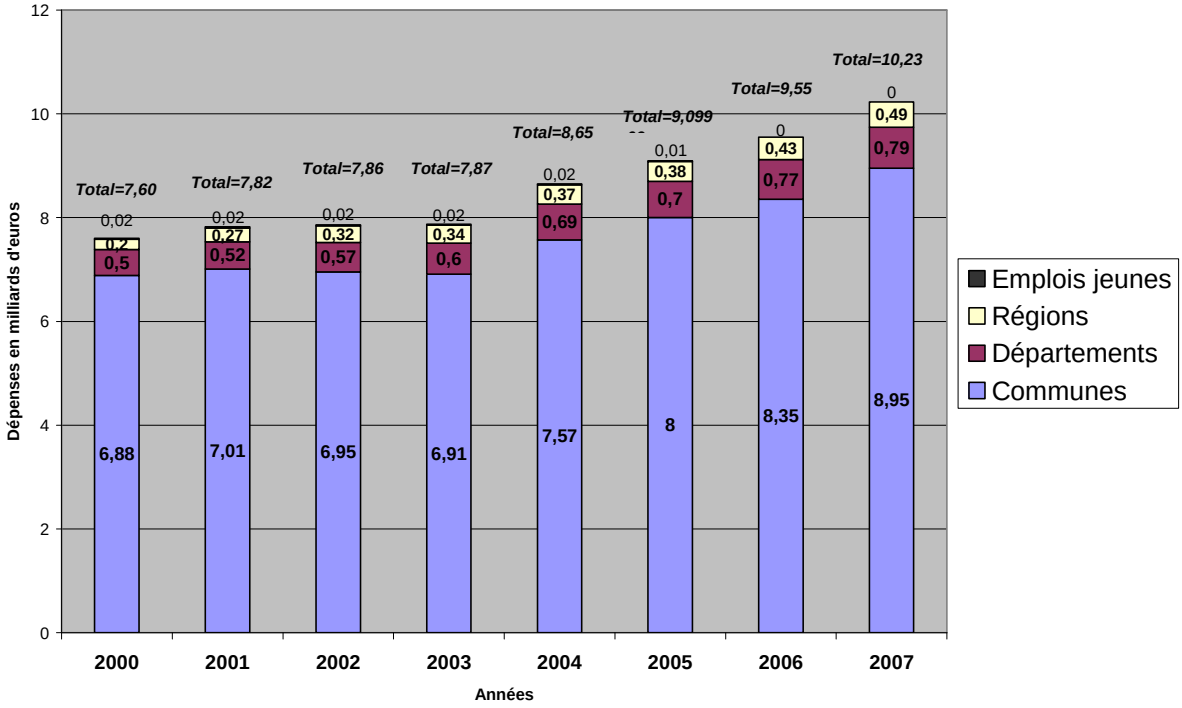
Mais, c'est l'évolution de la dépense sportive des Régions qui est la plus spectaculaire avec un taux de croissance de + 145% entre 2000 et 2007, contre + 58% pour les Départements et + 30,1% pour les Communes. Il faut toutefois relativiser ces progressions des Régions et Départements car, comme nous l'avons vu, en volume financier, ils partaient

[1015] Ministère de la santé et des sports : Stat-infos n°09-02, septembre 2009, p 6

de bien plus bas que les communes et restent des acteurs financiers mineurs de la dépense publique sportive locale comparés à ces dernières.

Entre 2000 et 2003, on observe une certaine stabilité de la dépense sportive des collectivités territoriales (+ 3,5%). En revanche, entre 2004 et 2007, celle-ci progresse beaucoup plus rapidement : + 18,3%.

Figure 122. Evolution de la dépense sportive des collectivités territoriales en France entre 2000 et 2007 (en milliards d'euros courants)



Source : Ministère de la santé et des sports, Stat-infos n°09-02, septembre 2009-
Exploitation et graphique CESR Bretagne-

- De fortes inquiétudes s'expriment sur les perspectives du financement public du sport dans le contexte du projet de réforme territoriale

Si en termes de gouvernance, l'Etat demeure un acteur majeur du sport en France, en revanche il apparaît moins déterminant en termes financiers. Dans le contexte de la Révision Générale des Politiques Publiques (RGPP) et de la réforme territoriale, ce constat est important, d'autant plus que certaines législations et politiques de l'Etat peuvent, de surcroît, sérieusement brider les capacités de financement des autres acteurs du sport en France : ménages, collectivités locales et entreprises. A ce sujet, le CNOSF estimait en septembre 2009, qu'en l'état, le projet de suppression de la clause de compétence générale des Régions et Départements pourrait faire perdre environ 1 milliard d'euros de financement annuel au sport en France. A cette occasion, le Vice-président du CNOSF, M. Jean-Michel Lebrun, chargé du sport et des territoires, a évoqué des conséquences potentiellement « catastrophiques »[1016].

[1016] Source : Gazette des communes, communiqué AFP : 11 septembre 2009

On mesure donc les conséquences cruciales des évolutions du pouvoir d'achat des ménages et de la marge de manœuvre financière des collectivités locales sur le développement du sport en France, dans ses régions et autres territoires, ce qu'a bien expliqué, en faisant part de ses inquiétudes, M. Jean-Luc Chenut, Maire de la commune de le Rheu en Ille-et-Vilaine, lors de son audition au CESR de Bretagne[1017] (encadré ci-après).

Le CESR, inquiet des conséquences possibles de la réforme territoriale en cours, ayant souligné l'intérêt du sport pour tous, redoute qu'un déséquilibre accentué des financements publics entre l'Etat et les collectivités territoriales pénalise, à terme, les familles et ménages à faibles ressources, alors même qu'ils sont déjà victimes d'inégalités de santé accentuées.

Quelques réflexions issues de l'audition de M. Jean-Luc Chenut, Maire de Le Rheu (35), sur les enjeux du projet de réforme territoriale sur le financement local du sport (Synthèse CESR Bretagne)

Lors de son audition au CESR de Bretagne le 24 mars 2009, Jean-Luc Chenut a intégré sa réflexion sur le financement local du sport dans le contexte du projet de réforme territoriale, avec un questionnement central : en cas de suppression de la clause de compétence générale des collectivités territoriales, comment le sport local va-t-il continuer à être financé ?

Supprimer un échelon, tel que le Conseil général, pourrait peut-être apporter une meilleure lisibilité des institutions, de même que la suppression de la clause de compétence générale ; mais le véritable enjeu n'est pas là : si un échelon territorial est supprimé, par quoi le remplace-t-on et surtout avec quels ressources durables ?

Actuellement, les Conseils généraux, qui sont brutalement confrontés à un effet de ciseaux financiers, remettent en cause leur soutien aux domaines relevant de leurs compétences facultatives tels que le sport ou la culture. Mais un danger existe : dès que l'on retire un maillon de la chaîne du financement d'une action, c'est toute la chaîne qui peut être remise en cause : par exemple, supprimer ne serait-ce que 10 % de financements publics à une manifestation sportive ou culturelle, peut la tuer si déjà son équilibre financier est précaire.

La clarification dans les compétences et les financements est plus que nécessaire, mais attention donc à ne pas déstabiliser un secteur où les financements croisés sont prépondérants.

On peut envisager que les grandes agglomérations soient dotées de la compétence générale en lieu et place des communes, encore faut-il prévoir un temps de transition suffisamment long (ex: passage progressif en Taxe professionnelle unique des communes de Rennes Métropole). Toutefois, l'échelon communal restera celui de la gestion des actions de proximité car il est le plus attentif et réactif aux besoins des habitants.

2. L'emploi sportif en France : intégration ou dualisation ? Un état des lieux, des enjeux et scénarios d'avenir sur la base des travaux de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault

Les financeurs de la dépense sportive présentés dans le point précédent sont aussi ceux qui financent l'emploi sportif.

[1017] Audition du 24 mars 2009 à Rennes

Sur la base de l'audition et des travaux de MM. Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault du Centre d'économie et du droit du sport de Limoges (CDES) [1018], nous présenterons un état des lieux de l'emploi sportif en France, ses enjeux et les deux scénarios imaginés par les auteurs : intégration ou dualisation du système sportif en France ?

Mais avant de présenter la réflexion de ces deux auteurs, nous rendrons compte des travaux de M. Jean-François Bourg, économiste du sport, sur l'impact du bénévolat sportif. Car, si le sport comporte une économie marchande monétarisée, il est avant tout, pour le mouvement sportif, un acteur majeur de l'économie sociale en France dont la production de richesse est autant économique que sociale, en particulier grâce à l'action des bénévoles.

Vu sous cet angle, l'enjeu d'un chiffrage en termes monétaires des services rendus gratuitement par les bénévoles sportifs, notamment par le biais de leur traduction en emploi équivalent temps plein et les coûts monétaires ainsi évités pour la collectivité, est primordial que ce soit dans la macro-économie nationale ou dans l'approche de la micro-économie de l'association sportive locale, quelle que soit sa taille.

En ce sens, le CESR de Bretagne recommande aux clubs sportifs locaux de la région de valoriser systématiquement, dans leur bilan d'activité annuel, le temps donné par leurs bénévoles au service de la collectivité. C'est un élément essentiel d'évaluation à faire connaître à tous les financeurs publics, notamment aux communes, en leur montrant ce que coûterait à la collectivité l'absence des services rendus par les bénévoles sportifs qui se dévouent le plus souvent sans compter.

2.1. L'emploi sportif en France : une situation de grande fragilité

Une idée essentielle ressort de l'article et de l'audition de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault : l'emploi sportif, essentiellement associatif, bien que souvent présenté comme un gisement d'emplois potentiels, demeure dans les faits d'une « très grande fragilité ». Cette grande fragilité est liée à des « difficultés structurelles » autant qu'à une « gouvernance incertaine ».

2.1.1. Estimations de l'emploi sportif en France : entre 208 000 et 350 000 emplois, sans compter l'équivalent en emplois temps plein du bénévolat sportif

D'après les données publiées en septembre 2009 par le Ministère de la santé et des sports, hors bénévolat, le secteur sportif, en 2007, comptait un noyau central d'environ 208 000 emplois salariés en France liés au sport, dont un peu plus de la moitié relevaient des catégories statistiques « gestion d'installations sportives » ou « autres activités sportives », et le reste, des emplois de personnels dépendant de l'Etat ou des collectivités territoriales exerçant dans le domaine du sport. Plus précisément, s'agissant de cette dernière catégorie, les emplois se répartissaient fin 2007 en44 286 enseignants d'EPS relevant du Ministère de l'Education nationale (en baisse de 0,9% par rapport à 2006), principalement dans le second degré, et 54 360 emplois au service du sport dans les collectivités territoriales (éducateurs ou animateurs sportifs, autres agents gestionnaires des services sports…).

[1018] *Avertissement* : Le texte qui suit a pour socle et trame l'audition de Jean-Jacques GOUGUET et Didier PRIMAULT, ainsi que leur article sur « L'emploi sportif en France : Bilan et analyse prospective », publié dans la Revue juridique et économique du sport du Cendre de droit et d'économie du sport, n° 90, mars 2009, pp 7-28. Nous avons repris la majeure partie du texte de cet article en lien direct avec le contenu de l'audition de ses auteurs. Toutefois, dans une optique de synthèse, certains titres ou quelques formulations ont été modifiées ou actualisées. Le texte qui suit n'engage donc que le CESR et non les deux auteurs mentionnés. Toute citation devrait donc s'appuyer sur la publication originale des travaux des auteurs à laquelle nous renvoyons le lecteur.

Selon une autre source, celle de Jean-François Bourg, économiste du sport, l'estimation du nombre d'emplois du secteur sportif en France apparaît légèrement plus élevée : 350 000 emplois en 2005. Ce dernier précise toutefois que « la relative faiblesse de ces chiffres au regard de l'importance de l'activité physique et sportive en France (14 millions de licences) doit être mise en perspective avec le poids du bénévolat dans l'encadrement sportif au sein des associations » : entre 167 000 et 378 500 emplois équivalent temps plein selon les estimations (voir encadré ci-dessous).

Le poids économique du bénévolat sportif – Extraits de l'article de Jean-François Bourg « L'économie du sport » publié dans l'ouvrage collectif « Le sport en France », paru à la Documentation française en 2008, encadré pp 141 et 142.

« Le secteur bénévole[1019] contribue de façon déterminante au développement de la pratique sportive, en France comme en Europe. En son absence, la totalité des coûts serait à la charge des consommateurs et des clubs sportifs. Valorisé, il représente un fort pourcentage de l'ensemble des budgets des clubs sportifs, principalement les clubs amateurs.

La prestation de travail bénévole peut-être définie comme une fourniture de service sans rémunération. Elle revêt diverses formes : transport gratuit d'une équipe de football, gestion administrative d'un club, encadrement des séances d'entraînement… Ces prestations ont une valeur marchande puisque, sans le concours des bénévoles, les associations devraient payer pour obtenir le même résultat. Les bénévoles jouent donc, dans l'offre sportive, un rôle essentiel.

Un des aspects délicats de l'étude du financement du sport concerne l'estimation de la valeur financière du travail des bénévoles. Le temps qu'ils consacrent à leurs tâches bénéficie au mouvement sportif et constitue un financement en nature. Pour quantifier cet apport, une méthode consiste à décompter le total des heures consacrées dans l'année à l'activité bénévole. En divisant ce total par le nombre annuel légal d'heure de travail d'un salarié, on obtient le nombre d'emplois à temps plein que représente cette contribution.

En France, une enquête nationale sur le budget des associations sportives en 2003 a permis d'estimer l'effectif moyen à 13.5 bénévoles par association[1020]. Le nombre d'heures de bénévolat par bénévole a été évalué à environ 225 heures par an en moyenne, soit de 5 à 6 heures par semaine. En cumulant les heures de bénévolat effectuées par chaque membre d'une association, on peut quantifier le nombre moyen d'heures de bénévolat au sein de chaque association sportive (3 800 par an), soit, en termes de valorisation du travail accompli par les bénévoles, l'équivalent de deux personnes à temps plein.

Selon cette même enquête, ce volume a été évalué à 607.5 millions d'heures (avec 13.5 bénévoles effectuant 225 heures par an dans 200 000 associations sportives), soit l'équivalent de 378 500 emplois à temps plein (1605 heures par an constituant l'équivalent en temps plein).

Une autre enquête, réalisée par l'INSEE en 2002[1021], quantifie également le travail bénévole sportif (268 millions d'heures par an, qui représentent 167 000 emplois à temps plein), soit 20.4 % de l'ensemble du bénévolat associatif (1.3 milliards d'heures, 820 000 emplois). L'écart observé entre les résultats des deux enquêtes procède essentiellement de la différence des durées moyennes du don de temps obtenues (2.5 heures par semaine et par bénévole selon l'INSEE ; 4.5 heures selon le Secrétariat d'Etat aux sports, à la jeunesse et à la vie associative).

Selon l'INSEE, s'il fallait faire réaliser ces services non rémunérés par des salariés, il conviendrait de payer l'équivalent de 1% du PIB pour l'ensemble de la ressource bénévole et de 0.2% du PIB pour la contribution du bénévolat sportif, soit 3.25 milliards d'euros. Le coût d'opportunité, c'est-à-dire ce que devraient rembourser dans ce cas les associations où les donateurs sont engagés, représenterait 12% de la dépense sportive nationale (26.7 milliards d'euros en 2002). Selon l'enquête du Ministère des sports, cette contribution s'élèverait à 27% de ce même agrégat. »

[1019] Sur ce sujet, v. Wladimir Andreff « Voluntary word in sport », in Wladimir Andreff et Stéfan Szymanski (dir), Handbook on the economics of sports, op. cit, p 219-224

[1020] Secrétariat d'Etat aux sports, à la jeunesse et à la vie associative, « Le budget des associations sportives », Stat-info, n°06-05, avril 2006

[1021] Lionel Prouteau et François-Charles Wolf, « le travail bénévole : un essai de quantification et de valorisation », Economie et statistique, n° 373, avril 2005, p) 33-56

Jean-François Bourg estime donc à 3,25 milliards d'euros la contribution économique du bénévolat sportif au Produit intérieur brut (PIB)[1022]. Si l'on rapproche ce montant des 1,28 milliards d'euros dépensés pour le sport en 2007 par les départements et les régions françaises et des 8,95 milliards d'euros dépensés par les communes, on peut observer que la contribution économique des bénévoles du sport est environ deux fois plus importante que celle des départements et régions réunis, et qu'elle représente plus du tiers de la dépense sportive des communes.

On mesure ainsi l'importance de valoriser davantage la contribution économique du bénévolat sportif, y compris au niveau local. On imagine aussi les transferts de charges qui seraient occasionnés pour les collectivités publiques, donc les contribuables, ainsi que pour les ménages, si son renouvellement n'était plus assuré …

2.1.2. L'emploi sportif connaît des difficultés structurelles

On observe, d'une part, que l'emploi sportif est fragile, d'autre part, que les structures qui le portent s'adaptent difficilement aux évolutions sociétales.

2.1.2.1. L'instabilité des financements favorise la précarité de l'emploi sportif

A) Une dépense sportive dynamique mais dont le poids est à relativiser

Comme présenté dans le point précédent, il faut rappeler ici que la dépense sportive nationale s'élevait à 33 milliards d'euros en 2007, soit environ 1.8 % du PIB et, qu'en tenant compte de l'estimation de l'impact économique du bénévolat, ce taux atteindrait environ 2 %.

Lors de leur audition, en prenant l'exemple de l'impact économique de la coupe du monde de rugby en 2007 en France, Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault ont toutefois insisté sur le fait que, si le poids économique du sport progresse régulièrement –étant notamment tiré vers le haut par les services - il ne doit pas non plus être surestimé.

Sur la structure des financements du sport en France, nous renvoyons au point précédent en soulignant là encore le poids des ménages et des collectivités locales, premiers financeurs du sport en France, bien avant l'Etat et les entreprises.

B) L'emploi sportif associatif domine avec un mode de financement spécifique

Selon Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, la très grande majorité de la branche du sport, 93% en 2006, est constituée d'associations qui en sont le principal employeur. Toutefois, leur structure de financement présente des spécificités par rapport à la moyenne associative : contrairement à certaines idées reçues, les emplois sportifs associatifs sont moins subventionnés que ceux des autres secteurs associatifs (ex. : culture) :

- les cotisations représentent 31% des recettes totales des associations sportives contre 10% en moyenne dans l'ensemble du secteur associatif ;
- la part des financements publics est très inférieure : 36.9% contre 53.7% ;
- le poids des recettes d'activité est en revanche sensiblement identique à la moyenne : 29.4% contre 31.4%[1023].

[1022] Cf. : encadré ci-dessus
[1023] Voir aussi Viviane Tchernonog, le paysage associatif français, 2007, dont les chiffres diffèrent : cotisations (38 vs 12), financements publics (24 vs 34), recettes activité (32 vs 49).

Cette faiblesse relative des financements publics est à nuancer fortement puisque ce sont bien les collectivités publiques qui financent l'essentiel des équipements sportifs. Or, ceux-ci sont indispensables au développement de l'activité sportive et des emplois afférents. Il faudrait sans doute ajouter l'ensemble des services publics dont bénéficient, le plus souvent à titre gratuit, les clubs sportifs locaux. Equipements sportifs et emplois sportifs sont liés. Pour cette raison, les collectivités locales et parmi elles, les communes principalement, ont une lourde responsabilité en ce domaine. D'où la nécessité de mise en place de schémas d'équipements sportifs intégrés à un projet territorial global et l'enjeu, non moins important, de développement l'intercommunalité sportive.

Un autre facteur intervient : même si en termes de chiffre d'affaires et d'emploi, son poids est à relativiser, il n'empêche que le dynamisme du sport professionnel induit de nombreux effets d'entraînement sur le développement de l'ensemble de l'emploi sportif en France, y compris dans sa composante associative.

C) Des emplois éclatés, souvent précaires et à temps partiel

L'emploi sportif est éclaté : l'essentiel de l'offre sportive (95%) est assuré par 170 000 associations, le plus souvent de très petites tailles, dont les 2/3 comptent moins de 2 emplois équivalent temps plein. Alors que les emplois aidés représenteraient 17 % de l'ensemble des emplois sportifs, aujourd'hui, plus de la moitié des structures de la branche déclarent fonctionner avec ces emplois. Si le dispositif emploi-jeune a démultiplié le nombre d'associations employeurs ces dix dernières années, toutefois, depuis 2001, l'emploi salarié a légèrement régressé.

L'emploi sportif est souvent précaire et majoritairement à temps partiel : 44 % d'emplois en CDD, 61 % à temps partiel dont 46 % sont de moins de 5h/semaine et 63 % moins de 10h/semaine.

Face à cet émiettement et à cette mauvaise qualité de l'emploi, on comprend mieux, malgré les progrès réalisés très récemment avec la Convention nationale collective du sport, qu'une grande partie des salariés du secteur sportif dénonce régulièrement la précarité de leur profession, le manque de perspectives de progression, l'usure physique, le manque de reconnaissance sociale et les problèmes d'accès à la formation.

Au final, au vu du fort pourcentage de bénévoles et de l'importance de l'emploi aidé, l'emploi sportif est très dépendant de l'altruisme d'un certain nombre d'acteurs et de la bonne volonté des pouvoirs publics, d'où sa grande fragilité.

2.1.2.2. Une certaine inertie du système sportif semble freiner son adaptation aux évolutions sociétales

A) L'évolution de la demande sportive : une révolution culturelle ?

Analyser les perspectives de l'emploi sportif, c'est aussi s'intéresser à l'évolution sociétale du sport. Or, alors que l'activité sportive s'est massifiée depuis les années 1950, passant de 2 millions de licenciés à l'époque à 15 millions environ aujourd'hui, les motivations des pratiquants évoluent rapidement. Avec le développement des pratiques sportives informelles, individuelles ou communautaires, on observe une rupture avec le modèle sportif fédéral traditionnel fondé sur la spécialisation disciplinaire, la recherche de performance et la compétition. Ce qui semble dominer aujourd'hui, c'est moins l'exploitation à court terme du potentiel physique que son entretien à long terme avec une recherche de détente, de défoulement, de plaisir, de santé ou de convivialité ludique. La recherche de bien-être parait prendre le pas sur celle du meilleur résultat sportif, même si l'une n'exclut pas l'autre. Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault n'hésite pas à parler, à ce sujet, de « révolution culturelle ».

B) Un système sportif traditionnel qui s'adapte difficilement

Face à cette évolution sociétale de la demande sportive, la structuration pyramidale du mouvement sportif, du mondial au local, si elle est garante de l'universalité des règles sportives et conserve une extraordinaire capacité de mobilisation des acteurs à tous les niveaux, souffre en revanche d'une certaine inertie face aux changements de la pratique engendrant un décalage entre offre et demande.

En France, ce décalage s'est progressivement installé entre l'offre proposée par un modèle sportif bâti dans les années 1960-1970 par l'Etat et les fédérations sportives et une partie de la demande sportive de plus en plus diversifiée et éclatée. Pour répondre à ces évolutions, différents acteurs se sont immiscés entre l'Etat et le mouvement sportif traditionnel, en particulier les collectivités locales.

Celles-ci, entre les années 1970 et la fin des années 1980, assurent la majorité du financement du sport. Pourtant, leur place dans la gouvernance du sport en France n'a pas suivi cet investissement croissant : elle est restée marginale. Or, ce sont souvent elles qui ont innové en apportant de nouvelles réponses aux évolutions de la demande sportive. Elles sont désormais soucieuses d'utiliser le sport pour le développement de leurs territoires et pour assurer des missions sociales, de santé, d'éducation auprès des populations. Ces objectifs rejoignent dorénavant majoritairement ceux des pratiquants eux-mêmes, lesquels, comme nous l'avons vu, assurent directement, depuis les années 1990, l'essentiel de la dépense sportive en France.

2.1.3. Les associations sportives employeurs : un tissu de TPE à la gouvernance incertaine

2.1.3.1. Une professionnalisation en progression mais encore balbutiante

Si la professionnalisation du tissu des associations employeurs progresse, notamment en lien avec les exigences de la Convention nationale du sport, le sport reste l'un des secteurs où l'essentiel des activités de direction est assuré par des bénévoles. Les emplois salariés se trouvent principalement dans l'exercice des fonctions d'encadrement (entraînement, compétition) et dans les fonctions logistiques (secrétariat, accueil…). Dans ce contexte, il est difficile pour nombre de très petites entreprises (TPE) associatives de formaliser un projet de développement qui s'ouvre au-delà de la spécialisation disciplinaire et de la finalité compétitive.

Pourtant, selon de nombreux dirigeants sportifs, le développement de l'emploi sportif présente deux atouts : d'une part, il serait la seule solution pour pallier le non renouvellement des bénévoles, d'autre part, il permettrait de mieux répondre aux nouvelles demandes des pratiquants. Sur ce dernier point, le recours à des salariés compétents facilite et sécurise la diversification des activités en direction de nouveaux publics. Par exemple, le développement d'emplois d'agent de développement dans les associations s'est révélé très utile dans le cadre du dispositif emploi-jeunes, ou plus récemment des « emplois-STAPS ». Reste l'épineuse question du financement pérenne de ces emplois démultiplicateurs.

Or, l'émiettement du tissu des associations sportives employeurs, s'il assure un maillage territorial exceptionnel, représente aussi une dispersion de moyens humains, financiers et matériels (bénévoles, subventions, salariés, équipements). La question de la masse critique qui permettrait, par des regroupements de petites structures, de sécuriser, professionnaliser et développer l'emploi associatif sportif est posée.

2.1.3.2. L'évolution du système de formation : un enjeu central pour l'emploi sportif

Pour Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, il est certain que les modalités de formation et de délivrance des diplômes jouent un rôle fondamental dans l'évolution de l'emploi sportif.

On retrouve ici la question de l'inertie du système sportif traditionnel dont les certifications ont été principalement élaborées dans une logique de spécialisation disciplinaire et ce, jusqu'à la loi Lamour de 2003 qui encourage le développement de formations plus généralistes des professionnels du sport (ex : STAPS, BPJEPS).

Pour les auteurs, il est clair que la spécialisation a été un facteur d'émiettement de l'emploi sportif et que l'approche non spécialisée pourrait permettre de mieux répondre aux nouvelles attentes sociétales. Il y a donc un enjeu considérable à faire évoluer la culture des employeurs sportifs qui restent le plus souvent attachés à la spécialisation disciplinaire.

La Région Bretagne a ici un rôle central à jouer pour réfléchir, avec les acteurs concernés, à l'évolution d'un système de formation qui permettrait, en répondant à la nouvelle demande sportive, de développer l'emploi sportif, tant au plan quantitatif que qualitatif, et de mieux sécuriser les parcours professionnels et personnels des salariés.

2.1.3.3. La complexité et la concurrence des jeux d'acteurs dans les territoires influent sur l'emploi sportif

Les auteurs soulignent un autre facteur influant sur le développement de l'emploi sportif : la complexité des jeux et relations des acteurs sportifs dans les territoires qui oscillent entre concurrence et complémentarité.

Cinq types de concurrence d'acteurs peuvent être repérés :

- la concurrence entre sport de haut niveau et sport de masse, en particulier dans l'appropriation des fonds publics ;
- la concurrence entre les clubs eux-mêmes qui peut être source de conflit dans la recherche de soutiens ;
- la concurrence entre le secteur commercial et le secteur associatif ;
- la concurrence de compétence entre les dirigeants et encadrants bénévoles et les nouveaux salariés ;
- la concurrence entre territoires : rivalités communales ou intercommunales, fracture entre espaces urbains et ruraux…

Pour les chercheurs du CDES de Limoges, le développement de l'emploi sportif dépendra dans l'avenir de la capacité des acteurs territoriaux du sport à dépasser toutes ces oppositions et au contraire à promouvoir de nouvelles complémentarités.

En pratique, pour relever ce défi des complémentarités, il est indispensable de repenser la relation bénévole/salarié et d'accompagner par exemple les bénévoles employeurs pour garantir des projets plus cohérents et un vrai développement des structures. De la même façon, il faut souligner la complémentarité entre activités lucratives et non lucratives : celles-ci ne sont pas nécessairement incompatibles et peuvent être exercées pour l'un ou l'autre type de structure sportive, séparément mais également au sein d'une même et seule association. Aller plus loin dans la réconciliation du sport de masse et du sport de haut niveau supposera qu'à côté des critères de subvention liés aux résultats compétitifs, soient développés des critères de promotion du sport vers de nouveaux publics et au service d'autres finalités.

Cette recherche de nouvelles complémentarités constitue, selon les auteurs, un gisement d'emploi tout à fait considérable.

2.2. L'avenir de l'emploi sportif en France : intégration ou dualisation du système ?

Lors de leur audition, après avoir souligné la très grande fragilité de l'emploi sportif, Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault dégagent des tendances lourdes et des variables. A partir des évolutions possibles de ces variables structurelles, les auteurs essaient d'imaginer son avenir en France. Ils envisagent un « scénario noir », celui de la *dualisation* du système, et un scénario plus optimiste, celui d'un système sportif plus *intégré* faisant de ses différences, des complémentarités.

2.2.1. Tendances lourdes et variables structurelles

Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault identifient 5 variables structurelles qui sont autant de tendances lourdes qui vont influer sur les modalités d'organisation des pratiques et du spectacle sportif, donc par la même sur l'évolution de l'emploi sportif :

- Le réchauffement climatique[1024] et ses conséquences sur l'environnement des nombreuses pratiques sportives : ski, activités de pleine nature dont le nautisme…
- Le vieillissement de la population et son impact économique et social : économie résidentielle ou « présentielle », cohésion sociale intergénérationnelle, nouvelle demande sportive des seniors…
- L'évolution du rôle de l'Etat et ses conséquences en termes de gouvernance nationale et territoriale du sport ;
- La cohésion sociale et territoriale urbaine : rôle structurant des équipements et des services sportifs à la population ; insertion sociale par le sport.

Une nouvelle approche globale de la relation entre sport et insertion est nécessaire autour de la coordination de l'ensemble des acteurs (école, travail social, entreprises, mouvement sportif, collectivités…) et de la professionnalisation de l'intervention des associations sportives auprès de publics en difficulté (encadrement). Le coût d'une telle politique devrait largement être compensé par la « désutilité sociale » évitée (émeutes, trafics, criminalité…) mais également par la récupération de valeur ajoutée perdue du fait de l'exclusion des jeunes.

- La cohésion sociale et territoriale rurale : conflits d'usage entre les fonctions productives, résidentielles, touristiques et de loisirs, environnementales….

2.2.2. Deux scénarios pour le futur : dualisation ou intégration ?

L'emploi sportif de demain dépendra de la conception du sport qui dominera : sport *bien public* et/ou *bien privé* ? Ces deux visions du sport peuvent être antagonistes, c'est le scénario de la *dualisation* du système, ou complémentaires, c'est celui de son *intégration*.

[1024] Sur le réchauffement climatique voir l'étude du CESR de Bretagne « Pouvoirs et démocratie en Bretagne, à l'épreuve du changement climatique, à l'horizon 2030 (2009) »

2.2.2.1. Le scénario de la « dualisation » du système français du sport

Selon Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, le système français du sport pourrait évoluer vers une forme de « dualisation » qui pourrait revêtir plusieurs formes :

- un déclin du secteur fédéral et une montée du secteur concurrentiel,
- une segmentation du marché des pratiques sportives en fonction du degré de solvabilité des publics ;
- une autonomisation du spectacle sportif vis-à-vis de la base du mouvement sportif : le sport professionnel, répondant à une logique de rentabilité économique, se désolidarise du sport de masse.

Si le secteur sportif ne s'adapte pas aux évolutions de la demande dans ce contexte de dualisation entre un système pour privilégiés et un autre pour les populations défavorisées, alors on peut imaginer un scénario noir dont les symptômes pourraient être les suivants :

- le système et le niveau des retraites deviennent très inégalitaires : des pans entiers des seniors connaissent des difficultés financières ;
- les quartiers en difficulté se replient ;
- la pratique sportive apparaît comme un bien superflu ;
- le spectacle sportif devient un refuge mais n'est accessible qu'aux privilégiés ;
- l'environnement se dégrade, limitant de fait, le développement de certaines activités sportives de pleine nature.

Dans ce scénario, selon les auteurs, les conséquences sur l'emploi sportif seraient néfastes :

- les politiques publiques seraient moins volontaristes avec un retrait vis-à-vis des équipements, des aides à l'emploi, des politiques d'animation, du développement local ;
- l'offre commerciale de prestation serait réservée à une clientèle solvable, ce qui ne compenserait pas les pertes d'emplois liées à l'exclusion des populations non solvables (jeunes, chômeurs, seniors…) ;
- la flexibilité accrue du travail, y compris les contraintes de mobilité, pourraient être un frein au développement de la pratique sportive régulière.

Au final, avec ce « scénario noir », la place du sport serait considérablement dévalorisée : réduction des pratiques sportives, compensation dans le spectacle sportif, pratique compétitive limitée à des publics privilégiés, arrivée d'opérateurs privés pour clientèles solvables, augmentation des pratiques de loisirs auto-organisées.

2.2.2.2. Le scénario de l'intégration du système du sport français

Les auteurs pensent que pour éviter un tel scénario noir, conséquence d'une dualisation du système social et sportif, un nouveau modèle d'organisation du sport est à inventer. Celui-ci pourrait se penser autour de l'idée d'*intégration.*

Face à tous les problèmes de concurrence entre activités, entre territoires, entre acteurs qui débouchent sur une montée des inégalités, une approche intégrée s'avère nécessaire avec la mise en œuvre d'instruments de coopération et de coordination.

Un tel modèle intégré pourrait répondre aux principaux défis que va connaître le secteur sport dans les prochaines années et engendrer un scénario optimiste de création d'emplois tel qu'imaginé ci-après :

- Face à l'évolution de la demande de pratiques, le secteur sportif fédéral est capable de réagir positivement : le vieillissement de la société est bien intégré ; les quartiers difficiles font l'objet d'une politique volontariste ; les espaces ruraux se développent autour d'une

économie présentielle ; les attentes des nouveaux publics sont bien appréhendées et prises en compte.
- En dépit d'un relatif désengagement de l'Etat, le secteur sportif bénéficie d'une demande globalement solvable.
- Le spectacle sportif constitue une opportunité de développement pour de nombreux territoires.
- Les équipements sportifs font l'objet de multiples partenariats ; ils soutiennent et s'adaptent à une demande forte de pratiques et de spectacles sportifs.

Dans un tel contexte positif, on assiste à une création massive d'emplois sportifs visant à :

- satisfaire les nouvelles demandes de pratique sportive : seniors, sports de nature, insertion sociale, économie présentielle rurale ;
- gérer et animer les équipements sportifs ;
- organiser des spectacles sportifs

2.3. Conclusion : Pour un « scénario de l'intégration » en Bretagne

Après avoir présenté leur analyse rétrospective et prospective de l'emploi sportif en France, Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, concluent en décrivant, à leurs yeux, les priorités d'une future politique de l'emploi sportif. Celle-ci devrait permettre de :

- trouver une solution à la très grande fragilité caractérisant la plupart des emplois sportifs (temps partiel, emplois aidés, faible évolution des carrières …) ;
- réduire le décalage entre l'offre et la demande de pratiques sportives en s'ouvrant à de nouveaux publics, ce qui représente un gisement potentiel d'emplois considérable ;
- réconcilier les logiques sportives et marchandes qui peuvent se conforter pour créer de multiples emplois ;
- prendre en compte la dimension territoriale du sport qui est souvent négligée au bénéfice de sa dimension sectorielle. Il est certain que les échelons territoriaux décentralisés sont amenés à jouer un rôle majeur dans la création de l'emploi sportif de demain.

Au vu des réflexions et travaux de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault, le CESR de Bretagne attire l'attention de l'ensemble des acteurs publics et privés du système sportif breton sur la nécessité de s'unir pour relever ensemble le défi de ce scénario de l'intégration en faveur du développement durable du sport en région, pour tous et dans tous ses territoires.

Préconisation du CESR de Bretagne au Conseil régional de Bretagne et à l'ensemble des acteurs territoriaux du sport en Bretagne :

☞Contribuer, chacun selon ses compétences et moyens, à créer les conditions nécessaires à l'émergence d'un « scénario de l'intégration » en Bretagne, en particulier à partir de la co-construction d'une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport organisant les complémentarités sportives dans l'intérêt de toute la population bretonne et de l'ensemble des territoires.

3. Eléments et réflexions sur la situation de l'emploi et du bénévolat sportifs en Bretagne

Comme l'économie du sport, la situation de l'emploi et du bénévolat sportifs en Bretagne mériterait une étude à part entière. Ces sujets n'entrant pas dans le champ principal de notre étude, nous ne ferons ici que présenter succinctement certaines données et réflexions régionales en guise de points de repère.

3.1. L'emploi sportif en Bretagne : 22 000 emplois dans près de 9 000 structures

Sur la situation de l'emploi sportif, nous renvoyons le lecteur aux travaux approfondis du Centre de Ressources et d'Expertise du Sport et des Loisirs de Bretagne (CRESLB) du Groupement régional emploi-formation (GREF) de Bretagne[1025] qui, depuis 2007, explore méthodiquement et progressivement cette *terra incognita* statistique.

Lors de la Troisième journée Sport Emploi-Formation co-organisée par l'Etat et la Région Bretagne le 17 juin 2009 à Rennes, ont été présentées les estimations du CRESLB sur la situation de l'emploi sportif en Bretagne. Nous les compléterons par quelques éléments tirés d'un état des lieux réalisé par l'INSEE Bretagne en mars 2009[1026].

3.1.1. Les établissements employeurs de la filière sport recensés en Bretagne

Le champ des emplois comptabilisés comprend « le secteur d'activité des établissements, du domaine du sport, ou des activités en amont ou en aval ». A partir d'un partenariat multiforme, un fichier initial de 9000 structures employeurs de la filière sport en Bretagne au 1 er janvier 2008 a pu être constitué.

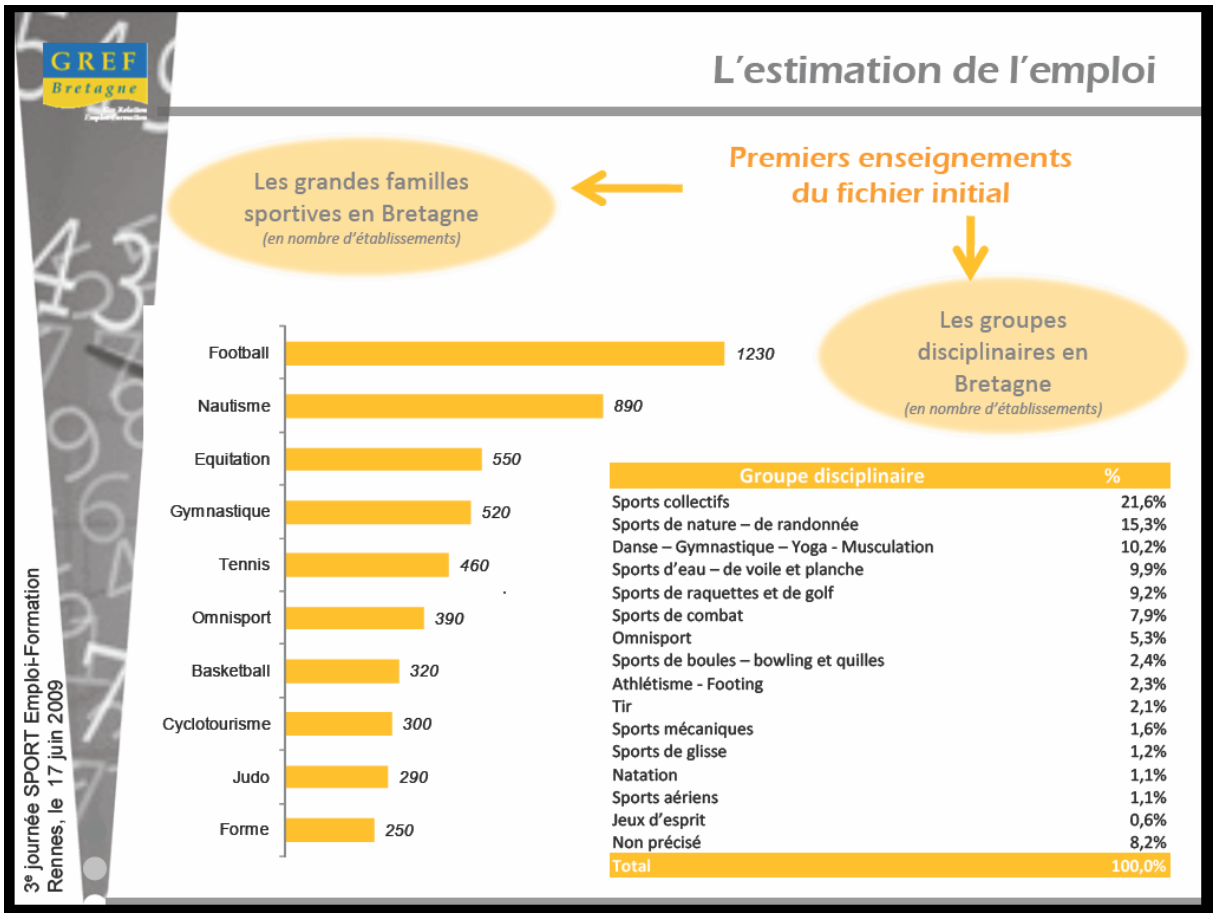
S'agissant du nombre d'établissements par grandes familles sportives, le football et le nautisme arrivent en tête avec respectivement 1230 et 890 structures employeurs. Viennent ensuite, avec un effectif assez similaire : l'équitation (550 établissements), la gymnastique (520 établissements) puis le tennis (460 structures).

Si l'on considère à présent le poids des établissements par groupes disciplinaires, on observe que la proportion de structures relatives aux « sports collectifs » et les « sports de nature-de randonnée » sont au premier rang, représentant respectivement 21,6% et 15,3% de l'ensemble des établissements de la filière sport au 1er janvier 2008. Suivent les structures employeurs des groupes « Danse, gymnastique, yoga, musculation » (10,2%), celles des « sports d'eau-de voile et planche » (9,9%), « les sports de raquette et de golf » (9,2%) et les sports de combat (7,9%).

La diapositive du CRESLB ci-après détaille cette structure des établissements de la filière sport en Bretagne.

[1025] http://www.gref-bretagne.com/
[1026] INSEE Bretagne, Le Flash d'Octant, n° 149, mars 2009, « L'emploi dans les activités sportives en Bretagne : des salariés amenés à cumuler contrats et employeurs ».

Figure 123.Les établissements employeurs de la filière sport en Bretagne par grande famille sportive au 1er janvier 2008 (CRESLB)



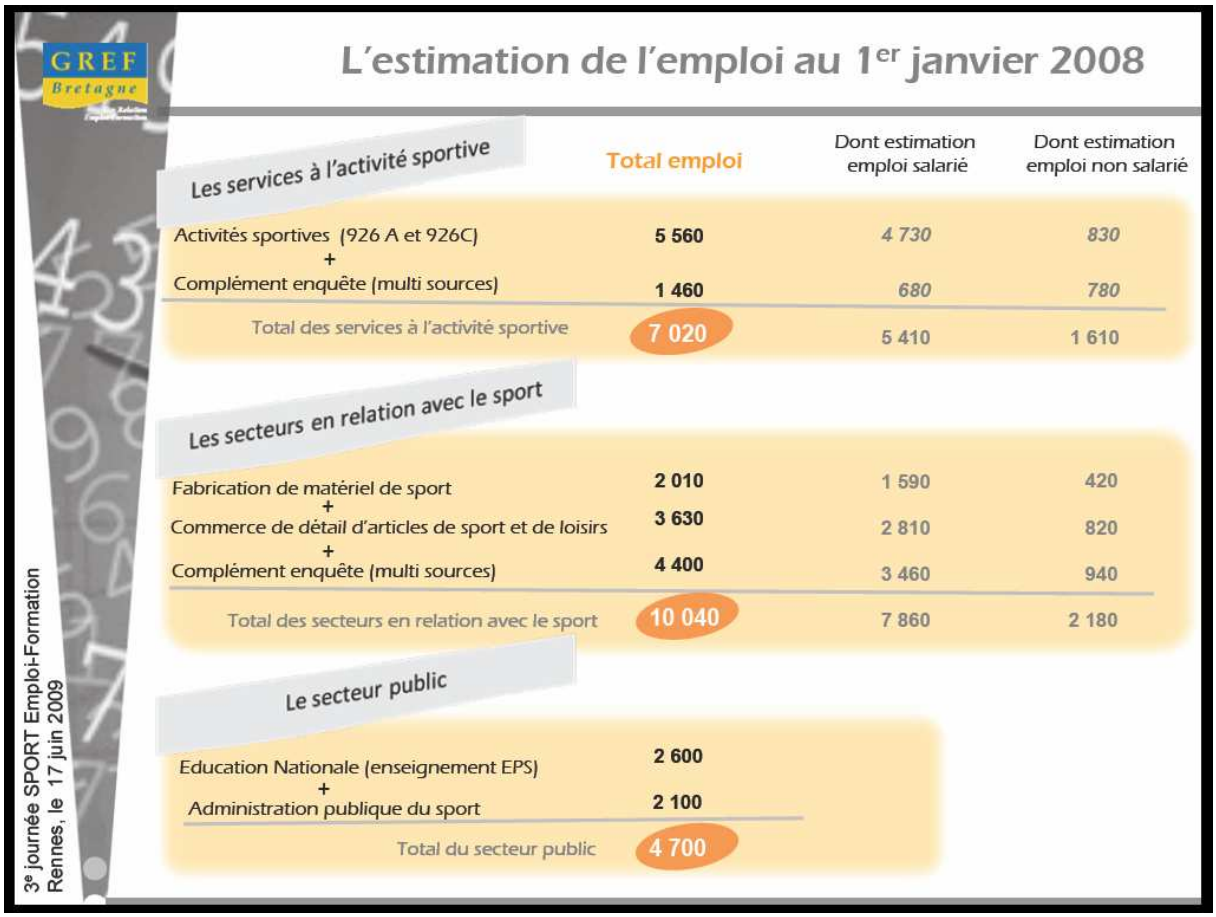
Groupe disciplinaire	%
Sports collectifs	21,6%
Sports de nature – de randonnée	15,3%
Danse – Gymnastique – Yoga - Musculation	10,2%
Sports d'eau – de voile et planche	9,9%
Sports de raquettes et de golf	9,2%
Sports de combat	7,9%
Omnisport	5,3%
Sports de boules – bowling et quilles	2,4%
Athlétisme - Footing	2,3%
Tir	2,1%
Sports mécaniques	1,6%
Sports de glisse	1,2%
Natation	1,1%
Sports aériens	1,1%
Jeux d'esprit	0,6%
Non précisé	8,2%
Total	100,0%

Source : GREF Bretagne, CRESLB, Troisième journée sport emploi-formation, le 17 juin 2009 à Rennes

3.1.2. L'estimation de l'emploi de la filière sport en Bretagne au 1er janvier 2008

Selon les travaux du CRESLB, la filière sport comptait environ 22 000 emplois estimés au 1er janvier 2008 en Bretagne. Ceux-ci se répartissaient selon les secteurs d'activité suivants : 10 040 emplois pour les secteurs en relation avec le sport ; 7 000 pour les services à l'activité sportive et 4 700 pour le secteur public. La figure ci-après détaille cette structure de l'emploi sportif en Bretagne.

Figure 124. Estimation de l'emploi dans la filière sport en Bretagne au 1er janvier 2008 (CRESLB)[1027]



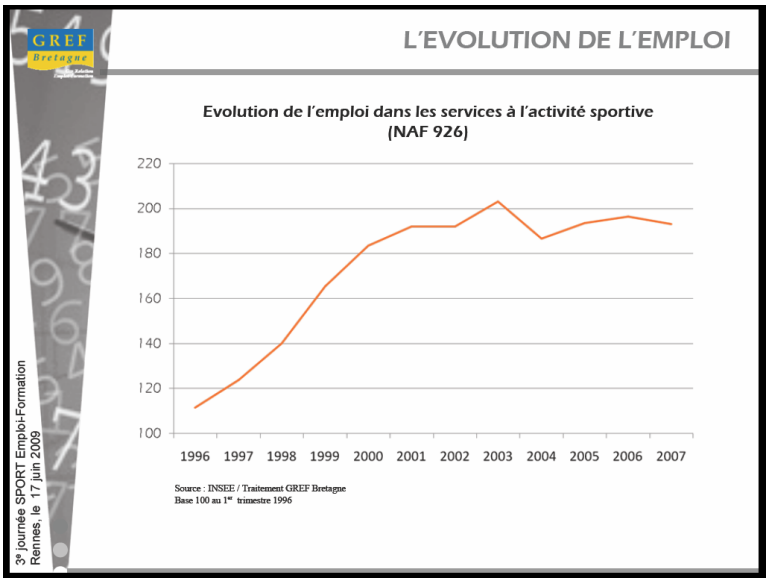
Les services à l'activité sportive	Total emploi	Dont estimation emploi salarié	Dont estimation emploi non salarié
Activités sportives (926 A et 926C)	5 560	4 730	830
+			
Complément enquête (multi sources)	1 460	680	780
Total des services à l'activité sportive	7 020	5 410	1 610
Les secteurs en relation avec le sport			
Fabrication de matériel de sport	2 010	1 590	420
+			
Commerce de détail d'articles de sport et de loisirs	3 630	2 810	820
+			
Complément enquête (multi sources)	4 400	3 460	940
Total des secteurs en relation avec le sport	10 040	7 860	2 180
Le secteur public			
Education Nationale (enseignement EPS)	2 600		
+			
Administration publique du sport	2 100		
Total du secteur public	4 700		

Source : GREF Bretagne, CRESLB, Troisième journée sport emploi-formation, le 17 juin 2009 à Rennes

En tendance, depuis le milieu des années 1990, on observe une forte progression de l'emploi dans les services à l'activité sportive. A partir de 2003, celui-ci tend à se stabiliser (voir graphique ci-après).

[1027] Les emplois non-salariés représentent ici les personnes à leur compte dont le travail est en relation directe ou indirecte avec le secteur sportif. Il ne s'agit pas du nombre de bénévoles. Pour mémoire, il y aurait environ 200 000 bénévoles sportifs en Bretagne selon les travaux de Viviane Tchernonog (2002).

Figure 125. Evolution de l'emploi dans les services à l'activité sportive en Bretagne depuis 1996 (CRESLB)



Source : GREF Bretagne, CRESLB, Troisième journée sport emploi-formation, le 17 juin 2009 à Rennes

3.1.3. Autres travaux du CRESLB sur l'emploi et la formation dans la filière sport en Bretagne

Nous ne ferons ici que signaler ces travaux du CRESLB, dont certains sont en cours au moment où nous écrivons ces lignes[1028]. Outre leur grand intérêt pour une meilleure connaissance de l'emploi, des métiers et de la formation, ils sont aussi souvent l'occasion d'un état des lieux régional novateur sur les équipements et les enjeux de certaines grandes familles sportives. En lien avec les acteurs sportifs concernés, ceux-ci portent notamment sur : la filière nautique ; le secteur équestre ; les piscines et les centres aquatiques ; le football.

3.1.4. Quelques données de l'INSEE sur les caractéristiques de l'emploi sportif en Bretagne

L'INSEE a analysé les caractéristiques de l'emploi sportif en 2005 dans 2 000 établissements employeurs des services *en relation directe* avec la pratique sportive, soit un champ d'étude plus restreint que celui du CRESLB[1029].

En premier lieu, l'INSEE observe que 9 établissements employeurs sur 10 (92%) sont de statut associatif (clubs, centres nautiques, instances fédérales, bases de plein air, centres de vacances, groupements d'employeurs…).

En second lieu, il apparaît que ces emplois sont le plus souvent fragmentés : une majorité de salariés est amenée à cumuler contrats et employeurs. Dans les 2/3 des cas, les postes sont liés à des emplois non permanents, principalement rythmés par le calendrier scolaire et

[1028] février 2010
[1029] INSEE Bretagne, Le Flash d'Octant, n° 149, mars 2009, « L'emploi dans les activités sportives en Bretagne : des salariés amenés à cumuler contrats et employeurs ». Document consultable sur http://www.insee.fr/fr/insee_regions/bretagne/ (vu le 10 février 2010)

la saison estivale. Seuls 13% des postes sont des temps plein annuels et le quart des emplois compte moins de 50h, ce qui, précise l'INSEE, correspond par exemple à un cours hebdomadaire d'une heure pendant 10 mois. Cette instabilité de l'emploi sportif s'accompagne de l'existence d'une multiplicité de petits employeurs : 60% des établissements ont moins d'un emploi équivalent temps plein sur l'année.

Le métier dominant des services sportifs est celui d'éducateur-animateur sportif. La population du secteur est par ailleurs très jeune puisque les 2/3 des postes sont occupés par des salariés de moins de 35 ans, ceux-ci étant encore plus sujets à l'instabilité de l'emploi.

Préconisation du CESR au Conseil régional de Bretagne

☞Développer, avec l'ensemble des partenaires concernés, notamment le mouvement olympique et sportif, une réflexion régionale sur la sécurisation des parcours professionnels des salariés des services sportifs, notamment des jeunes, en mettant davantage en lien la politique sectorielle sport et celles sur l'économie sociale, solidaire, la formation et le tourisme. Renforcer le soutien de la Région aux groupements d'employeurs du secteur sportif, comme par exemple « Profession Sport Bretagne ».

Plusieurs pistes d'actions ont été développées dans de précédents travaux du CESR de Bretagne, notamment : *« Conjuguer flexibilité et sécurisation des parcours professionnels en Bretagne »* (septembre 2007, rapporteurs : MM. Patrick Caré, Alain le Menn et Mme Anne Saglio) et *« L'économie sociale en Bretagne : pour une région compétitive, sociale et solidaire »* (décembre 2006, rapporteurs : Mme Evelyne Huaumé et Daniel Hardy).

3.2. Les bénévoles sportifs en tête du bénévolat associatif en Bretagne

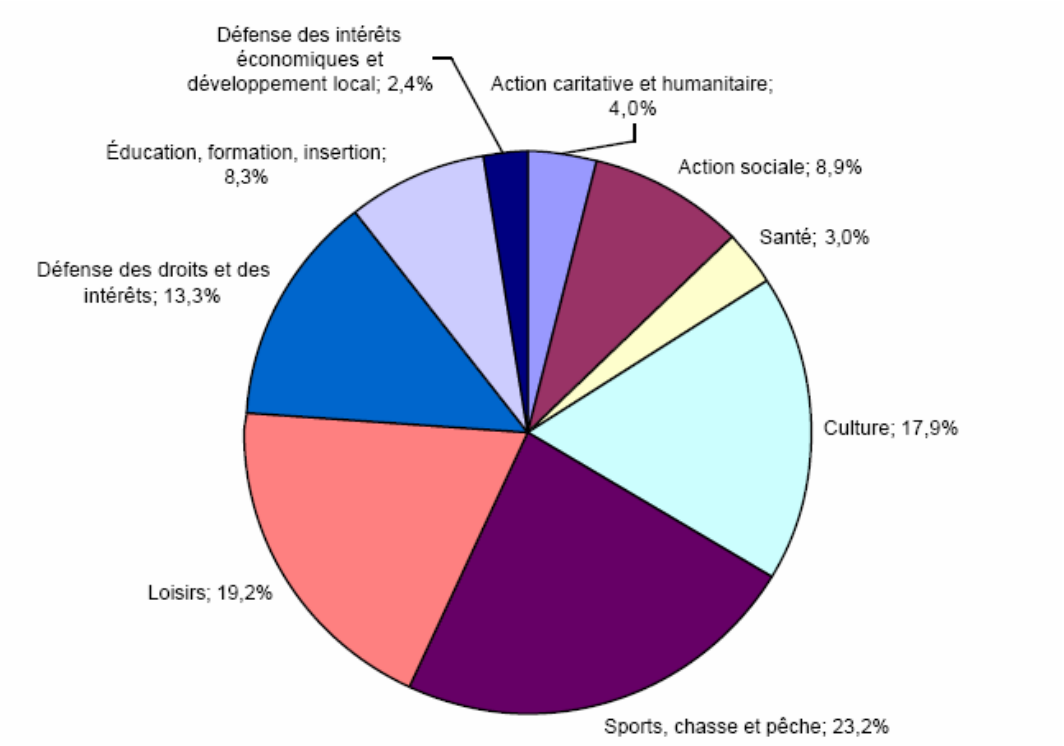
La problématique du bénévolat sportif est à relier à celle du bénévolat associatif en général. Ce sujet ayant déjà été approfondi par le CESR de Bretagne en 2006 dans son étude sur *« L'économie sociale en Bretagne – Pour une région compétitive, sociale et solidaire » (Rapporteurs : Mme Evelyne Huaumé et M. Daniel Hardy*), nous ne présenterons ici que quelques données *estimatives* relatives au bénévolat sportif issus des travaux de Viviane Tchernonog, ainsi que quelques réflexions sur les enjeux du bénévolat sportif en Bretagne.

3.2.1. Environ dix fois plus de bénévoles que d'emplois dans le sport en Bretagne

Selon les estimations de Viviane Tchernonog, en 2002, la Bretagne comptait 796 000 bénévoles dont 23,2 % relevaient du secteur « Sports, chasse et pêche », soit environ 185 000 bénévoles. Sachant qu'on estime à 22 000 le nombre d'emplois relevant de la filière sport en Bretagne[1030], on peut dire, en simplifiant, qu'il y a environ dix fois plus de bénévoles que d'emplois dans le sport en Bretagne.

[1030] au 1er janvier 2008, source : GREF Bretagne, CRESL (voir ci-avant)

Figure 126. Répartition de l'effectif des bénévoles en Bretagne selon le secteur d'activité associative en 2002 (Total = 796 000 bénévoles[1031])



Source : D'après les travaux du Cabinet Dynamétrie et de Viviane TCHERNONOG (CNRS) : «Poids et profil du secteur associatif de la Bretagne» - Mai 2002- graphique réalisé par le CESR de Bretagne

3.2.2. Quelques réflexions sur le bénévolat sportif…

3.2.2.1. Un renvoi à l'étude du CESR sur l'économie sociale en Bretagne

Les enjeux généraux du bénévolat associatif ont été développés dans une précédente étude du CESR de Bretagne intitulée *« L'économie sociale en Bretagne – Pour une région compétitive, sociale et solidaire*[1032] *» (2006).* Pour l'essentiel, ceux-ci concernent aussi la situation du bénévolat sportif.

3.2.2.2. Analyse de M. Gérard Berche, membre du CDOS d'Ille-et-Vilaine et du Comité départemental d'Ille-et-Vilaine de la Fédération Française de Randonnée

Nous présenterons ici, sous forme synthétique, l'analyse de M. Gérard Berche, membre du Comité départemental olympique et sportif d'Ille-et-Vilaine (CDOS 35), auditionné par le

[1031] Certains bénévoles exerçant dans plusieurs associations, Viviane Tchernonog estime à 580 000 le nombre total de bénévoles associatifs en Bretagne sans double-emploi.
[1032] L'étude est consultable sur www.cesr-bretagne.fr

CESR[1033] et auteur de l'article «Pas de sport sans les bénévoles », paru dans la revue Bretagne(s) en 2007[1034].

Pour Gérard Berche, le bénévole est d'abord, étymologiquement, un « homme de bonne volonté (de « *bene voluntas* » en latin) qui s'engage librement, sans aucune obligation pour mener une action non salariée en direction d'autrui, en dehors de son temps professionnel ou familial ».

L'exercice de responsabilités bénévoles est « une école de la citoyenneté et de la démocratie ». Il permet à des personnes de conditions et de formations modestes de se former et de s'épanouir, d'élever leurs compétences personnelles et sociales, d'où l'intérêt d'une valorisation des acquis et de l'expérience (VAE) du bénévolat sportif, à travers des outils de traçabilité tel que le livret du bénévole.

Gérard Berche observe que, même si le bénévolat tend à progresser selon les études nationales, néanmoins « les associations rencontrent de nombreuses difficultés à recruter des bénévoles ». Il y voit trois causes principales qu'il formule sous forme de « triptyque » : « concurrence, mobilité et versatilité ». En effet, « les bénévoles, plus attirés par des activités familiales, amicales ou personnelles, consacrent globalement moins de temps à leurs associations. L'augmentation des associations (3400 en Bretagne) instaure une concurrence entre elles, et complique encore le recrutement des bénévoles. Par ailleurs, les plus fortes mobilités (famille, études, emploi…) créent des obstacles à l'implication dans des associations ». A cela il faut ajouter « le transfert d'une association à une autre ».

Si le mouvement de professionnalisation améliore, pour les associations qui en ont les moyens, la qualité de certains services rendus, par exemple auprès de publics en difficulté ou des jeunes, il crée aussi de nouvelles responsabilités d'employeur pour les dirigeants bénévoles confrontés à l'application de la Convention collective nationale du sport, devenue obligatoire depuis novembre 2006.

Une autre difficulté est signalée : les collectivités, par exemple les communes et leurs groupements, sont passées, dans leur soutien aux associations sportives, d'une « logique de fonctionnement » à une « logique de projet », ce qui entraîne, pour les bénévoles, le montage de dossiers parfois complexes et particulièrement chronophages, ce « au détriment des actions traditionnelles de l'association (écoles de sport, formation des cadres, déplacements et championnats, etc.) ».

Certaines « déviances » du monde sportif peuvent aussi décourager le dévouement des bénévoles sportifs : tricherie, dopage, mercantilisme…

Prudent sur un éventuel « statut du bénévole » dont la mise en place serait « particulièrement complexe », Gérard Berche insiste sur l'apprentissage des fonctions bénévoles et donc sur la nécessité d'un accompagnement et d'une formation des nouvelles recrues, en suggérant de développer des « pôles de compétences » mutualisés entre associations. Par ailleurs, de nouvelles voies sont à explorer telles que le bénévolat ou le mécénat de compétence, mais aussi le « bénévolat en ligne » (Internet), c'est-à-dire le « bénévolat à distance » (ex : conseils juridiques bénévoles à une association).

Il propose que la journée mondiale du bénévolat crée par l'ONU en 1985 et fixée chaque année au 5 décembre, soit « un moment de sensibilisation, d'éveil et d'appel à l'engagement ». Car, l'enjeu du renouvellement du bénévolat, notamment des jeunes, lui apparaît comme le principal défi à relever : il faut « agir pour qu'en permanence de

[1033] Auditions des 13 mai 2008 et 1er avril 2009

[1034] Gérard Berche, « Pas de sport sans les bénévoles », paru dans la revue « Bretagne(s) », n° 7, juillet-septembre 2007, PP 58-59

nouveaux citoyens s'engagent afin de défendre une cause et servir les autres, mais aussi s'enrichir et s'épanouir ».

3.2.2.3. Une interrogation sur le lien entre engagement bénévole et cohésion sociale locale

Dans les parties précédentes du rapport, de nombreuses actions sportives locales ont illustré l'irremplaçable apport du bénévolat à l'épanouissement de la vie sportive et festive locale ainsi qu'à la vitalité sociale territoriale.

Ces actions ont confirmé que l'engagement bénévole sportif est aussi à relier au défi de l'intégration locale des habitants, c'est-à-dire à la cohésion sociale territoriale. Ainsi, la réussite d'évènements rassembleurs tels que le tournoi de football de DIRINON, les « 3 JOURS de PLOUAY » ou le Cyclo-cross de Lanarvily...semble très dépendante de la solidarité locale qui conduit des centaines de bénévoles à conjuguer leur "coup de main" pour assurer toutes les tâches nécessitées par ces manifestations. On peut émettre l'hypothèse que cette citoyenneté active par le bénévolat suppose que la population soit bien "en phase" donc bien intégrée et associée à ce moment festif partagé.

Mais une interrogation surgit alors : qu'en est-il dans les communes où cette cohésion sociale locale est plus incertaine, voire fragilisée, par exemple par l'arrivée, dans les territoires suburbains, de nouveaux habitants travaillant à l'extérieur et qui, pour certains, ont du mal à se sentir "partie prenante" de la vie sociale locale ?

Ceci appelle probablement un effort réciproque "d'accueil et d'intégration à la vie locale" entre les nouveaux et anciens résidents, ce afin de réduire le risque d'une juxtaposition de temporalités et de communautés d'habitants ainsi que celui de la dualisation sociale territoriale qui pourrait en découler... avec toutes les conséquences sur le non - renouvellement des bénévoles, dans le sport comme ailleurs !

Il faut toutefois rappeler la puissance de socialisation et d'intégration du sport dans les territoires. Comme nous l'avons vu tout au long de ce rapport, celui-ci peut être un formidable médiateur relationnel pour animer et densifier le tissu social local entre habitants de toutes origines.

4. Les besoins en équipements sportifs selon le mouvement olympique et sportif de Bretagne

Comme nous l'avons vu tout au long de ce rapport, les besoins en équipements, espaces et sites sportifs ne se limitent pas à ceux des clubs sportifs, ce qu'exprime le Ministère de la santé et des sports sur son site consacré au Recensement des équipements sportifs (RES) : *« Les équipements sportifs, espaces et sites de pratiques ont des implications fortes dans les domaines les plus variés : sport, loisirs, tourisme, enseignement, insertion, cohésion sociale, économie, santé, prévention, communication, etc. ».* Ils sont donc autant un enjeu sociétal que sportif[1035] ».

Dans ce chapitre consacré aux moyens pérennes d'un développement durable du sport en Bretagne, nous ne présenterons cet enjeu des équipements sportifs qu'à partir des besoins identifiés par le mouvement olympique et sportif, sur la base d'une contribution produite par le CROS Bretagne[1036] dont l'intégralité du texte figure en annexe. En effet, comme le

[1035] http://www.res.jeunesse-sports.gouv.fr/, consulté le 7 février 2010
[1036] Contribution écrite du CROS Bretagne, juillet 2009

souligne le Ministère de la santé et des sports : « *Les équipements, espaces et sites de pratiques sont essentiels pour le développement du sport. Ils ne sont cependant pas un but en eux mêmes. Ils ont une incidence directe sur la qualité des pratiques et leur gestion. Les investissements financiers sont parfois lourds notamment à l'exploitation. Ils sont des éléments structurants, ayant un fort impact sur l'environnement et la vie des territoires d'implantation*[1037] *».*

4.1. Les besoins identifiés par le CROS Bretagne : des équipements sportifs souvent vieillissants et manquant d'envergure

Selon le Comité régional olympique et sportif (CROS) de Bretagne « le parc des équipements sportifs est aujourd'hui important en Bretagne mais vieillissant ». Du point de vue sportif, s'agissant de « l'accueil et de l'entraînement », ces équipements « sont encore peu spécialisés et restent peu qualitatifs » : qualité des sols, traitement du son ou de la lumière, chauffage, etc. Il constate que, bien que ces éléments soient importants pour « la santé ou la pédagogie », ils restent parfois des « sujets mineurs pour les décideurs ». Or, « les caractéristiques des équipements détiennent pourtant les possibilités ou non de développement d'une activité ».

Pour le spectacle sportif, s'agissant des « événements locaux, régionaux, nationaux ou internationaux », le CROS constate un certain déficit régional : « Sans équipements adaptés, intégrant les caractéristiques d'aujourd'hui (terrain ou salle sportive de spectacle, salle d'entraînement à proximité, accueil des spectateurs, accueil des partenaires, etc.) l'organisation de telles manifestations pourtant stimulantes pour le milieu associatif et le public, continueront à s'établir en Normandie ou Pays de la Loire ». Et de constater que, le plus souvent, « les grandes compétitions type championnats d'Europe ou du Monde (Basket, Judo, Gymnastique, etc.) ne peuvent, du point de vue des équipements, être organisées en Bretagne

Est également signalé « le manque d'installation Internet avec les débits nécessaires » qui constituent « un frein aux diffusions sur le Web et d'une façon plus large à la transmission de l'information », même si le CROS Bretagne développe son propre service de diffusion : « Sport web Bretagne ».

La question de la retransmission TV ou Web des événements sportifs locaux : préconisation du CESR de Bretagne au Conseil régional

« Trois jours de Plouay », « Cyclocross de Lanarvily », « Tournoi international de football de Dirinon », « Eurobasket » de Pacé, football féminin du Stade briochin, Basket à Pleyberchrist, jeux et sports traditionnels bretons, handisport, sport adapté, disciplines sportives confidentielles, etc., autant d'événements sportifs ou de réalités du sport en Bretagne dont la résonance médiatique est, pour leurs acteurs bénévoles, un défi permanent.

La visibilité médiatique est souvent restreinte, voire nulle, pour de nombreuses disciplines ou manifestations sportives locales, or, c'est souvent le nerf de la guerre pour obtenir des financements, notamment de la part des entreprises privées partenaires (ex : sponsoring).

L'initiative du CROS Bretagne de créer, à travers son site Internet, une Web TV va dans le bon sens. La télévision numérique terrestre pourrait aussi ouvrir, dans un proche avenir, de nouvelles opportunités pour mettre davantage en lumière cette vitalité territoriale du sport en Bretagne, dans toute sa diversité.

[1037] http://www.res.jeunesse-sports.gouv.fr/, consulté le 7 février 2010

Au vu des importantes difficultés rencontrées par certains acteurs de manifestations sportives en Bretagne pour obtenir une retransmission TV *pérenne* de leur événement, y compris avec les chaînes du service public, le CESR préconise que le Conseil régional soutienne davantage la visibilité médiatique des multiples visages du sport pour tous en Bretagne, par exemple en passant une convention avec France 3 Ouest ou des TV locales visant à soutenir – notamment économiquement - les acteurs bénévoles de certaines manifestations d'intérêt régional ou au-delà.

L'enjeu est d'éviter que, d'une année sur l'autre, un évènement sportif d'intérêt régional ne s'éteigne en raison d'un couperet médiatique aux conséquences financières parfois fatales[1038].

Enfin, le CROS Bretagne souligne que les équipements sportifs sont aussi un facteur de développement de la vie associative locale. Ainsi, « pour faciliter les relations sociales au sein de l'association, les salles de réunion, les bureaux équipés sont des outils absolument nécessaires ».

4.2. Intégrer, dans les équipements, des critères de haute qualité environnementale, sportive, associative et de communication

Le Mouvement olympique et sportif de la Bretagne préconise d'intégrer, dans les équipements sportifs, des « critères de haute qualité sportive et associative, de communication et de développement durable ».

Pour l'entraînement sportif, le CROS Bretagne souligne qu' « il est souhaitable que les projets en matière d'équipements considèrent la pratique sportive dans sa globalité et visent le développement de la pratique ou des pratiques, en intégrant des notions de qualité de pratique (espaces spécialisés, qualité phonique et de luminosité) mais avec une réflexion sur le développement durable (basse consommation énergétique, etc.) sur la vie associative et sur les moyens modernes de communication ».

Ces critères devraient aussi concerner le spectacle sportif : « En complément, les équipements (salles et terrains) éventuellement modulables destinés à recevoir, en plus de l'activité des clubs, des événements sportifs ponctuels ou les compétitions du championnat local ou régional. Cette facette des équipements est essentielle pour à la fois organiser les championnats habituels, mettre en rapport le public avec la pratique de haut niveau sous l'angle promotionnel, organiser des échanges avec les clubs, les régions ou les pays, mobiliser les bénévoles à l'organisation et enfin générer des nouvelles ressources ».

Préconisation du CESR

-Conseil régional de Bretagne Dans les aides aux équipements sportifs, prendre en compte des critères de haute qualité environnementale, sanitaire, énergétique, sportive, associative et communicationnelle (TIC).

[1038] Exemple de coût médiatique : le Comité des fêtes, pour s'assurer de la retransmission TV de l'évènement, doit désormais payer de sa poche, chaque année, environ 130 000 € (droits TV + frais de production). Source : Audition des responsables du Comité des fêtes à Vannes, le 27 février 2009

Chapitre 3

Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport et de l’activité physique en Bretagne

1. Contexte et enjeux de la gouvernance du sport en Bretagne 648
1.1. Le « trépied » de la gouvernance du sport français (mouvement olympique et sportif, collectivités territoriales, Etat) est aujourd'hui remis en cause 648

2. Quelques exemples de gouvernance territoriale du sport en Bretagne 649
2.1. La complexité de la gouvernance locale du sport 650
2.2. Les projets sportifs aidés par la Région par le biais des Contrats de Pays 2006-2012 (avant révision à mi-parcours) 652
2.3. L'organisation intercommunale du sport en Ille-et-Vilaine 654
2.3.1. L'engagement intercommunal pionnier du CDOS d'Ille-et-Vilaine 655
2.4. L'animation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine ou la prise en compte anticipatrice des nouveaux territoires 655
2.5. Exemple de l'organisation intercommunale du Badminton au Pays de Fougères (35) 658
2.6. Deux exemples de politiques sportives communales : Le Rheu (35) et Brest 658
2.6.1. Le Rheu, commune de l'agglomération rennaise en pleine expansion démographique 658
2.6.2. Brest : une approche globale de la vie sportive territoriale 661
2.7. La démarche « Sport et développement durable » du Conseil général du Finistère en partenariat avec la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) et le Comité départemental olympique et sportif 663
2.7.1. Une démarche concertée et participative dans le droit fil de l'Agenda 21 du sport français 663
2.7.2. Un exemple à suivre à l'échelle de la Bretagne 664

3. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale intégrée de l'activité physique et du sport en Bretagne 664

Introduction du chapitre 3 : Le sport est au cœur du territoire

Dans toute sa diversité, le sport est au cœur du territoire. Il polarise et « pollinise » la vitalité sociale. Le sport est une mosaïque qui rassemble une multitude de pratiques et d'acteurs aux relations complexes.

Tout au long du rapport, nous avons déjà signalé, à plusieurs reprises, combien l'enjeu de la gouvernance régionale et territoriale du sport importait, par exemple pour établir des passerelles entre la santé et l'éducation par le sport. Pour mettre en cohérence ce système vivant et complexe du sport en Bretagne, la gouvernance apparaît comme un défi permanent, notamment dans un contexte de rapides mutations territoriales, institutionnelles, économiques et démographiques.

Pour appréhender la notion de gouvernance, nous reprendrons cette définition donnée par le Conseil régional de Bretagne dans son document portant sur la Stratégie régionale emploi-formation (SREF) : « Par gouvernance, il faut entendre la capacité à s'accorder sur les diagnostics, à partager des objectifs commun et à prendre des décisions adaptées aux situations et aux besoins, après concertation avec les acteurs concernés[1039] ». Un peu plus loin, il précisait : « l'instauration de modalités de gouvernance doit permettre d'articuler les différentes politiques et de mettre en cohérence les différents dispositifs dans le respect des compétences de chacun[1040] ».

Dans ce dernier chapitre du rapport, dans un premier point, nous présenterons le contexte général de la gouvernance du sport en Bretagne à partir, notamment, de l'audition et de la contribution écrite de M. Gérard Berche, membre du Comité départemental olympique et sportif d'Ille-et-Vilaine.

Puis, dans un second point, nous rendrons compte des principaux résultats de l'enquête « Sport et territoires » réalisée par le CESR auprès de la Région Bretagne, des Départements, intercommunalités (Pays, conseils de développement, communauté de communes, etc.), communes, clubs sportifs, animateurs territoriaux de santé, etc.

Enfin, dans un dernier point, nous proposerons une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport et de l'activité physique pouvant servir de base de réflexion aux multiples acteurs concernés en Bretagne.

[1039] Région Bretagne, SREF 2006-2010, p9
[1040] SREF 2006-2010, p 22

1. Contexte et enjeux de la gouvernance du sport en Bretagne

Ce premier point traite essentiellement de la gouvernance du sport *organisé*, c'est-à-dire des pratiques affiliées à une fédération sportive officielle en Bretagne. En toile de fond, il faut néanmoins garder à l'esprit le fait que la majorité des français pratiquant habituellement un sport le fait en dehors d'un club sportif. La gouvernance du sport ne saurait donc être réduite uniquement à celle des structures fédérées par le mouvement olympique et sportif en Bretagne, ce que nous verrons dans un troisième point.

Pourtant, le club sportif constitue la cellule de base du sport en France et il apparaît donc important, dans cette partie consacrée au développement durable *du* sport d'aborder le contexte général et quelques grands enjeux de la gouvernance du sport institutionnalisé en Bretagne.

1.1. Le « trépied » de la gouvernance du sport français (mouvement olympique et sportif, collectivités territoriales, Etat) est aujourd'hui remis en cause

Lors de son audition[1041], Gérard Berche, membre du CDOS d'Ille-et-Vilaine, a rappelé que l'organisation générale du sport en Bretagne reposait sur un « trépied », à savoir le mouvement olympique et sportif, l'Etat et les collectivités locales. Dans d'autres pays, le sport peut-être soit beaucoup plus indépendant des pouvoirs publics, comme dans le système anglo-saxon, ou au contraire, plus fortement encadré par l'Etat, tel que dans le système sportif chinois par exemple.

En France et dans les régions, cette gouvernance « classique » du sport est à la fois *« verticale »* et *« horizontale ».*

La verticalité s'applique depuis les fédérations sportives (y compris internationales) jusqu'aux clubs sportifs locaux en passant par les ligues ou comités régionaux et départementaux. Cette relation verticale est le plus souvent structurée autour de la promotion et de la régulation d'*une seule discipline sportive*, selon un principe de spécialisation unisport.

L'horizontalité concerne le regroupement *transdisciplinaire* de structures pratiquant des sports différents. Elle s'organise, d'une part, par l'action conjuguée du Comité national olympique et sportif français (CNOSF), du Comité régional olympique et sportif de Bretagne (CROS) et des Comités départementaux olympiques et sportifs (CDOS) ; d'autre part, par le biais des offices des sports, souvent municipaux à l'origine (Offices municipaux des sports ou OMS) et à caractère généralement local (voir encadré ci-après).

Une Inter-région Nord-Ouest rassemble régulièrement les CROS et CDOS des régions Bretagne, Pays de la Loire, Haute et Basse Normandie, par exemple, lors d'une Université d'été annuelle[1042]. L'Inter-région entretient des liens étroits avec le Comité national des CROS et des CDOS (CNCD).

[1041] Audition et contribution écrite du 13 mai 2008

[1042] En 2008, l'université d'été était consacrée à la gouvernance du sport dans le cadre de l'économie sociale, avec l'intervention centrale du Professeur Henri Noguès.

Les Offices des sports : un lieu de concertation locale à partir d'une approche transversale de la vie sportive dans les territoires

Selon la Fédération nationale des offices municipaux du sport (FNOMS)[1043], l'Office du sport, qui peut prendre différentes appellations[1044], *« est une association transversale de concertation à l'échelon d'une commune dont la vocation est, aux côtés de la Municipalité, de conduire la réflexion sur le développement de la pratique des Activités Physiques et Sportives et du sport pour tous ».* A la fois indépendante et proche des élus locaux, la structure se donne pour objectif de fédérer l'ensemble des acteurs territoriaux au niveau communal ou intercommunal (Offices intercommunaux des sports). Sa spécificité est son approche très transversale et partenariale des enjeux territoriaux du sport. L'Office des sports peut ainsi rassembler : les clubs locaux du sport fédéral, les acteurs du sport scolaire et de l'EPS, les élus locaux en charge du sport, les partenaires économiques, les maisons de quartier ou de jeunes, les organismes locaux d'habitat, etc.

C'est en Bretagne, à Brest, en 1933, qu'a été créé le premier Office des sports. Affilié à la FNOMS, il représente, en 2010, 191 associations, soit prés de 33 000 licences réparties dans les clubs civils, d'entreprises, scolaires et universitaires[1045]. Les offices des sports sont inégalement développés selon les départements de la Bretagne. Il existe, au niveau départemental, des Comités départementaux des Offices municipaux des sports (CDOMS) et, à l'échelle régionale, un Comité de Bretagne des Offices municipaux des sports (CROMS) qui est membre du Comité régional olympique et sportif (CROS).

Aujourd'hui selon Denis Masseglia, Président du CNOSF depuis 2009, cette gouvernance du sport français reposant sur un « trépied » doit intégrer un *« quatrième pilier »* : celui des entreprises et acteurs économiques du sport.

2. Quelques exemples de gouvernance territoriale du sport en Bretagne

L'enquête « sport et territoires » menée par le CESR de Bretagne entre avril et septembre 2008[1046], a permis, d'une part, de repérer des actions locales exemplaires en lien avec l'étude, d'autre part, d'analyser quelques politiques et actions territoriales permettant de dégager certains enjeux de la gouvernance du sport en Bretagne.

Cette enquête a été réalisée auprès de la Région (volet sportif des Contrats de pays) des départements, des intercommunalités (Pays, Conseils de développement, communauté de communes, etc.), de quelques communes, d'acteurs territoriaux du mouvement sportif et des Animateurs territoriaux de santé (ATS). Des auditions d'élus locaux ont également été réalisées en commission ou sur le terrain.

[1043] http://www.fnoms.org/L-Office-du-Sport_a30.html, consulté le 7 février 2010
[1044] Office du Sport (OS), Office Municipal du Sport (OMS), Office local du sport (OLS), Office communal du sport (OCS), Office Municipal d'Education Physique et Sportive (OMEPS), etc.
[1045] http://brest-officedessportsbrest.fr/1.html , consulté le 7 février 2010
[1046] Enquête réalisée par Melle Marine Maréchal, stagiaire, étudiante à l'Institut d'Etudes politiques de Rennes

2.1. La complexité de la gouvernance locale du sport

L'ensemble de ces travaux a permis de mieux appréhender les enjeux mais aussi la complexité de la gouvernance locale du sport[1047]. Cette complexité est notamment liée à la réalité plurielle du sport dans les territoires mais aussi, du point de vue des politiques publiques, à la *« clause générale de compétence »* des collectivités territoriales dont l'interprétation plus ou moins extensive permet aux communes, intercommunalités, départements ou à la région, de développer une grande diversité d'actions qui s'imbriquent les unes dans les autres, comme les maillons d'une chaîne, mais qui ne sont que rarement coordonnées entre elles, ce qui soulève très directement la question de la gouvernance.

Lors des Etats généraux du sport en 2002[1048], cet enchevêtrement complexe des compétences sportives locales a bien été mis en évidence, sans que la situation ait réellement évolué ou été clarifiée depuis.

Tableau 34. Etats généraux du sport en 2002 – Collectivités territoriales et sport – Des compétences originelles déclinées dans le domaine sportif

COLLECTIVITÉS	COMPÉTENCES INCOMBANT DÉJÀ AUX COLLECTIVITÉS	EXEMPLES D'APPLICATION DANS LE DOMAINE SPORTIF
Région	- Aménagement du territoire - Formation - Lycées - Subvention des missions d'intérêt général	- Prise en compte du sport dans le schéma régional d'aménagement et de développement du territoire - Formation des dirigeants et des sportifs de haut niveau - Équipements pour l'EPS - Soutien au mouvement sportif régional
Département	- Solidarité - Social - Transport - Collège - Subvention des missions d'intérêt général - Sport de nature	- Plan de réhabilitation d'équipements sportifs, - Soutien à l'animation sportive en milieu rural, - Prise en charge de la pratique sportive pour des populations défavorisées - Transport sur les lieux de pratiques sportives - Équipements pour l'EPS - Soutien au mouvement sportif départemental - Création des commissions départementales des espaces sites et itinéraires relais aux sports de nature
EPCI et Commune (le partage doit se faire au niveau local dans le cadre d'un débat sur l'intérêt communautaire)	- Équipements d'intérêt communautaire - Équipements et services de proximité locaux - Animation de la cité - Sécurité - École primaire - Subvention des missions d'intérêt général	- Transfert au niveau intercommunal des équipements sportifs d'intérêt communautaire - Construction d'équipements sportifs - Animation et encadrement sportif - Soutien au mouvement sportif

Source : Actes des Etats généraux du sport 2002, p 71

[1047] Comme par exemple celles de M. Gérard Cabon, ex-adjoint au sport de la Ville de Brest ; de M. Jean-Luc Chenut, Maire de le Rheu (35) et Conseiller général en charge des sports au Conseil général d'Ille-et-Vilaine ; de Mme Marie-Françoise Le Guen, Conseillère générale du Finistère ; de M. Claude Bervas, Maire de Dirinon (29) ou de M. Jean-Claude Kerdilès, Maire de Pleyber-Christ (29)

[1048] Les actes des Etats généraux du sport de 2002 (440p) sont téléchargeables sur http://www.acteursdusport.fr, consulté le 7 février 2010

Tableau 35. Etats généraux du sport en 2002 – Diversité des actions menées par les collectivités territoriales et les EPCI en France (liste non exhaustive)

COMMUNES	EPCI	DÉPARTEMENTS	RÉGIONS
• Équipements - Construction gestion d'équipements sportifs - Mise à disposition d'équipements sportifs (clubs, scolaires). - Mise à disposition de locaux administratifs (clubs). • Soutien - Subventionnement des clubs sportifs - Subventionnement des clubs professionnels pour des missions d'intérêt général - Prestations de services avec les clubs professionnels - Mise à disposition de personnel: .enseignant des APS .administratif - Mise à disposition de moyens de transport. - Attribution de matériels sportifs. • Animation - Participation à l'enseignement de l'EPS dans les écoles primaires. - Mise en place d'une école municipale des sports (actions péri éducatives). - Mise en place d'animation sportive durant les vacances scolaires. - Accueil du public sur les équipements. • Manifestations - Organisation de manifestations sportives. - Co-organisation de manifestations sportives.	• Équipements - Construction gestion d'équipements sportifs d'intérêt communautaire - Mise à disposition d'équipements sportifs - Mise à disposition de locaux administratifs (clubs). • Soutien - Subventionnement des clubs sportifs - Prestations de services avec les clubs professionnels - Soutien à l'organisation de manifestations sportives • Animation - Participation à l'enseignement de l'EPS dans les écoles primaires. - Mise en place d'animation péri et extra-scolaires - Accueil du public sur les équipements. - Organisation d'événements sportifs.	• Équipements/Aménagement - Subventionnement et/ ou construction d'équipements sportifs: . pour la pratique de l'EPS. . touristiques. - Gestion de certains équipements sportifs (bases de plein air, complexe sportif, …) - Subventionnement à la réhabilitation d'équipements. • Soutien - Attribution de subvention aux clubs de "haut niveau". - Prestations de services avec les clubs professionnels - Attribution de subvention aux comités départementaux, au CDOS - Aide financière des athlètes de haut niveau. - Prise en charge de frais de transport • Conseil - Conseil aux communes et EPCI sur la construction programmation d'équipements, évaluation des besoins. - Conseil aux clubs sur la gestion et fiscalité • Animation - Mise en place d'animation sportives avec des animateurs départementaux. - Animation pendant les vacances scolaires. • Promotion - Organisation ou participation à l'organisation de manifestations. - Sport de haut niveau équipe individuelle.	• Aménagement - Financement des équipements sportifs des lycées. - Soutien au développement d'équipements sportifs et touristiques structurants. - Financement des équipements sportifs de haut niveau • Formation - Suivi social des athlètes (reconversion, mise en œuvre de formations adaptées). - Formation des cadres professionnels ou bénévoles. • Promotion - Soutien à l'organisation de manifestation. - Sponsorisation des événements sportifs. • Soutien - Soutien des centres de formations des clubs et des pôles - Subventionnement des clubs sportifs - Prestations de services avec les clubs professionnels - Soutien financier des ligues et des CROS - Aide au recrutement d'éducateurs. - Soutien des athlètes de haut niveau.

Source : Actes des Etats généraux du sport 2002, p 64

Le tableau ci-après complète les précédents en mettant en évidence « des zones lisibles », des « zones de doublon » et des « zones floues » en ce qui concerne le domaine d'intervention ou le public cible des collectivités territoriales et de leurs groupements.

Tableau 36. Etats généraux du sport de 2002- Degré de lisibilité de l'intervention sportive des collectivités territoriales en France

ZONE	DOMAINE D'INTERVENTION OU PUBLIC CIBLE
Zone lisible	- équipements sportifs nécessaires à la pratique de l'EPS
	- soutien financier aux comités départementaux ou régionaux
Zone de doublon	- soutien financier aux clubs sportifs
	- soutien financier aux sportifs et aux sports de haut niveau
	- construction gestion des équipements sportifs
	- financement des équipements sportifs
Zone floue	- animation sportive dans certains départements
	- organisation de manifestations sportives
	- prise en charge des transports pour l'accessibilité aux équipements
	- soutien à l'emploi dans les associations sportives
	- formation des dirigeants

Source : Actes des Etats généraux du sport 2002, p 65

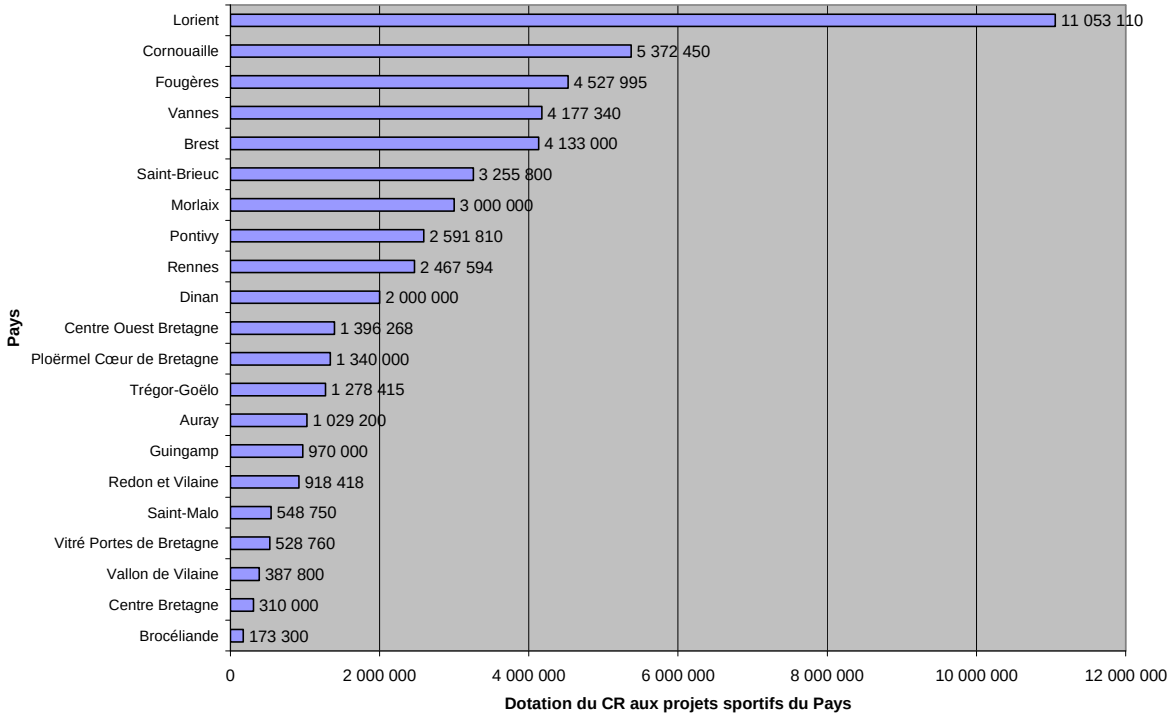
2.2. Les projets sportifs aidés par la Région via les Contrats de Pays 2006-2012 (avant révision à mi-parcours)

Avant leur révision en 2009-2010, le CESR a procédé à l'analyse de l'aide financière *prévisionnelle* de la Région Bretagne aux projets sportifs des Pays dans le cadre de sa politique territoriale.

Au préalable, il faut souligner que, s'agissant le plus souvent d'aide aux investissements, celle-ci peut revêtir un caractère exceptionnel. Par ailleurs, l'enquête menée est limitée aux *prévisions initiales* inscrites dans les Contrats de Pays 2006-2012 et ne prend pas en compte les aides financières *antérieures, postérieures ou autres (hors contrat de pays),* de la Région aux projets sportifs des territoires. En outre, la situation géographique, démographique, économique, historique, etc., des Pays rend toute comparaison entre ceux-ci particulièrement hasardeuse en dehors de la prise en compte des contextes et besoins locaux.

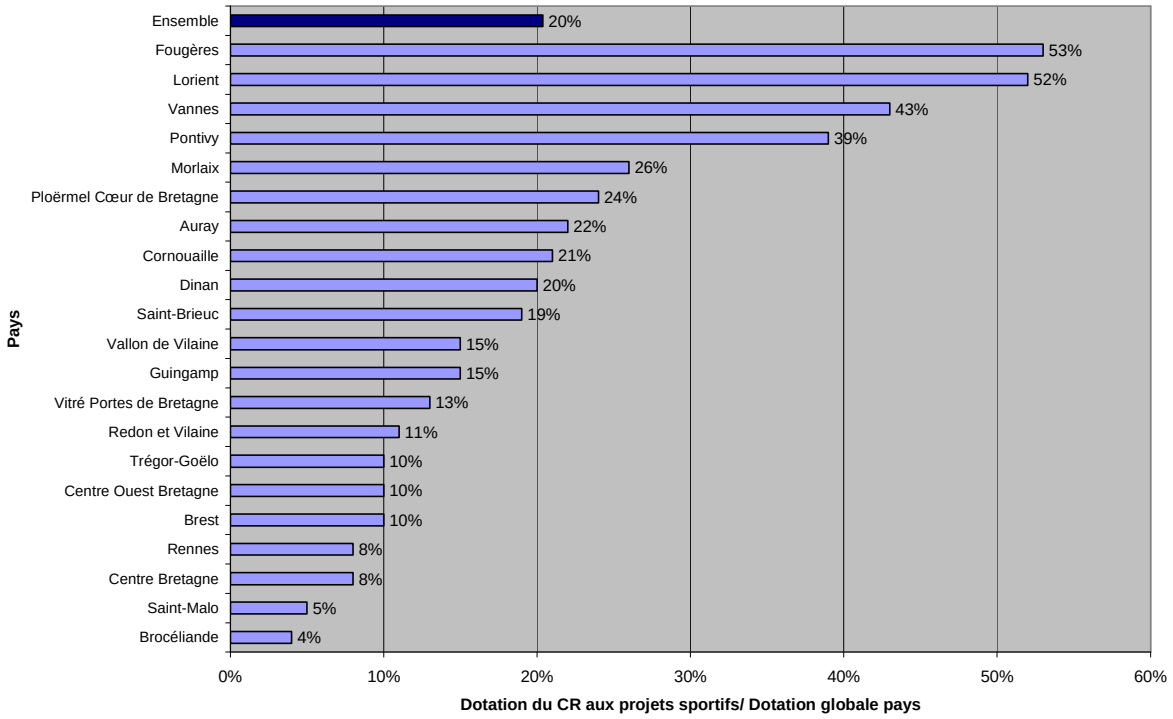
Ces limites étant posées, il apparaît néanmoins que, globalement, la part des projets sportifs aidés par la Région dans sa dotation globale aux pays est loin d'être négligeable. Ainsi, en 2008, sur une dotation globale prévisionnelle, tous pays et projets confondus, de 260 000 000 euros pour la période 2006-2012, la dotation aux projets sportifs des Pays représentait 51 460 010 euros, soit 20% de l'ensemble. Comme l'illustrent les graphiques ci-après, ces montants varient de 173 300 euros pour les projets sportifs du Pays de Brocéliande à 11 053 110 euros pour le Pays de Lorient. En proportion, la part de la dotation régionale aux projets sportifs varie également considérablement entre Pays : de 4% de la dotation globale au Pays de Brocéliande à 53% de celle du Pays de Fougères.

Figure 127. Région Bretagne – Contrats de Pays 2006-2012–Montant prévisionnel en euros de la dotation régionale aux projets sportifs des 21 Pays de Bretagne (avant révision 2009-2010)



Source : Conseil régional de Bretagne – 2008 – Exploitation CESR de Bretagne

Figure 128. Région Bretagne-Contrats de Pays 2006-2012 : Part prévisionnelle de la dotation régionale aux projets sportifs dans la dotation globale au Pays (avant révision 2009-2010)



Source : Conseil régional de Bretagne – 2008 – Exploitation CESR de Bretagne

Ces projets sportifs aidés par la Région le sont dans le cadre de deux des dix grands chantiers fédérateurs de sa stratégie régionale :

- *«Pour une affirmation de la vocation et de la spécificité maritime de la Bretagne »* (chantier n°6) pour tout ce qui concerne le nautisme et la pratique sportive liée aux divers aménagements portuaires.
- *« Pour un développement touristique et sportif et des loisirs de qualité »* (chantier n°10) pour les différents projets sportifs.

Le financement régional est souvent accordé sous réserve :

- que soit prise en compte la qualité environnementale du projet ;
- que soit attestée sa dimension intercommunale ;
- qu'il ne soit pas appelé sur des actions relatives à la remise en forme ou aux soins du corps (pour les piscines et les centres aquatiques).

La Région Bretagne recherche des *effets de levier* sur des projets structurants pour les territoires et d'intérêt régional. On observe que nombre d'entre eux ont un lien étroit avec *le développement touristique et l'attractivité du territoire*. En ce sens, une majorité de projets aidés concernent le nautisme (voile, kayak…), suivent les sports de nature (randonnée pédestre, cyclotourisme, VTT, équitation…). La dimension environnementale est également très présente (normes HQE, aménagement et valorisation d'espaces et sites naturels, du patrimoine régional..).

Pour ce qui concerne l'éducation et la formation, on constate, dans les projets aidés, une forte demande d'équipements sportifs homologués pour les scolaires.

En revanche, même s'il faut prendre en compte le fait que l'action sociale relève essentiellement d'autres collectivités que la Région, il est néanmoins possible de souligner dans les contrats de pays, la faible mise en valeur des effets sociaux positifs des projets sportifs, c'est-à-dire de la fonction sociale du sport. Par exemple, peu de projets mettent en avant l'objectif de faciliter l'accès des personnes en situation de handicap aux équipements sportif ou de favoriser les pratiques sportives féminines…

Enfin, si l'on considère les perspectives démographiques contrastées des 21 Pays bretons à l'horizon 2030, leurs liens avec la politique territoriale de la Région en faveur du développement du sport n'apparaissent pas toujours clairement s'agissant des Contrats de Pays 2006-2012. Or, l'offre sportive des territoires devra pouvoir répondre, à l'avenir, à ces évolutions démographiques, tant en termes d'équipements que de moyens humains (bénévoles et professionnels) et financiers.

2.3. L'organisation intercommunale du sport en Ille-et-Vilaine

S'agissant des enjeux territoriaux du sport, il en est un qui a été souligné à maintes reprises par les acteurs auditionnés par le CESR : celui de *l'intercommunalité sportive*. Comment organiser une nouvelle gouvernance intercommunale du sport sans briser le lien de proximité essentiel avec le territoire communal[1049] ?

[1049] Audition de Gérard Berche, le 13 mai 2008

2.3.1. L'engagement intercommunal pionnier du CDOS d'Ille-et-Vilaine

Avec la réforme de l'Etat dans le cadre de la Révision générale des politiques publiques (RGPP) et le renforcement de l'échelon déconcentré régional, avec la montée des intercommunalités annoncée dans le cadre du projet de réforme territoriale (ex. : métropoles), que va devenir l'organisation départementale du mouvement olympique et sportif en Bretagne, c'est-à-dire les Comités départementaux olympiques et sportifs (CDOS) et les comités départementaux des fédérations sportives ? Alors que se profil l'émergence du « conseiller territorial » unique entre le Département et la Région, le mouvement olympique ne va-t-il pas devoir se restructurer pour s'affirmer plus fortement à l'échelle des intercommunalités et de la Région ? En d'autres termes, les CDOS ne vont-ils pas devenir, dans un proche avenir, des CTOS, c'est-à-dire des Comités *territoriaux* olympiques et sportifs, comme il en existe déjà pour les départements et territoires d'outre-mer ?

Le mouvement olympique et sportif départemental, régional et interrégional a déjà engagé une réflexion de fond sur ces défis en étant convaincu, pour reprendre la formule du CNOSF et du CNCD, que « le projet sportif est au cœur du territoire », l'enjeu étant de savoir lequel…

Le CDOS d'Ille-et-Vilaine, en cohérence avec la politique territoriale de l'animation sportive du Conseil général d'Ille-et-Vilaine[1050], s'est organisé de manière pionnière au niveau des intercommunalités. Gérard Berche, lors de son audition[1051], soulignant que *« la Bretagne est fortement ancrée dans l'intercommunalité »,* il a décrit *« l'implication du CDOS d'Ille-et-Vilaine dans les nouveaux territoires »,* à travers deux aspects notamment :

- la présence de représentants du CDOS dans les conseils de développement de chacun des sept Pays ;
- la constitution au sein du CDOS d'une commission « Sport et territoires ».

2.4. L'animation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine ou la prise en compte anticipatrice des nouveaux territoires

Lors de son audition, Gérard Berche a insisté sur « une spécificité de l'Ille-et-Vilaine qui n'existe pas dans beaucoup de départements, et dans aucun des trois autres départements bretons : la mise en place, depuis 1975, de postes d'animateurs sportifs cantonaux (devenus aujourd'hui des éducateurs sportifs départementaux) ; leur secteur d'intervention sur deux cantons a donné naissance, dans presque tout le département à des offices cantonaux ou inter-cantonnaux des sports, donc à une organisation spécifique du sport au niveau de ces territoires ».

Le responsable de l'animation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine, M. Vincent Colou, a précisé cette organisation novatrice lors de son audition au CESR.

- Origine de l'animation sportive territorialisée en Ille-et-Vilaine

En 1975, les services déconcentrés de l'Etat (Jeunesse et sports), mettent en place une équipe d'animateurs sportifs cantonaux en Ille-et-Vilaine. Devenu décentralisé, le Conseil général intègre le réseau de l'animation sportive cantonale (ASC) à partir de 1993 : il finance et gère 23 animateurs sur la base d'un animateur pour deux cantons dans les villes de moins de 10 000 habitants. A partir de 2002, les territoires de référence de l'ASC

[1050] Audition de M. Vincent Colou, Responsable de l'animation sportive territorialisée du Conseil général 35, le 24 février 2009
[1051] Audition du 13 mai 2008

deviennent ceux des communautés de communes. En 2004, l'organisation du service évolue : 4 postes de conseillers territoriaux des activités physiques et sportives (CTAPS) sont créés et 5 éducateurs sportifs départementaux (ESD) sont recrutés.

Aujourd'hui, le service de l'animation sportive territorialisé du CG 35 est l'un des trois services de la Direction des sports. Il est composé de 28,5 agents, dont 4 conseillers en animation sportive devenus « Référents-Pays » qui sont chargés de coordonner l'action des éducateurs sportifs de leur ressort géographique, au nombre de 23 pour tout le département.

- Nature et modalités de l'accompagnement sportif décentralisé

En quoi consiste l'animation sportive territorialisée du CG 35 ? Le Département, par sa politique d'ASD, entend soutenir et dynamiser le mouvement sportif en milieu rural en lui apportant un accompagnement technique et humain à travers son réseau d'éducateurs sportifs départementaux dont les missions opérationnelles sont :

- de contribuer, directement ou indirectement, à *la formation* des cadres bénévoles et des sportifs des associations sportives, sans se substituer à ces dernières ;
- d'accompagner les clubs dans l'élaboration de leur *projet de développement* ;
- de renforcer, par leur implication locale, *la cohérence territoriale de la politique sportive départementale* en direction du mouvement sportif et des offices territoriaux des sports.

En pratique, l'ASD permet le suivi et la formation de 150 à 200 cadres bénévoles par an, l'organisation annuelle d'environ 11 000 journées-stagiaires. Elles accompagnent près d'une quarantaine de projets de développement.

- Partenariat

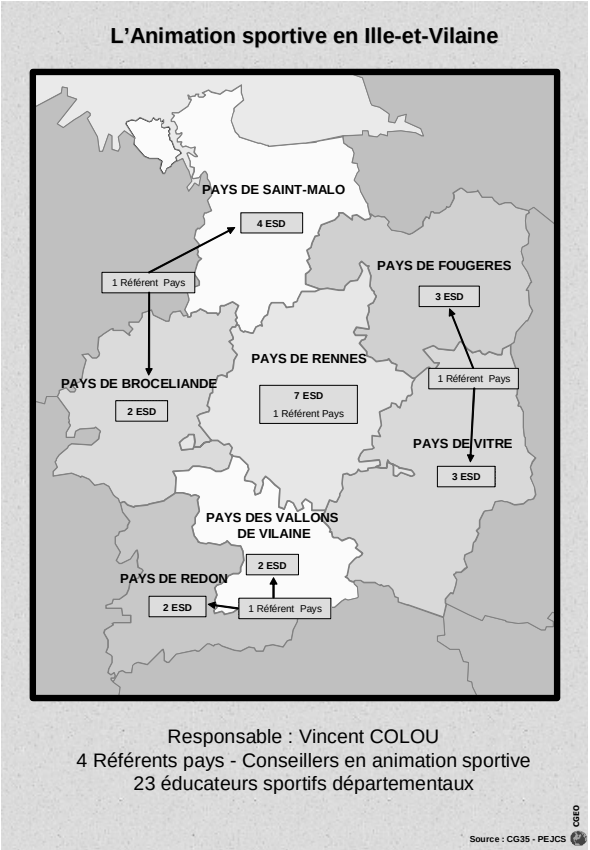
Le Conseil général d'Ille-et-Vilaine agit en partenariat avec des acteurs territoriaux du sport :

- des partenaires institutionnels : communes (organisation matérielle de stages sportifs, participation aux projets sportifs…) ; établissements publics de coopération intercommunale ; conseils de développement des Pays (commissions « sport »).
- des partenaires sportifs : associations sportives avec qui les ESD travaillent au quotidien ; offices territoriaux des sports créés à partir de 1990 (18 emplois sportifs et 27 offices soutenus par le Conseil général) qui fédèrent les acteurs sportifs du territoire couvert et favorisent le développement d'une pratique sportive de qualité ; les comités sportifs départementaux en menant des actions complémentaires (formation des cadres techniques bénévoles, stages sportifs de secteur et/ou de pays).

Le Conseil général contribue à l'animation des réseaux territoriaux du sport en prenant désormais pour échelle territoriale les 7 Pays composant son territoire, sachant qu'à terme, les ESD seront rattachés aux agences départementales créées par le Département.

La carte ci-après illustre l'organisation opérationnelle de l'ASD par pays dans le département d'Ille-et-Vilaine.

Carte 8.L'organisation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine en 2009



Source : Conseil général d'Ille-et-Vilaine, février 2009

- Un champ d'intervention territoriale toutefois limité

Même si l'action sportive territoriale du Conseil général d'Ille-et-Vilaine apparaît à l'avant-garde de nombreux autres départements sur plusieurs aspects, quelques limites apparentes sont toutefois à souligner :

- elle ne concerne pas ou peu les zones urbaines dans lesquelles se concentre la majeure partie de la population ;
- elle associe de nombreux partenaires sportifs et institutionnels locaux mais, parmi ceux-ci, ne sont pas mentionnés : les établissements scolaires, les familles…
- elle privilégie l'accompagnement du mouvement sportif fédéral au niveau local : qu'en est-il des autres pratiques sportives non encadrées de la population ?
- elle ne semble pas, à première vue, faire de lien avec les politiques sociales ou éducatives du Conseil général : insertion, accompagnements des publics en difficulté, handicap, actions dans les collèges… alors que le sport remplit une fonction sociale et éducative majeure ;
- la dimension « sport-santé » dans les territoires n'apparaît pas comme une mission confiée au réseau des éducateurs sportifs départementaux.

Ces limites ne sont pas propres au Conseil général d'Ille-et-Vilaine, elles révèlent de nouvelles passerelles à établir entre les acteurs territoriaux du sport, de l'éducation, de la santé, etc. nous y reviendrons dans le dernier point de ce chapitre.

2.5. Exemple de l'organisation intercommunale du Badminton au Pays de Fougères (35)

Le Badminton Club du Pays de Fougères (BCPF) trouve son origine dans les constats de la faible pratique de la discipline sur le territoire intercommunal du Pays et d'un certain essoufflement du bénévolat local.

Face à ce constat, les dirigeants du Badminton de Fougères[1052], en lien avec les Educateurs sportifs départementaux du Conseil général d'Ille-et-Vilaine (voir ci-dessus) travaillant sur le Pays de Fougères, décident en juin 2001, de développer le badminton à l'échelle intercommunale. Le projet consistait, d'une part, à créer un club de Pays, le BCPF, afin d'augmenter le nombre de pratiquants, de permettre aux joueurs de pratiquer à leur niveau, de développer un club à forte ambition sportive ; d'autre part, de recruter un salarié entraîneur de badminton pour répondre aux attentes des adhérents par un encadrement de qualité.

L'organisation du club à l'échelle du Pays permet de mutualiser certaines tâches administratives, des moyens humains et financiers entre les acteurs du territoire. Toutefois, il est précisé que « le BCPF est une Union d'Associations » et que « chaque association garde son indépendance administrative, juridique et financière ». En cotisant et en adhérant au BCPF, chaque association bénéficie en contrepartie de ses prestations.

Cette intercommunalité sportive favorise aussi l'élévation du niveau sportif dans la discipline, y compris en « Handibad », le badminton pratiqué par les personnes en situation de handicap dont l'accueil est encouragé.

Avec 751 licenciés, le Badminton Club du Pays de Fougères est devenu en quelques années le premier club français en nombre de licenciés[1053].

2.6. Deux exemples de politiques sportives communales : Le Rheu (35) et Brest

Nous avons déjà signalé que les communes étaient, de loin, les premiers acteurs publics territoriaux du sport en France. Elles en sont aussi le principal financeur après les ménages.

Nous présenterons ici quelques réflexions générales de deux élus locaux auditionnés par le CESR qui ont une grande expérience de la vie sportive communale : M. Gérard Cabon, ex-adjoint au sport à la Ville de Brest et M. Jean-Luc Chenut, Maire de Le Rheu (35).

2.6.1. Le Rheu, commune de l'agglomération rennaise en pleine expansion démographique

Le Rheu est une commune de l'agglomération rennaise qui a connu, ces dernières années, une forte expansion démographique : sa population est passée de 1 300 habitants en 1954 à 6150 habitants en 1999 puis à 8 200 habitants[1054] en 2008[1055].

Dans le cadre intercommunal de Rennes Métropole, la commune a donc dû relever le défi de l'adaptation de ses services et infrastructures publics aux besoins d'une population croissante.

[1052] Christophe Hardy, Président du club de Fougères et Michaël Erabit, Educateur sportif
[1053] http://www.bcpf.fr/ , consulté le 7 février 2010
[1054] Estimation recensement INSEE 2008. D'après le Maire, la population est d'environ « 8 300 habitants réels »
[1055] www.lerheu.fr, consulté le 22 juillet 2009

La vie sportive communale, décrite comme un facteur d'attractivité résidentielle « parmi d'autres »[1056], est à appréhender dans ce contexte.

2.6.1.1. « Le sport est, sans rival, au 1er rang de la vie sociale communale »

Pour Jean-Luc Chenut, le Maire du Rheu, si l'on considère le nombre de personnes qui se rencontrent au quotidien grâce au sport, le rôle de celui-ci dans l'animation de la vie sociale de la commune est « sans rival ». Il est « le pôle d'activités qui rassemble le plus ». Chaque semaine ce sont en effet des centaines, des milliers d'habitants de tous âges et de tous milieux sociaux qui se relient à travers les activités et manifestations sportives.

Dans une interview donnée au journal Ouest-France[1057], Jean-Luc Chenut, qui est aussi conseiller général délégué au sport, précisait cette idée : *«Lorsque l'on regarde de près la pratique sportive d'un territoire, on s'aperçoit que c'est un facteur de lien et de cohésion sociale. On peut le mesurer par le nombre de personnes concernées : les pratiquants ainsi que les personnes qui œuvrent dans l'ombre. »*

Le Maire du Rheu observe que l'usage optimisé des salles et autres équipements sportifs communaux, par les établissements scolaires comme par les clubs sportifs locaux et les particuliers, est un bon témoin de ce dynamisme sportif communal.

2.6.1.2. Les acteurs du sport au Rheu

A) Les associations sportives locales : premier acteur du sport

Jean-Luc Chenut rend hommage au mouvement sportif local et à ses bénévoles qui sont assurément les premiers acteurs du sport sur le territoire communal. Une grande partie des clubs sportifs de la commune est fédérée au sein d'une association, le Sporting club du Rheu, dont ils forment les sections. Leurs 1900 licenciés, soit environ 23 % des habitants, peuvent ainsi bénéficier d'une organisation et de services *mutualisés*.

Hommage de Jean-Luc Chenut, Maire du Rheu, aux bénévoles sportifs

« Les bénévoles sont indispensables. Pour preuve, si on valorisait le temps consacré par ceux-ci au sport, il est clair qu'aucune collectivité publique ne pourrait s'engager avec le même niveau de professionnalisme. Ces bénévoles en retirent aussi quelque chose : des relations, le plaisir de porter ou d'apprendre comment monter des projets, de rencontrer des interlocuteurs divers et variés. Je dirais que le bénévolat est un apprentissage extrêmement fort. Cet engagement est une composante de la citoyenneté. C'est une belle école de démocratie[1058] ».

B) Le soutien communal à la vie sportive : un budget conséquent

Le mouvement sportif local étant reconnu comme le premier acteur territorial du sport, il n'en demeure pas moins vrai que la commune joue un rôle déterminant dans le développement de la vie sportive.

[1056] 20 à 30 % des lettres de candidature de futurs habitants mentionnent la vie sportive communale..
[1057] OF du 18 octobre 2008, édition 35, article d'Olivier Duplessix, « Rencontres du sport : « Indispensables bénévoles ».
[1058] Propos rapportés par le journal OF du 18 octobre 2008, édition 35, article d'Olivier Duplessix, « Rencontres du sport : « Indispensables bénévoles ».

1) La logistique municipale

Du parcours sportif de santé au matériel des salles de sport, la commune met à disposition des clubs sportifs toute une logistique municipale qui crée des conditions favorables au développement des pratiques. Hors comptabilisation du temps de travail passé par les agents municipaux, le budget communal d'entretien et d'équipement des installations sportives est d'environ 120 000 € par an.

2) Les subventions communales

Chaque année, la commune verse une subvention d'environ 75 000 € au Sporting club du Rheu. Cette enveloppe globale est destinée, d'une part, à la gestion mutualisée, d'autre part aux sections sportives en fonction de critères définis par l'association. A cette subvention, il faut ajouter la contribution de la commune à l'Office des sports du canton de Mordelles à hauteur de 5 000 €. Au total, sur un budget de fonctionnement réel de la commune de 6.5 millions €, les subventions au mouvement sportif représentent environ 80 000 €.

Est signalée également la prise en charge par la commune du financement d'un animateur sportif communal pour environ 35 000 € par an. Celui-ci intervient notamment dans les écoles primaires.

3) Les infrastructures sportives

Pour une commune passée de 6150 habitants en 1999 à 8200 en 2008, soit une augmentation de près d'un tiers de sa population, la question de l'adaptation de l'offre des équipements sportifs communaux est particulièrement importante…et coûteuse.

En premier lieu, la commune a dû engager des travaux de modernisation et de mise aux normes d'installations existantes (ex : 1 millions d'€ pour une salle datant de 1965). En second lieu, elle a consacré 5 millions d'€ sur son budget d'investissement pour la création d'un nouveau « plateau multisports », installation qui a été conçue en concertation avec les sections sportives utilisatrices. Sur un budget pluriannuel d'investissement de 25 millions d'€ (hors urbanisme) entre 2002 et 2009, près de 6 millions d'€ ont donc été consacrés au sport, soit ¼ du budget d'investissement de la commune. Il est précisé que ces travaux ont été financés à 90 % par la commune elle-même. Le sport représente donc un investissement lourd pour le budget communal.

A ces montants, il faut ajouter le coût des petits travaux d'investissement concernant les équipements sportifs qui sont à 100% à la charge de la commune : entre 50 000 et 100 000 € par an.

Compte tenu de cet important effort budgétaire puisé sur ses ressources propres et afin de préserver son patrimoine sportif, la commune se voit contrainte de limiter la mise à disposition de sa nouvelle salle au collège, considérant que son cœur de responsabilité se situe au niveau de l'enseignement du premier degré et non du second degré.

C) L'intercommunalité sportive : à adapter selon les besoins et les ressources des territoires

La commune verse une subvention annuelle de 5000 € à l'Office des sports du canton de Mordelles. Compte tenu de sa taille, elle compte d'abord sur elle-même pour faire face au fonctionnement et à l'investissement sportif de la commune. Jean-Luc Chenut souligne que l'intercommunalité sportive et la mutualisation des équipements est sans doute davantage intéressante pour des communes de moins de 2 000 habitants. En revanche, pour ce qui est des piscines, l'intercommunalité présente souvent de nombreux avantages compte tenu

de l'ampleur des coûts d'investissement et de fonctionnement en jeu (ex : réussite de la piscine intercommunale de la Conterie à Chartres de Bretagne).

2.6.2. Brest : une approche globale de la vie sportive territoriale

Lors de son audition, M. Gérard CABON, ex-Adjoint aux sports à la ville de Brest a présenté une approche globale de la vie sportive dans le territoire brestois[1059].

- Le sport à Brest : un contexte urbain marqué par de grandes évolutions

Les réflexions de G. Cabon sur la vie sportive sont à situer dans le contexte d'une ville de 145 000 habitants, comptant quelques 230 clubs sportifs pour près de 32 000 licenciés dans 130 disciplines sportives différentes bénéficiant d'une offre conséquente de services et d'équipements sportifs.

A partir des années 1980, on observe certaines évolutions de fond :

- une tendance à la diversification et au morcellement de l'offre sportive : 50 disciplines en 1980, 130 aujourd'hui[1060] ;
- la montée des pratiques féminines qui restent encore minoritaires aujourd'hui : 30% des licenciés ;
- une certaine versatilité des pratiquants, y compris au sein des disciplines traditionnelles ;
- une dispersion et une mobilité géographiques plus importantes des pratiquants, phénomène remis en cause aujourd'hui par le renchérissement du coût des transports ;
- une professionnalisation encore embryonnaire des clubs sportifs ;
- une montée en puissance du sport loisir, licencié ou non, plutôt individuel que collectif.

- Des choix politiques à faire : des obligations…et au-delà

En matière de politique sportive, la ville doit d'abord pouvoir satisfaire à un certain nombre d'obligations :

- le sport à l'école primaire : permettre aux écoles d'organiser l'EPS dans de bonnes conditions ;
- répondre aux demandes des clubs et associations, aux obligations réglementaires fédérales ou étatiques en termes de suivi et d'équipements.

Au-delà de ces obligations, la ville a bien d'autres rôles à jouer à partir d'une vision globale de la vie sportive dans son territoire : accès des publics éloignés du sport (tarifs, installations, horaires, matériel…), établissements scolaires ou universitaires, sport spectacle et de haut niveau, sports « autonomes », mutualisation et rencontres entre clubs, mieux-être et cohésion sociale dans les quartiers…

- Comment enrayer « la fuite » des adolescents de plus de 15 ans ?

Dans toutes les disciplines, on observe une chute brutale des effectifs à l'adolescence, plus précisément à partir de 15 ans : le nombre de licenciés est alors presque systématiquement divisé par deux ou par trois après cet âge ! Quelques hypothèses peuvent être avancées :

- l'offre sportive classique, en particulier compétitive, ne semble plus répondre aux goûts, attentes, désirs, temps et modes de vie des adolescents ;

[1059] Audition et contribution écrite du 8 juillet 2008

[1060] Exemples de disciplines sportives plus ou moins récentes à Brest : Boxe chinoise, Batonkali, Fly Surf, Flag, Foot Gaêlic, Foot Fauteuil, Hata Yoga, Jeet Kune Do, Kali Escrima, Kendo, Kick Boxing, Krav, Maga, Muay Boran, Sarbacane, Sambo Combat, Shoot Wresling, Grappling, Tai Jiquan, Taiso, Tonfa, Ultimate, etc.

- parfois considérés comme un public versatile et coûteux en temps, les adolescents peuvent aussi être rejetés par des encadrants sportifs qui se refusent à faire ce qu'ils considèrent, à tort, comme de « l'occupationnel ».

- Le sport est-il coûteux ?

Mise à part certaines disciplines très coûteuses comme la voile par exemple, il faut reconnaître que le fonctionnement essentiellement associatif des clubs et le poids du bénévolat rendent la plupart du temps les pratiques relativement peu onéreuses pour le plus grand nombre au regard de leur coût réel (ex : 60 à 70 €/an pour les frais d'inscription à un club de foot, soit 0.35 euros/h).

Plusieurs phénomènes peuvent toutefois alourdir l'addition pour les pratiquants : la diminution des aides publiques, la difficulté de renouveler le bénévolat de responsabilité, le renchérissement du coût des déplacements, la professionnalisation de l'encadrement et les conséquences financières de la convention collective du sport ...

Pour pallier le coût des pratiques sportives, notamment pour les publics en difficulté, la ville de Brest a mis en place de nombreuses actions de proximité : animations gratuites, acquisition de matériel, ouverture d'installations, création d'une cellule « socio-sportive »…

- Les comportements néfastes autour du sport

Les incivilités, violences et autres comportements néfastes ou désinvoltes se manifestent de manière variable selon les disciplines, les publics, le caractère individuel ou collectif du sport… Le foot est souvent montré du doigt, mais, selon G. Cabon, il n'est pas le seul sport concerné.

On observe aussi parfois des tensions, du mépris et des conflits entre les clubs d'une même discipline ou entre différentes disciplines sportives. G. Cabon fait observer que le mouvement sportif reste assez souvent cloisonné dans son ensemble.

- Le sport, facteur d'intégration sociale ?

Lieu de rencontres, d'échanges, de confrontations, le sport est facteur d'intégration sociale, mais, selon G. Cabon, les choses, au niveau territorial, sont plus complexes : l'angélisme n'est pas de mise. Il existe aussi des dérives identitaires, voire communautaires ou territoriales (ex : urbain/rural), qui conduisent à des phénomènes de repli, de rejet et d'exclusion.

- Le sport, dans la ville, c'est la santé ?

Pour l'ex-adjoint au sport de Brest, il s'agit là d'une évidence à tempérer car, si le sport est globalement un facteur de bien-être, certaines formes de pratique peuvent être préjudiciables à la santé[1061] : violences physiques ou psychologiques entre sportifs ou spectateurs, dopage chez les pros comme chez les amateurs, pratiques « autonomes » non encadrées où le dépassement de soi peut devenir quasi obsessionnel[1062], excès lors des festivités d'après match…

- Le sport de haut niveau dans la ville

Il faut distinguer le sport de haut niveau à fort écho médiatique et le sport de haut niveau de l'ombre qui n'a pas moins de légitimité ou de valeur que le premier, sportivement parlant.

[1061] Voir première partie du rapport sur la santé
[1062] Ex : footing, plongée, vélo…

Vecteur d'image, fierté collective d'une ville et de ses habitants, le sport de haut niveau ne doit pas pour autant, selon G. Cabon, engendrer des dépenses publiques inconsidérées.

Enfin, il faut cesser d'opposer sport de haut niveau et sport de masse, l'un étant complémentaire de l'autre : à chaque fois qu'une discipline obtient de bons résultats, les demandes d'adhésions suivent au niveau des clubs…

- Le sport est une vraie économie locale

L'économie du sport draine de nombreux crédits. Par exemple, la ville de Brest consacre près de 10 millions d'euros par an à sa politique sportive. Il faut imaginer les effets sur l'économie locale de 72 salles de sport, de 55 stades de foot, de 6 piscines, d'une patinoire, d'un centre nautique : emplois publics et privés, enjeux commerciaux, location de matériel, transport, maintenance des installations et équipements…

- Le sport scolaire

G. Cabon souligne que l'école est le terrain privilégié de la démocratisation de l'accès aux pratiques sportives. Pourtant, le sport reste, selon lui, d'une manière générale, relativement dévalorisé et défavorisé au sein de l'éducation nationale. En matière d'équipements, de l'investissement à l'exploitation, les partenariats et mutualisations entre institutions doivent se multiplier dans l'intérêt du plus grand nombre.

- Dépasser les cloisonnements et les blocages par une vision globale de la vie sportive

Pour Gérard Cabon, il faut aussi un nouveau regard des acteurs sportifs sur le sport de masse et pour cela cesser de mépriser « l'occupationnel » sportif au nom d'une certaine vision exclusivement pédagogique et souvent élitiste du sport. L'accès du plus grand nombre aux bienfaits de la pratique sportive est un véritable enjeu de démocratie locale. Dans cette optique, la valorisation du bénévolat et le redéploiement des moyens existants sont des pistes d'action à encourager.

Enfin, fort de son expérience, il insiste sur cette idée que, pour favoriser l'accès à la pratique sportive, il faut une vision globale de la vie sportive locale qui permette au mouvement sportif de dépasser ses cloisonnements et blocages. C'est tout l'enjeu *d'une gouvernance intégrée du sport dans les territoires* (voir point suivant).

2.7. La démarche « Sport et développement durable » du Conseil général du Finistère en partenariat avec la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) et le Comité départemental olympique et sportif

2.7.1. Une démarche concertée et participative dans le droit fil de l'Agenda 21 du sport français

Le Conseil général du Finistère en partenariat avec la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS ; ex-DRJS) et le Comité départemental olympique et sportif, a développé une démarche « Sport et développement durable ».

En se basant sur l' »Agenda 21 du sport français » élaboré par le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), le Conseil général a retenu 10 objectifs en 2007 dans le cadre d'une « Charte départementale sport et développement durable » :

1- Former l'encadrement sportif au développement durable en sport

2- Promouvoir la pratique sportive des jeunes
3- Combattre l'exclusion sociale par la pratique du sport
4- Gérer les manifestations sportives de manière durable
5- Développer l'emploi dans le sport
6- Mettre le sport au service de la santé
7- Prévenir et lutter contre les incivilités et la violence dans le sport
8- Favoriser la pratique sportive des personnes en situation de handicap
9- Promouvoir la pratique sportive des femmes
10-Promouvoir les pratiques sportives régionales comme élément de diversité et richesse culturelle

Cette approche globale qui valorise la dimension humaine du sport ainsi que sa fonction éducative et sociale, sans oublier la santé, *dans le cadre de l'Agenda 21 du Conseil général*, entre en résonance avec le champ et l'esprit de l'étude du CESR de Bretagne.

Cette démarche, tant sur le fond que par sa gouvernance, apparaît comme un modèle qui mériterait d'être étendu à l'échelle régionale, ainsi que dans l'ensemble des territoires de la Bretagne, en lien avec les démarches participatives de développement durable du type « Agendas 21 territoriaux ».

Lors d'une rencontre organisée le 4 novembre 2008 à Quimper[1063], le CG 29, la DDCS 29 et le CDOS 29 sont parvenus à rassembler 91 participants, dont 58 personnes représentant 39 comités départementaux, ainsi que les Offices municipaux des sports de Brest et Quimper… Un exemple de manifestation qui, là aussi, pourrait être étendu à l'échelle régionale.

2.7.2. Un exemple à suivre à l'échelle de la Bretagne

Le Conseil régional de Bretagne, en lien avec son Agenda 21, la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS), le Comité régional olympique et sportif (CROS) avec les Ligues et Comités régionaux pourraient s'inspirer de cette démarche finistérienne pour initier un projet concerté « Sport et développement durable en Bretagne ».

Le point (3.) suivant suggère une nouvelle gouvernance régionale à mettre en œuvre pour ce faire, en y associant les acteurs régionaux de l'éducation, notamment le Rectorat d'académie et les acteurs de la santé, en particulier l'Agence régionale de santé. Cette gouvernance régionale intégrée du sport en Bretagne serait également ouverte à d'autres acteurs de la société civile organisée, notamment aux acteurs économiques.

Il serait également souhaitable d'y associer la Conférence territoriale dite « B 15 », comprenant, en plus de la Région, les 4 Départements et les 10 Communautés d'agglomération.

3. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale intégrée de l'activité physique et du sport en Bretagne

Les exemples présentés dans le point précédent mais aussi l'ensemble des parties antérieures du rapport ayant traité de la santé par l'activité physique et le sport, de l'éducation et de la formation par le sport tout au long de la vie, de la vie sociale et du développement territorial durable par le sport, ont mis en évidence l'intérêt d'une approche

[1063] Contribution de Mme Sabine Quimbert, responsable du service « Sport et jeunesse » au Conseil général du Finistère

globale et intégrée du système territorial du sport en Bretagne, tant à l'échelle régionale qu'à celle des autres territoires.

Afin de relever simultanément le défi d'un développement durable *par* le sport et celui d'un développement durable *du* sport, l'enjeu de la gouvernance est essentiel[1064].

Dans un contexte de nouvelles attentes sociétales, de rapides mutations institutionnelles, démographiques et territoriales, de sources de financement publiques et privées plus incertaines, le CESR recommande aux acteurs du sport en Bretagne et dans ses territoires de se rassembler pour imaginer et co-construire ensemble une nouvelle gouvernance intégrée du sport.

L'un des défis de cette nouvelle gouvernance est notamment de développer, en Bretagne et dans ses territoires, les passerelles entre les acteurs du sport, de la santé, de l'éducation, de la recherche, de l'environnement, de l'économie, etc. D'une manière générale, cette nouvelle organisation devrait favoriser la co-construction de diagnostics et de stratégies d'actions partagées et partenariales afin de mettre en œuvre des projets d'intérêt général au service du développement durable, du bien-être de la population et d'une meilleure qualité de la vie dans les territoires de la Bretagne.

En janvier 2010 en France, la moitié des régions françaises s'était dotée d'une *conférence régionale du sport*, instance de concertation et de coordination. Pour ne prendre qu'un exemple, à proximité de la Bretagne, il existe une Conférence régionale consultative du sport en Pays de la Loire qui envisage déjà de s'ouvrir vers des services et établissements publics variés pour représenter l'Etat : services déconcentrés du Travail, de l'Education, de la Santé, etc[1065].

Protocole d'accord du 11 décembre 2009 entre l'ARF et le CNOSF

L'Association des Régions de France, l'ARF, a signé un Protocole d'accord avec le CNOSF le 11 décembre 2009 qui stipule en son article 2 que :

« L'ARF et le CNOSF décident de mettre en commun des savoir-faire et des informations concernant les politiques sportives en région. Ils conviennent de favoriser la création d'instances de concertation, à l'initiative des Régions, rassemblant les acteurs du sport dans leur diversité avec un objectif de mise en cohérence des politiques sportives conduites dans chaque région. Au regard des compétences des Régions et de leur positionnement comme échelon de cohérence, cette concertation concerne notamment :

- l'aménagement et le développement sportif équilibré des territoires,
- l'aide à la formation des bénévoles, des dirigeants bénévoles et des professionnels,
- l'aide à la structuration de l'offre sportive,
- le renforcement des liens entre le sport scolaire, le sport loisir et le sport fédéral ;
- l'accès aux filières de haut niveau en favorisant la réussite du double projet social et sportif ;
- la promotion de la santé par le sport. »

[1064] Les auditions de M. Gérard Berche, membre du CROS Bretagne et du CD 35 de la Fédération française de Randonnée, les 13 mai 2008 et 1er avril 2009, ont mis en lumière l'importance de cet enjeu de la gouvernance, y compris à travers l'action partenariale exemplaire du Rando-Challenge® scolaire de Vitré.
[1065] Voir l'article de Laurent Bigot « Mieux coordonner les politiques sportives », dans la Gazette des communes, 4 janvier 2010, pp 32-34

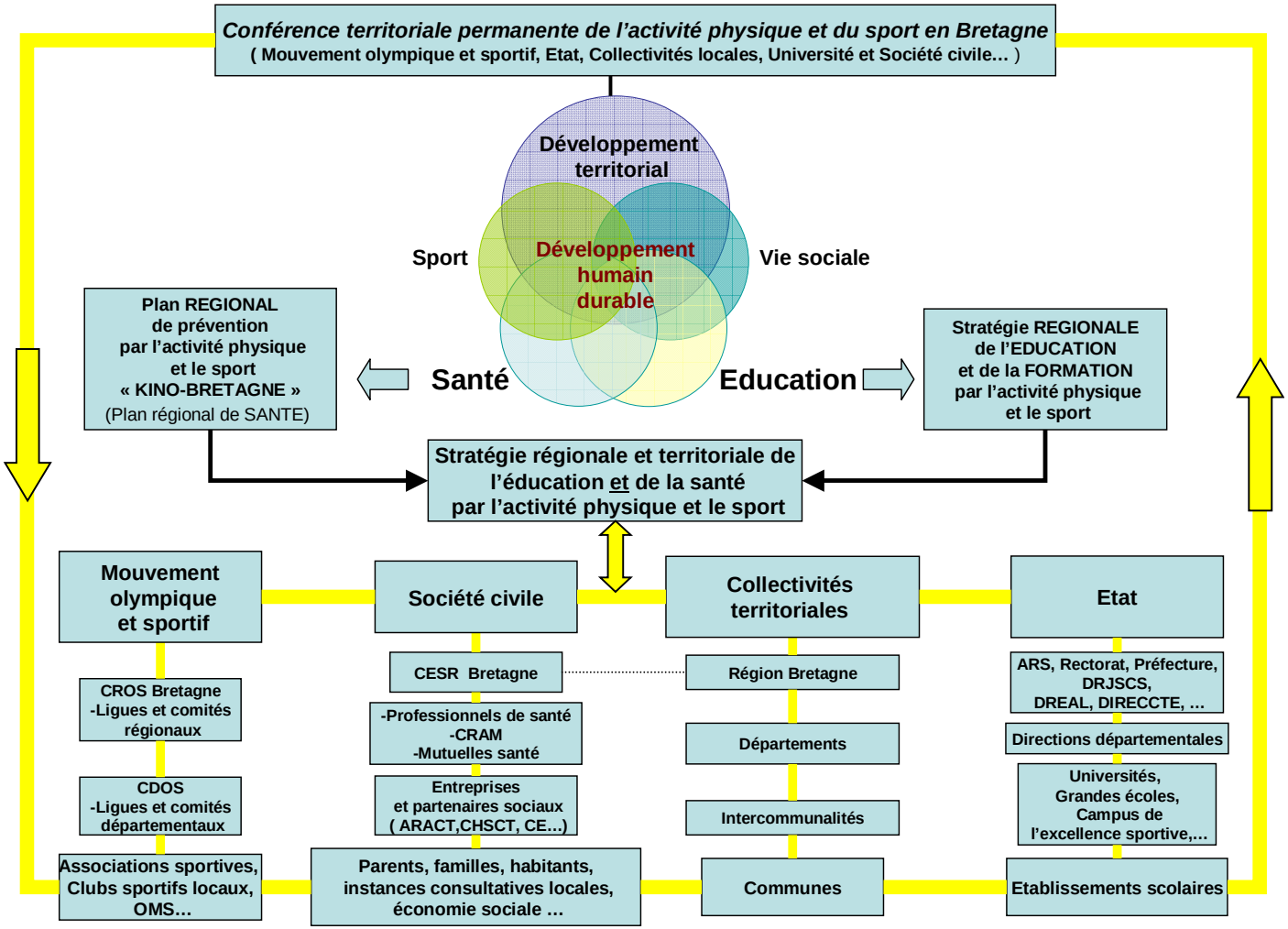
Préconisation du CESR de Bretagne :
Créer une Conférence territoriale permanente de l'activité physique et du sport en Bretagne

Dans le prolongement du Protocole d'accord signé entre l'ARF et le CNOSF le 11 décembre 2009 et au vu de ses travaux, le CESR de Bretagne préconise la création d'une *Conférence territoriale permanente de l'activité physique et du sport en Bretagne* dont les collèges pourraient par exemple comprendre des représentants du mouvement olympique et sportif (CROS, CDOS, Ligues, Comités), de l'Université (ex : UFR STAPS[1066] et Médecine…) et des Grandes écoles (ex : EHESP, ENS Cachan-Bretagne[1067]…), de l'Etat (ex : ARS, Rectorat d'Académie de Rennes, DRJSCS, DIRECCTE, DREAL…), des collectivités territoriales (ex : Région, Départements, Communes et leurs groupements), des acteurs économiques et, d'une manière générale, de la société civile organisée.

A travers le schéma simplifié ci-après - *non hiérarchisé, non exhaustif, à la fois ascendant et descendant* - le CESR propose une nouvelle organisation régionale et territoriale pouvant servir de base de réflexion aux parties-prenantes de l'activité physique et du sport en Bretagne[1068]. Seuls les champs de la santé et de l'éducation sont développés dans ce graphique, même s'ils sont en interaction dynamique avec l'ensemble des autres dimensions d'un développement humain durable : développement territorial, social, environnemental, économique, etc.

[1066] UFR STAPS : Unité de formation et de recherche en Sciences et techniques des activités physiques et sportives
[1067] EHESP : Ecole des Hautes études en santé publique ; ENS Cachan : Ecole normale supérieure de Cachan
[1068] Sigles utilisés dans le schéma page suivante : ARS (Agence régionale de santé), DRJSCS (Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale), DIRECCTE (Direction régionale des entreprises, de la concurrence, de la consommation, du travail et de l'emploi), DREAL (Direction régionale de l'environnement, de l'alimentation et du logement, CHSCT (Comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail), CE (Comités d'entreprise), CESR (Conseil économique et social régional), APS (Activité physique et sport), CROS (Comité régional olympique et sportif), CDOS (Comités départementaux olympiques et sportifs), ARACT (Association régionale pour l'amélioration des conditions de travail), CRAM (Caisse régionale d'assurance maladie), OMS (Offices municipaux ou intercommunaux des sports)

Figure 129. Base de réflexion pour une nouvelle gouvernance de l'activité physique et du sport (APS) en Bretagne en lien avec une stratégie régionale et territoriale de la santé et de l'éducation par l'APS *(liste des acteurs simplifiée, non hiérarchisée et non limitative)*



Source : CESR Bretagne, mars 2010

Conclusion

Conclusion :

Bouger et faire du sport … pour le plaisir d'abord !

Au final, quels sont les principaux enseignements de l'étude du CESR pour la Bretagne ?

- l'activité physique et la pratique sportive régulières et adaptées aux capacités et à l'âge de chacun sont des déterminants majeurs de l'état de santé, du bien-être et de la qualité de la vie en Bretagne ;
- le sport, fondé sur un projet humaniste et citoyen incarné dans l'esprit sportif, contribue à l'éducation et à la formation tout au long de la vie, à l'école comme en dehors ;
- il est au premier rang de la vie sociale et participe à un développement territorial durable ;
- les clubs du mouvement sportif, lieux de rencontre autour d'une discipline sportive pratiquée en loisirs ou à haut niveau -en compétition ou non- sont au cœur de la vie sportive dans les territoires. Ils contribuent d'autant plus au développement durable qu'ils ont les moyens pérennes d'un développement de qualité, à charge aussi pour eux de s'ouvrir plus largement à ces nouvelles perspectives ;
- une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'activité physique et du sport contribuerait à relever le double défi, d'une part, d'un développement durable *par* le sport, d'autre part, d'un développement durable *du* sport pour tous et dans tous les territoires.

Pourtant, à ne voir exclusivement dans le sport qu'un moyen au service du développement durable et non *aussi une fin en soi*, à force de vouloir se servir du sport sans sécuriser ceux qui le servent, le risque est grand d'oublier que ce qui fait battre le cœur du sport, c'est d'abord le plaisir du « sport pour le sport ».

En effet, le sport est avant tout une activité vivante portée par l'énergie et l'enthousiasme de la société civile elle-même. Il a son autonomie et ses spécificités. Il est cette irrésistible envie de bouger, d'exercer sa liberté de mouvement, de goûter à l'effort et de se dépasser, de vivre intensément et de partager des émotions, voire de la passion, en allant à la connaissance de soi en même temps qu'à la rencontre de l'autre.

Démocratique, républicain et respectueux des droits fondamentaux de la personne humaine, le sport peut être un vecteur de paix, donner un sens à la vie et même apporter du bonheur.

Alors, à vos marques, prêts… bougez !

En avant pour une Bretagne active et sportive.

Auditions

Les titres et mandats correspondent, sauf exception, à la situation au moment de l'audition.

AGUESSE Christine	Parent d'élève, membre de l'APEL de l'école Ste Anne de Landerneau
ALLAIRE Frédéric	Secrétaire général de la Ligue Ouest de la Fédération sportive de la Police française (FSPF)
ANDRÉ Claude	Représentant de l'association de solidarité internationale ZATOVO (Madagascar) – Partenaire du Tournoi international de football de l'AS Dirinon
ANDRÉ Josette	Bénévole, fondatrice du Club de football féminin du Stade briochin
AUTRET Jean-François	Arbitre au tournoi international de football de l'AS Dirinon
BASTIEN Anthony	Joueur de l'équipe de football fauteuil électrique des Merlus de Kerpape - Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
BEAUX Patrice	Direction régionale et départementale Jeunesse et Sports de Bretagne (DRDJS) – Référent régional du pôle ressources national « sport, éducation, insertion »
BENABEN Pierre	Urbaniste, Chargé d'études, Plan local d'urbanisme (PLU) à la Communauté d'agglomération de Rennes Métropole
BERCHE Gérard	Membre du Comité départemental 35 de la Fédération française de randonnées et ancien responsable de la Commission Sport et territoires au Comité départemental Olympique et Sportif d'Ille-et-Vilaine (CDOS 35)
BERNARD Hélène	Chargée d'étude principale développement durable à l'Agence d'Urbanisme de Développement Intercommunal de l'Agglomération Rennaise (AUDIAR)
BERNARD Henri	Président national de l'association « Sport en tête », Médecin-psychiatre au Centre hospitalier spécialisé de Montfavet
BESNARD Jean-Yves	Conseiller municipal à la ville de Vitré, chargé du suivi du Programme EPODE
BERTHE Alain	Président du Rugby Club de Vannes (RC Vannes)
BERTRAND Renaud	Président du Comité départemental de sport adapté des Côtes d'Armor
BERVAS Claude	Maire de Dirinon
BESCOND Laurent	Éducateur, entraîneur général à l'AS Dirinon
BIHAN Antoinette	Résidente de l'EHPAD « Ferdinand Grall » à Landerneau
BIOTTEAU Olivier	Professeur agrégé d'EPS au Lycée agricole de Guingamp (SNEP-FSU)
BLAISE Jean-Luc	Docteur en anthropologie - Directeur du Pôle « Recherche et développement » de l'Institut de formation en pédicurie, ergothérapie et kinésithérapie de Rennes (IFPEK)
BLATEAU James	Vice-Président au CROS Bretagne en charge de la communication
BLEAS Sylvie	Famille d'accueil bénévole au tournoi international de football de l'AS Dirinon
BODIN Dominique	Professeur en sociologie à l'UFR STAPS, Directeur du LARES l'Université de Haute-Bretagne – Rennes 2
BOISHARDY Marion	Joueuse de football en 1ère division et élève du CEFC section féminine du stade briochin
BONNANT Laëtitia	Infirmière au Centre hospitalier Guillaume Régnier à Rennes

BOURNE Véronique	Professeure d'EPS et membre du SE UNSA
BURLOT Jacques	Chargé de l'animation de la Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) du Conseil général des Côtes d'Armor
BUSNEL Fabrice	Médecin au Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
CABON Gérard	Ancien Adjoint au sport à la Mairie de Brest
CAMBRONNE Arnaud	Professeur de mathématiques, responsable de la Classe à profil « Passion Sport » au Lycée Jeanne d'Arc de Rennes
CARADEC Christian	Directeur régional, Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale de Bretagne (DRJSCS)
CAVAILLÉ Dominique	Secrétaire du Club, responsable de l'école de rugby - Brest Université Club Rugby (BUC)
CHAIGNAUD Clément	Élu au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
CHENUT Jean-Luc	Conseiller général d'Ille et Vilaine en charge du sport et Maire du Rheu (35)
CLUGERY Arnaud	Responsable « Développement durable et solidaire » au Tournoi international de football de l'AS Dirinon
COLOU Vincent	Responsable de l'animation sportive territorialisée au Conseil général d'Ille et Vilaine
CORBEL Annick	Secrétaire du Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
COQUAND Jean-François	Directeur adjoint à la Direction régionale et départementale Jeunesse et Sports de Bretagne (DRDJS)
COQUET Yann	Inspecteur d'académie, inspecteur pédagogique régional en EPS au Rectorat d'Académie de Rennes
COSPEREC Denis	Directeur adjoint du Lycée La Mennais de Ploërmel
COURTET Joël	Président du Club omnisport lorientais (COL), FSGT
CROGUENNOC Odile	Animatrice du Comité départemental EPMM « Sport pour tous » du Finistère
CUDEL Daniel	Président du Brest Université Club Rugby (BUC)
D'ANDREA Nicolas	Chargé de mission au Centre de Ressources et d'Expertise du Sport et des Loisirs de Bretagne (CRESLB), Observatoire emploi-formation, GREF Bretagne
DAGORN Aimé	Président de la Communauté de communes de Guingamp
DANTEC André	Président de la section « foot » au tournoi international de football de l'AS Dirinon
DE PECCHY Philippe	Président du Comité régional de Vol à voile Bretagne
DEPARDAY Francis	Responsable de l'association « Sport, loisirs, culture » (ASLC) Chargé du sport en entreprise – PSA La Janais à Rennes
DESFOSSEZ Laure	Joueuse cadette, lycéenne et interne au Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
DESJOYEAUX Michel	Skipper - course au large – Chef de l'entreprise « Mer agitée » (Port la Forêt)
DESPRES Pierre	Maire et Président de la Communauté de communes du Pays Guerchais
DETAILLE Vincent	Médecin, chef de service « Orthopédie, rhumatologie, traumatologie adultes » en charge du sport rééducation et du sport loisirs au Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)

DUBOIS Isabelle	Animatrice bénévole et parent de joueur - École de rugby de Vannes
DUIGOU Serge	Trésorier de la Fédération sportive et Gymnique du Travail en Finistère
DURRY Jean	Écrivain et historien du sport, Vice-Président du Comité français Pierre de Coubertin, membre du Comité international Pierre de Coubertin
EMILY Raymond	Retraité bénévole au tournoi international de football de l'AS Dirinon
ESNAULT Stéphane	Animateur régional et instructeur planeur – Classe aéroplaneur du Lycée La Mennais de Ploërmel
EPRON Aurélie	Docteur en STAPS
FERNANDEZ Patrick	Président du Comité des fêtes de Plouay
FEVRIER Audrey	Joueuse de football et élève du CEFC de la Section féminine du Stade briochin, joueuse de 1ère division et internationale de l'équipe de France
FLOC'H Jean-Charles	Professeur des écoles accueillant de délégation étrangère lors du tournoi international de football de l'AS Dirinon
FOUCARD Yvan	Représentant de la Ligue de l'enseignement d'Ille et Vilaine
GABRIEL Leslie	Élue au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
GALIO Pierre	Responsable national des partenariats promotionnels à l'ADEME
GARNIER Audrey	Responsable coordinatrice de l'animation à l'EHPAD « Ferdinand Grall » de Landerneau
GARNIER Michel	Président de l'Euro Pacé Association – Responsable du tournoi international « Eurobasket » de Pacé
GAUTIER Françoise	Chef d'établissement - Lycée Jeanne d'Arc de Rennes
GEFFRAY Josiane	Animatrice bénévole, élue au Comité départemental de rugby du Morbihan
GEFFROY Michel	Directeur des sports au journal « Le Télégramme »
GELEBART Charlène	Joueuse cadette, lycéenne et interne au Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
GEOFFROY Catherine	Conseillère départementale en animation sportive au Conseil général des Côtes d'Armor
GLEMAREC Christian	Vice-Président du Comité régional de sport adapté Bretagne et Président du Comité départemental de sport adapté du Finistère
GOAER René	Adjoint au Maire de Pleyber-Christ
GOASDUFF Gérard	Bénévole intendance au tournoi international de football de l'AS Dirinon
GORSE Laurence	Co-Présidente du Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
GOSSE Arthur	Lycéen, élève de la 1ère promotion de la classe « aéroplaneur » du lycée La Mennais de Ploërmel
GOUGUET Jean-Jacques	Maître de conférences à la Faculté de droit et de sciences économiques de Limoges, Chercheur au Centre de droit et d'économie du sport (CDES) de Limoges
GUERCHOUCHE Hadda	Championne paralympique de natation aux Jeux Olympiques de Barcelone et d'Atlanta, Association de promotion, d'accompagnement et de reclassement des travailleurs handicapés (APPARTH), Rennes

GUILLOUX Jean-Yves	Directeur du Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
HAZIRAJ Sonia	Entraîneur général et directrice du CEFC Section féminine de football du Stade briochin
HEINRY Angéline	Élue au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
HERVÉ Daniel	Inspecteur d'académie, inspecteur pédagogique régional en EPS au rectorat d'académie de Rennes
HOUDOT Daniel	Adjoint au Maire, chargé du sport santé à la Mairie de la Richardais
HUBERT Jean-François	Président de la Fédération de Gouren
Hugo, 12 ans	Joueur au tournoi international de football de l'AS Dirinon
JAFFRELOT Christophe	Directeur des Sports DE la Ville de Vitré
KERANDEL Nathalie	Présidente du Club des supporters au tournoi international de football de l'AS Dirinon
KERDECHUE Thomas	Élu au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
KERDILES Jean-Claude	Maire de Peyber-Christ et Vice-Président de Morlaix Communauté
KERDRAON Jean-François	Président du tournoi international de football de l'AS Dirinon
KERDRAON Olivier	Responsable partenariat du tournoi international de football de l'AS Dirinon
KERHOAS Jean	Délégué général de l'association « Nautisme en Bretagne »
KERGUIDUFF Steven	Élu au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
KERMARREC Mélanie	Vice-Présidente du tournoi international de football de l'AS Dirinon
KIEFER Patrick	Trésorier adjoint et responsable de la formation, Association « Sport en tête »
LE BOULCH Isabelle	Vice-Présidente Section féminine de football du Stade briochin
LE COURTES Yannick	Directeur de l'Agence CMB de Landerneau et partenaire du tournoi international de football de l'AS Dirinon
LE DRUILLENNEC Gilles	Moniteur de voile breveté d'État
LE GRAET Noël	Président du Club « En Avant Guingamp »
LE GUEN Marie-Françoise	Conseillère générale du Finistère
LE GUERINEL Marc	Professeur d'EPS et représentant du Bureau académique du SNEP-FSU
LE HER Patrick	Président du Comité des fêtes de Lanarvily
LE HIR Louis	Secrétaire du Comité des fêtes de Lanarvily
LE LUHERNE Corinne	Animatrice sportive du Comité départemental d'Ille et Vilaine « EPMM Sports pour tous 35 »
LE MOINE Élodie	Joueuse de football et éducatrice salariée au stade briochin
LE QUELLENEC Vincent	Capitaine de l'équipe de « foot fauteuil électrique » des Merlus de Kerpape - Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
LE SOMMER Eugénie	Joueuse de football et élève du CEFC de la Section féminine du Stade briochin, joueuse de 1ère division et internationale de l'équipe de France
LE TINNIER Vincent	Conseiller technique au Comité départemental de rugby 56

LE VOT Hervé	Président de l'association de randonnée pédestre « Par monts et par vaux » - Rennes
LANDURE Martine	Photographe bénévole du Tournoi international de l'AS Dirinon
LAUDEN Claire	Professeure d'EPS, Responsable académique EPS au SE UNSA
LEMOIGNE André	Vice-Président « Jeunes » du tournoi international de football de l'AS Dirinon
LEMOINE Olivier	Responsable de l'atelier d'orthoprothèse - Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
LEMEUNIER Denis	Président du Comité régional Handisport Bretagne
LEPAPE Christian	Directeur du pôle France « Finistère – course au large » de Port-la-Forêt (Forêt Fouesnant)
LIU Huayin	Chargée de mission à Bretagne Sport International (BSI)
LINGER Fabien	Diététicien et Chargé de mission EPODE à la Ville de Vitré
LOAEC Alicia	Élue au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
LONCLE Yvette	Membre du Club « Oxygène » de la maison de quartier de Villejean et membre du Comité départemental 35 de la Fédération française de randonnée
LOUVEAU Catherine	Professeure de sociologie au Laboratoire « Sports, politique et transformations sociales » (SPOTS), UFR STAPS - Université de Paris 10
MEIGNE Marcel	Infirmier au Centre hospitalier Guillaume Régnier à Rennes
MENNESSON Arnaud	Éducateur sportif au Rennes Etudiants Club Rugby (REC)
MEURISSE Julie	Élue au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
MICHEL Daniel	Président du Pôle randonnées et loisirs de pleine nature en Bretagne
MIGNON Patrick	Directeur du Laboratoire de sociologie du sport à l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (INSEP)
MILVOY Anne	Ecologue, Chargée d'études urbanisme, environnement à l'Agence d'Urbanisme de Développement Intercommunal de l'Agglomération Rennaise (AUDIAR)
MONTFORT Willy	Professeur d'EPS spécialisé en activité physique adapté (APA) au Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
MORIN Yannick	Président de Bretagne Sport International (BSI)
MORVAN Gurvan	Responsable du Centre d'entraînement du club de basket féminin de Pleyber-Christ, entraîneur
MOTTET Bruno	Directeur de Lorient Technopole Innovation et d'Eurolarge Innovation à Lorient
MOULIN Bernard	Éducateur sportif, responsable de l'action « En avant toute » (CDAS de Quimper, Sauvegarde de l'Enfance en Finistère)
MOURLET Emmanuel	Inspecteur à la Direction régionale Jeunesse et Sports Bretagne
MOUY Pierre-Yves	Chef du service des Sports au Conseil général des Côtes d'Armor
NEDELEC Françoise	Responsable bénévole de stand au tournoi international de football de l'AS Dirinon

NEDELEC Joël	Entraîneur bénévole de « foot fauteuil électrique » - Merlus de Kerpape - Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
NICOLAS Paul	Président de la FALSAB – Confédération des jeux et sports traditionnels en Bretagne
OLLIVAUX Nicolas	Permanent à la FALSAB
PAUGAM André	Représentant d'un Club partenaire du tournoi international de football de l'AS Dirinon
PELÉ Patrick	Chef d'entreprise « Transport Pelé », partenaire du tournoi international de football de l'AS Dirinon
PERON Philippe	Président-fondateur de l'association « L'enfance de l'art »
PERSON Yann	Cadre supérieur de santé au Centre hospitalier Guillaume Régnier à Rennes
PHILIPPART Monique	Présidente du Comité départemental d'Ille et Vilaine « EPMM Sports pour tous 35 »
POIRIER Robert	Ancien sportif de haut niveau en athlétisme, Président de l'Office des Sports de Rennes
PONT Dominique	Président fondateur du tournoi international de football de l'AS Dirinon
PRIMAULT Didier	Économiste au Centre de Droit et d'Économie du Sport de Limoges
Quentin, 13 ans	Joueur au tournoi international de football de l'AS Dirinon
QUILLEROU Sylvère	Docteur en Pharmacie, Président de l'Ordre des Pharmaciens de Bretagne
QUINIO Nadine	Aide-médico-psychologique et entraîneur bénévole de « foot fauteuil électrique » (Merlus de Kerpape) au Centre mutualiste de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56)
RAULT Martial	Élu au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
RENAULT Joël	Président du Comité régional de sport adapté Bretagne (CRSA)
RENOUARD Marie-Christine	Directrice générale des services à la Mairie de la Guerche et de la Communauté de communes du Pays guerchais
ROBENE Luc	Maître de conférences en histoire et chercheur au Laboratoire de recherches en sciences sociales et humaines (LARES) à l'Université de Rennes 2
ROCHCONGAR Jean-Noël	Bénévole intendance au tournoi international de football de l'AS Dirinon
ROCHCONGAR Pierre	Professeur de médecine, Unité de biologie et de médecine du sport au CHU de Rennes, Président de la Société française de médecine du sport
ROZE Justine	Lycéenne, élève de la classe « aéroplaneur » au Lycée La Mennais à Ploërmel
SCHERR Yves	Directeur des sports à Ouest-France
SCHIO Claire	Chargée de la communication à la Délégation régionale de l'ADEME Bretagne
SEGALEN Emmanuelle	Joueuse cadette, lycéenne et interne au Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
Simon, 14 ans	Joueur au tournoi international de football de l'AS Dirinon
SOUBIGOU Didier	Représentant d'un Club partenaire au tournoi international de football de l'AS Dirinon

SOUVESTRE Patrick	Infirmier détaché au sport à l'hôpital de Laval et trésorier de l'association « Sport en tête »
STEPHAN Fanny	Élue au Conseil régional des jeunes lycéens et apprentis de Bretagne
TANNE Marcel	Co-Président du Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
TOREL Irène	Monitrice-éducatrice en équitation adaptée au Centre médical Rey-Leroux (35) et Présidente d'Équidicap
TOULARASTEL Tugdual	Directeur régional de l'Union générale sportive de l'enseignement libre (UGSEL)
TRANVAUX Jean-Yves	Bénévole,Vice-Président du Comité des fêtes de Plouay, chargé de l'organisation du Grand Prix cycliste « Les 3 jours de Plouay »
TREBONTA Lucie	Joueuse cadette, lycéenne et interne au Centre d'entraînement et de formation du club de basket féminin de Pleyber-Christ
TREGARO Michel	Médecin-conseiller à la Direction régionale de la Jeunesse et des Sports et cohésion sociale de Bretagne (DRJSCS)
URANGA Nicolas	Cadre technique au Comité départemental de rugby du Finistère
VANCASSEL Jean-Marc	Directeur régional de l'Union nationale du sport scolaire en Bretagne (UNSS)
VAUTIER Hubert	Éducateur sportif au Club Handisport de Rennes (Handi-basket) et membre de Handicap International
VENIER Mélanie	Responsable de l'internat et joueuse au club de basket féminin de Pleyber-Christ (National 1)
VIDAL Audrey	Responsable de l'internat et joueuse au club de basket féminin de Pleyber-Christ (Pré-National)
VINCENT Caroline	Responsable du Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports de nature et les loisirs sportifs de nature de Bretagne (CRER)

Ont également apporté leurs contributions aux travaux de la Commission :

- les services du Conseil régional de Bretagne ;
- les 73 élus du Conseil régional des jeunes qui ont répondu à l'enquête ;
- le Comité régional Bretagne de la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire (FFEPGV) ;
- le Comité régional olympique et sportif de Bretagne (CROS) ;
- l'Union interrégionale Nord-Ouest des CROS et CDOS ;
- toutes les personnes ayant répondu au questionnaire de collecte des initiatives locales.

Voir *l'Annexe 1* ci-après pour une présentation synthétique du parcours d'audition et de recherche du CESR.

Annexes

Annexe 1
« Méthodologie, parcours d'auditions et de recherche de l'étude du CESR »

Confiée à la commission « Qualité de vie, culture et solidarités », la réalisation de l'étude s'est déroulée entre le mois d'avril 2008, date d'adoption de son cahier des charges par le Bureau du CESR, et le mois de février 2010, pour sa finalisation.

Durant ces deux années, en commission ou groupe d'enquête territoriale, près de 160 personnes ont été auditionnées, auxquelles il faut ajouter les 73 membres du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne* ayant répondu à l'enquête par questionnaire du CESR. Au total, donc, environ 230 personnes extérieures au CESR de Bretagne ont enrichi, par leurs contributions de qualité, l'information et la réflexion de la commission (voir liste des personnes auditionnées).

Elles ne peuvent être citées ici de manière exhaustive. Afin de rendre compte de la grande diversité de ces précieux apports, que l'on retrouvera tout au long du rapport dans le corps du texte ou en note de bas de page, nous en présentons ici les principales sources.

- L'éclairage de chercheurs, d'experts et la participation à des colloques

M. Jean Durry, écrivain et historien du sport, a présenté l'histoire de l'olympisme moderne depuis Pierre de Coubertin jusqu'à ses enjeux les plus actuels.

Des enseignants-chercheurs de l'Université ont également été sollicités pour éclairer la réflexion du CESR : M. le Professeur Dominique Bodin et M. Luc Robène, Maître de conférences (UFR-STAPS et LARES de l'Université de Rennes 2) ; Mme la Professeure Catherine Louveau (Université de Paris X), M. le Professeur Pierre Rochcongar (Faculté de Médecine de l'Université de Rennes 1).

A l'invitation de l'UFR-STAPS de l'Université de Rennes 2, le CESR a pu assister au colloque « Ethique et sport » co-organisé avec le Conseil de l'Europe (Accord Partiel Elargi sur le Sport), à Rennes, en avril 2009.

M. Jean-Jacques Gouguet, Maître de conférences à la Faculté de droit et de sciences économiques de Limoges, chercheur au Centre de droit et d'économie du sport de Limoges (CDES) et M. Didier Primault, économiste au CDES de Limoges, ont présenté les grands enjeux de l'emploi sportif en France et alerté sur la menace réelle d'une « dualisation » du système du sport.

M. Patrick Mignon, Chargé de conférences à l'EHESS et Directeur du Laboratoire de sociologie de l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance (INSEP) a dressé l'état des lieux des pratiques sportives en France. Toujours grâce à l'INSEP, le CESR a pu participer aux Rencontres « Le sport, c'est la santé ? », organisées par le Professeur Jean-François Toussaint et M. Eric Jousselin, les 5-6 mai 2008 à Paris,

- Le concours de services experts de l'observation du sport en Bretagne

Les services de la Région Bretagne, le Groupement régional emploi-formation (GREF) et, en son sein, le Centre régional d'expertise et de ressources sur le sport et les loisirs en Bretagne (CRESLB), le Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports et loisirs de nature en Bretagne (CRER), ont fourni de nombreuses informations et données statistiques sur la situation du sport en Bretagne. Le CESR s'est également appuyé sur plusieurs travaux de l'INSEE Bretagne.

- L'audition de services de l'Etat en région, d'enseignants et de chefs d'établissement

Les services de l'Etat en région ont également apporté leur contribution, notamment la Direction régionale de la jeunesse et des sports et le Rectorat d'Académie de Rennes (Inspection académique-EPR-EPS).

S'agissant du monde de l'enseignement, un Professeur des écoles, des Professeurs d'éducation physique et sportive (EPS), des enseignants d'autres matières scolaires ainsi que des chefs d'établissement ont été rencontrés. Des responsables d'associations de sport scolaire (UNSS, UGSEL) ont aussi été auditionnés.

- Une enquête territoriale auprès des acteurs du sport en Bretagne

Compte tenu de l'importance des enjeux territoriaux du sport, il est apparu indispensable à la commission d'aller sur le terrain, à la rencontre de multiples acteurs locaux : du sport amateur au sport professionnel et du sport de loisir au sport de haut niveau. Grâce à la mobilisation active des membres de la commission, de nombreuses actions et initiatives exemplaires ont pu être repérées dans l'ensemble des départements de la Bretagne.

Cette enquête territoriale a été approfondie par l'analyse du volet sportif des 21 Contrats de Pays 2006-2012, par une enquête téléphonique auprès des responsables des Pays, des conseils de développement, de communautés de communes, de communes, des Départements, d'acteurs du mouvement olympique et sportif, des Animateurs territoriaux de santé, etc.

- La mobilisation du réseau régional et territorial du mouvement olympique et sportif

Le mouvement olympique et sportif a également mobilisé son important réseau, en particulier les Ligues et Comités régionaux, y compris le sport en entreprise et les jeux et sports traditionnels bretons, pour faire connaître de nombreuses actions sportives exemplaires en Bretagne. Le CESR a été invité par l'Inter-région Nord-Ouest des Comités régionaux olympiques et sportifs (CROS) et des Comités départementaux olympiques et sportifs (CDOS) à participer à plusieurs colloques ou conférences, notamment à son Université d'été tenue à Saint-Marcel (Eure) en août 2008. Le CESR a assisté, le 23 avril 2009, au colloque « Esprit sportif et démocratie » organisé par l'Association Française pour un sport sans violence et le fair-play (AFSVFP).

S'agissant de l'ouverture internationale par le sport, les responsables de Bretagne sport international ont été rencontrés pour présenter l'action « BZH à Beijing 2008 ».

- Des contributions de nombreux éducateurs sportifs sur la fonction éducative et sociale du sport

De nombreux éducateurs sportifs, acteurs de terrain, professionnels ou bénévoles, ont été entendus par le CESR sur la fonction éducative et sociale du sport dans les territoires auprès de publics de tous âges -de la petite enfance aux personnes âgées -, y compris des

responsables d'actions de remobilisation et d'insertion par le sport auprès de personnes en difficulté sociale ou professionnelle.

- La parole aux jeunes, notamment par la réalisation d'une enquête auprès du *Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne*

Le CESR s'est mis à l'écoute d'une centaine de jeunes environ, filles et garçons, du non sportif au sportif de haut niveau.

En premier lieu, une enquête par questionnaire a été réalisée auprès de 73 jeunes élus du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne. Un échange libre a également été organisé avec une dizaine d'entre eux pour connaître leurs préconisations afin de lever les freins à la pratique sportive des adolescentes et adolescents, enjeu très important en termes de santé publique.

En second lieu, près d'une vingtaine de jeunes joueuses inscrites dans les Centres d'entraînement et de formation de clubs phares (CEFC) de la région Bretagne ont été rencontrées : des joueuses de la Section féminine de football du CEFC du Stade briochin (22) et des joueuses de basket féminin du CEFC de Pleyber-Christ (29).

Des élèves de la Classe aéroplaneur du Lycée Lamennais de Ploërmel sont venus témoigner de l'intérêt éducatif du sport utilisé comme ressource pédagogique pluridisciplinaire.

Enfin, de jeunes joueurs de football du Tournoi international de football benjamin de Dirinon (29), ont raconté leur plaisir de jouer au ballon rond lors de cette fête locale d'un football humaniste et citoyen.

- L'audition d'organisateurs bénévoles de manifestations sportives et d'élus locaux

Lors de ses visites sur le terrain, le CESR s'est mis à l'écoute d'organisateurs bénévoles d'événements ou manifestations sportives : «Les Trois jours de Plouay » (56), « Le Cyclocross de Lanarvily » (29), « le Tournoi international de football benjamin de Dirinon (29) », « l'Eurobasket de Pacé » (35), le « Rando-challenge® scolaire » au Pays de Vitré (35), etc.

Plusieurs élus locaux (Maires, Adjoints au sport, Conseillers généraux…) sont intervenus pour présenter leur politique sportive et l'importance de la place du sport dans la vie locale.

- Des personnalités du sport professionnel de haut niveau

S'agissant du sport professionnel, le CESR s'est rendu à Guingamp (22) pour auditionner M. Noël Le Graët, Président du Club de football « En Avant Guingamp ».

Michel Desjoyeaux, le skipper de Foncia, a accueilli les membres de la commission au « Pôle France Finistère Course au large » de Port-la-Forêt et leur a fait visiter son entreprise « Mer Agitée » ainsi que le chantier de construction navale CDK Technologies. A cette occasion, le CESR a aussi pu auditionner le Directeur du Pôle France, M. Christian Lepape, avec d'autres acteurs locaux du nautisme (Nautisme en Bretagne, Eurolarge innovation…).

- Les acteurs du sport accessible aux personnes en situation de handicap

Le sport accessible aux personnes en situation de handicap a également donné lieu à de nombreuses auditions : du Moniteur de voile breveté d'Etat aux champions paralympique de natation et de course-fauteuil, en passant par le Handisport, le Sport adapté, le Centre de Kerpape et son équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape », l'équitation adaptée, l'intégration dans le sport ordinaire avec le REC Rugby …

- La rencontre de professionnels de santé

Des professionnels de santé ont été auditionnés tant dans le domaine de la santé physique que celui de la santé mentale : Médecins du sport, Ordre des pharmaciens de Bretagne, Institut de formation en podologie, ergothérapie et kinésithérapie de Rennes (IFPEK), infirmiers, équipe du sport-rééducation et du sport-loisir du Centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelles de Kerpape (56), Association nationale « Sport en tête » pour le sport thérapeutique en psychiatrie, etc.

- Des experts de l'impact environnemental des pratiques sportives et des urbanistes

Afin d'aborder la dimension environnementale des pratiques sportives, des représentants de l'ADEME et de sa délégation régionale ont été auditionnés, de même que le CRER Bretagne et la Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) du Conseil général des Côtes d'Armor.

Des urbanistes ont été interrogés sur les actions et aménagements urbains susceptibles de stimuler l'activité physique régulière dans la population (ex : déplacements doux, aires de jeux pour les enfants, …)

- Des responsables de l'information sportive de la presse régionale

Le CESR a aussi rencontré le Directeur des sports du quotidien Le Télégramme, M. Michel Geffroy, ainsi que celui du journal Ouest-France, M. Yves Scherr. Tous deux ont souligné l'importance de l'information sportive pour la presse quotidienne régionale en Bretagne, y compris sur le plan économique.

- La participation active des membres de la commission « Qualité de vie, culture et solidarités »

L'ensemble des auditions et contributions a été enrichi à tous les stades de l'étude par la participation active, les échanges et les réflexions des 26 membres de la Commission « Qualité de vie, culture et solidarités » à qui a été confiée la réalisation de cette étude (liste en début de rapport).

- Une veille et une recherche documentaire approfondies

Enfin, pour compléter ces auditions et enquêtes de terrain, le CESR a mené de nombreuses recherches documentaires, y compris à l'échelle européenne et internationale, dont les références figurent en note de bas de page tout au long du rapport.

Annexe 2
Questionnaire aux membres du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne

Conseil économique et social

Etude sur le « Sport en Bretagne »

Questionnaire aux membres
du Conseil Régional des Jeunes, Lycéens et Apprentis de Bretagne

☞ **Merci de bien vouloir compléter ce questionnaire et de le remettre aux services du Conseil régional avant la fin de la session**

☞ Profil du répondant :

-Prénom et nom (réponse facultative) : ……..
-Sexe : F☐ M☐
-Age : ……ans
-E. mail (réponse facultative pour d'éventuelles demandes de précision) :……..
……
-Statut : Lycéen(ne) ☐ Apprenti(e) ☐
-Nom de l'établissement scolaire ou du CFA : ……
-Localisation de l'établissement (commune et département) : ……
-Territoire à dominante : urbaine☐, rurale☐
-Type d'enseignement suivi : professionnel☐, général☐ , technologique☐, agricole☐, maritime☐, Autre ☐ (préciser) : ……..
-Niveau et filière (ex : 1ère ES) : ……

1. Pensez-vous que votre activité physique au quotidien est suffisante, que vous « bougez » assez tous les jours ? ☐oui ☐non

2. Pour vous, « faire du sport » signifie [cocher autant de cases que vous voulez et préciser les 3 significations les plus importantes à vos yeux en les numérotant de la plus importante (1) à la moins importante (3)]:

   - ☐Pratiquer une activité physique ou sportive en dehors d'un club, quand j'en ai envie, librement et sans contrainte
   - ☐Apprendre et pratiquer avec régularité une discipline encadrée dans un club
   - ☐Suivre les cours d'EPS à l'école (Lycée ou CFA)
   - ☐Bouger dans la vie quotidienne (marche, vélo, prendre l'escalier…)
   - ☐Faire des jeux ou exercices physiques à l'aide d'une console vidéo
   - ☐Autre : ……
     ……

3. Faites-vous du sport actuellement ?

- ☐ régulièrement
- ☐ plutôt occasionnellement
- ☐ jamais

4. En avez-vous fait quand vous étiez plus jeune ?

- ☐ régulièrement
- ☐ plutôt occasionnellement
- ☐ jamais

5. Si vous avez pratiquez un sport plus jeune et n'en faites plus actuellement :

- à quel âge avez-vous arrêté ? ……..ans

6. Les autres membres de votre famille font-ils du sport régulièrement ?

- mes frères et sœurs : ☐ oui ☐ non
- mes parents, ou l'un d'entre eux : ☐ oui ☐ non

7. D'une manière générale, préférez-vous pratiquer :

☐ Plutôt les sports individuels
☐ Plutôt les sports collectifs

8. Si vous ne faites pas ou plus de sport, pour quelle(s) raison(s) [cocher autant de cases que vous voulez et préciser les 3 raisons les plus importantes à vos yeux en les numérotant de la plus importante (1) à la moins importante (3)]?

- ☐ par choix personnel, parce que je vis très bien comme ça.
- ☐ parce que je n'aime pas le sport
- ☐ parce que je préfère regarder le sport à la télé
- ☐ parce que je donne la priorité à mon travail et à ma réussite scolaire
- ☐ pour raison de santé ou par peur de blessures
- ☐ pour des raisons financières
- ☐ par manque de temps ou parce que les créneaux horaires ne me conviennent pas
- ☐ parce que les lieux de pratique sont trop éloignés et que je n'ai pas de moyens de transport adapté
- ☐ parce que les contraintes d'une pratique en club ne me conviennent pas
- ☐ parce que je n'aime pas la compétition
- ☐ par craintes de subir des discriminations
- ☐ parce que les encadrants sportifs ne comprennent pas les attentes des jeunes
- ☐ parce que les activités sportives proposées localement ne me conviennent pas
- ☐ parce que je n'ai pas suffisamment d'information sur les activités sportives locales
- ☐ parce que les équipements ou installations sportives sont en mauvais état
- ☐ autre(s)raison(s) :……
  ……

9. Si vous faites du sport :

- Quel(s) sport(s) ?……..

- Combien de temps par semaine en moyenne ?.....

- A quel moment ?

  - Jours :……
  - Horaires : ……

- Combien cela vous coûte-t-il annuellement approximativement (ou à vos parents)?.....……..

- Cela vous paraît-il cher ? ☐ oui ☐non

- Aimeriez-vous pratiquer davantage de sport [cocher autant de cases que vous voulez et préciser les 3 raisons les plus importantes à vos yeux en les numérotant de la plus importante (1) à la moins importante (3)]?

  - ☐Non
  - ☐Oui, si j'en avais le temps
  - ☐Oui, si j'en avais les moyens financiers
  - ☐Oui, si j'avais plus de facilité de transport
  - ☐Oui, si les équipements sportifs étaient plus modernes
  - ☐Oui, pour d'autres raisons (préciser) :……..
    ……...
    .....

10. Où et dans quel(s) cadre(s) faites-vous du sport [cocher autant de cases que vous voulez et préciser les 3 lieux les plus importants à vos yeux en les numérotant du plus important (1) au moins important (3)]?

- ☐A l'école, lors des cours d'EPS
- ☐A l'école, dans une association sportive de mon établissement (UNSS, UGSEL)
- ☐Dans un club de sport en dehors du cadre scolaire
- ☐Individuellement et librement, en dehors d'un club sportif
- ☐En dehors d'un club, entre copains ou copines
- ☐En famille
- ☐Autre : …….

11. Pour quoi faites-vous du sport [cocher autant de cases que vous voulez et préciser les 3 motivations les plus importantes à vos yeux en les numérotant de la plus importante (1) à la moins importante (3)] ?

- ☐Sans raison particulière
- ☐Pour le plaisir du sport, parce que j'aime ça
- ☐Parce qu'il est important de prendre soin de soi : « être bien dans son corps et dans sa tête »
- ☐Pour me « défouler », évacuer le stress

- ☐Pour être avec mes copains ou copines dans une bonne ambiance
- ☐Par goût de la compétition, pour me mesurer aux autres lors de compétitions, gagner et avoir de bons résultats sportifs
- ☐Par goût de l'effort, pour me dépasser, repousser mes limites, avoir des sensations
- ☐ Pour avoir une discipline personnelle, une meilleure maîtrise de soi
- ☐ Pour être plus fort(e) face aux autres, apprendre à me défendre
- ☐ Pour l'esprit et les valeurs humaines de mon sport
- ☐ Parce que cela peut m'aider à réussir dans la vie
- ☐Pour d'autres raisons :……
  ……

12. D'une manière générale, trouvez-vous que l'offre d'activités sportives à l'adolescence répond plutôt aux attentes et aux envies :

- ☐des garçons
- ☐des filles
- ☐des deux sexes

13. Etes-vous satisfait(e) de vos <u>cours d'EPS</u> ? ☐oui ☐non

- Ils sont utiles pour ma formation et le développement de mes capacités personnelles ☐oui ☐non
- Ils me permettent de valoriser des aptitudes personnelles qui ne sont pas reconnues dans les autres matières enseignées à l'école ☐oui ☐non
- Ils me permettent, sur un plan pédagogique, de mieux comprendre des connaissances enseignées dans d'autres disciplines (sciences physiques, sciences de la vie et de la terre, …) : ☐oui☐ non
- Ils me permettent d'améliorer ma moyenne et donc mes résultats scolaires ou aux examens ☐oui ☐non
- J'y prends du plaisir ☐oui ☐ non
- J'aimerai qu'il y ait plus d'heures d'EPS dans la semaine ☐oui ☐non
- L'état des matériels et installations sportives utilisées pour vos cours d'EPS vous paraissent-ils satisfaisants (gymnases, terrains, piscines…) ? ☐oui ☐non
- Qu'attendez-vous en priorité de vos cours d'EPS ?……
  ……
  ……
  ……
- Avez-vous des idées pour améliorer les cours d'EPS, les rendre plus attrayants ? Si oui, préciser :……
  ……
  ……
  ……
- Selon vous, faudrait-il créer davantage de liens entre l'EPS et les clubs sportifs locaux ? ☐oui ☐non

14. Dans votre établissement, en dehors des cours d'EPS :

- Pratiquez-vous un sport dans une association sportive de votre établissement ? ☐oui ☐ non
- Si oui, participez-vous bénévolement au fonctionnement du club (arbitrage, organisation…) ? ☐oui ☐non
- Etes-vous satisfait(e) de l'offre d'activités proposée par les associations sportives de votre établissement ? ☐oui ☐non

15. Si vous terminiez plus tôt les cours dans l'après-midi, cela vous inciterait-il à pratiquer davantage de sport ? ☐oui ☐non

- Si oui :
  - ☐En club
  - ☐En dehors d'un club
  - ☐Les deux

16. L'idée d'un « forum des sports » organisé dans votre établissement en début d'année scolaire pour vous informer de l'offre d'activités sportives internes et externes vous paraît-elle intéressante ? ☐oui ☐non

-Si oui, accepteriez-vous de contribuer à son organisation bénévolement ? ☐oui ☐non

17. En dehors du cadre scolaire, l'offre locale des clubs sportifs répond-elle à vos envies et attentes ? ☐oui ☐non

18. Si vous pratiquez dans une association sportive, contribuez-vous bénévolement à son fonctionnement ? ☐oui ☐non

-Si oui, par quelles actions ou responsabilités ?.....
.....
.....
.....

-☐régulièrement
-☐plutôt occasionnellement, pour rendre des services de temps en temps

-Si non, souhaiteriez-vous en exercer ? ☐oui ☐non

-☐ régulièrement
-☐ plutôt occasionnellement, pour rendre des services de temps en temps

19. Avez-vous eu une information sur le « chèque sport » de la Région Bretagne destiné à favoriser l'inscription des jeunes dans un club sportif ? ☐oui ☐non

Si oui, connaissez-vous son montant ?…… €

20. Si vous pratiquez le « sport virtuel » à l'aide d'une console vidéo (pour faire des jeux sportifs et/ou des exercices physiques), le faite-vous :

- ☐Plutôt en étant assis avec un joystick ou un clavier (ex : jeux types « Pro Evolution Soccer » –PES- ou autres…)
- ☐Plutôt en étant debout et en bougeant activement (ex : jeux types « Wii » ou autre …)

-Pendant combien de temps en moyenne par semaine ?.....
-Quel est votre jeu vidéo « sportif » préféré ?.....
.....
-Y jouez-vous aussi à plusieurs (entre amis, en famille à domicile ou en réseau) ? ☐oui ☐non

21. Si les cheminements piétonniers et les voies cyclables étaient mieux aménagés et sécurisés, feriez-vous davantage de marche ou de vélo au quotidien ? ☐oui ☐non

- Pour vous rendre au lycée (ou au travail) ? ☐oui ☐non
- Pendant votre temps libre et vos loisirs ? ☐oui ☐non

22. Autres observations et propositions d'actions pour développer l'activité physique et les pratiques sportives des jeunes en Bretagne (rubrique à compléter librement).

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Questionnaire à remettre avant la fin de la journée aux services du Conseil régional

Le Conseil économique et social de Bretagne
vous remercie pour votre contribution.

Annexe 3
Contribution du Comité régional olympique et sportif Bretagne à la réflexion sur le sport breton (besoins et propositions)

Des éléments généraux et d'autres plus ponctuels remettent en cause le sport actuel.
Ainsi la crise n'épargne pas le mouvement sportif, obligé de réinterroger son activité et son modèle économique. Par ailleurs la réorganisation des services de l'Etat et de ses politiques (RGPP) engagée bien avant la crise participe aussi au questionnement tout comme le retrait sensible des collectivités locales, elles mêmes touchées par la crise.
Au total, d'une façon volontaire ou subie tous les acteurs sont concernés. Et comme parallèlement les instances dirigeantes des organismes sportifs nationaux, régionaux ou locaux viennent d'être réélues, la période est sans doute propice à bousculer les modèles antérieurs et les habitudes.

Aussi dans une dynamique de développement durable prenant en compte tant les aspects environnementaux que sociaux et économiques, il convient de cerner les besoins du mouvement sportif (I) sur les équipements (1), la formation (2), ou le financement (3) avant de faire des propositions transversales (II) à ces besoins.

1. Différents types de besoins émergent.

1.1. Des besoins en matière d'équipement …

➢ ***Pour l'accueil et l'entraînement***
Le parc des équipements sportifs est aujourd'hui important en Bretagne mais vieillissant. Pour autant les équipements sont encore peu spécialisés et restent peu qualitatifs du point de vue sportif. La qualité des sols sportifs, du traitement du son ou de la lumière, du chauffage etc… sont déterminants du point de vue de la santé ou de la pédagogie, mais restent des sujets mineurs pour les décideurs.

Les caractéristiques des équipements détiennent pourtant les possibilités ou non de développement d'une activité. Sans terrain pas de développement du Baseball dont on sait que la demande existe ; sans salle adaptée pas de développement de la gymnastique aérobic ou rythmique.

➢ ***Pour le spectacle sportif***
Par delà l'entraînement les groupements sportifs organisent des événements locaux, régionaux, nationaux ou internationaux. Sans équipement adapté, intégrant les caractéristiques d'aujourd'hui (terrain ou salle sportive de spectacle, salle d'entraînement à proximité, accueil spectateurs, accueil partenaires …) l'organisation de telles manifestations

pourtant stimulantes pour le milieu associatif et le public, continueront à s'établir en Normandie ou Pays de la Loire.

Les grandes compétitions type championnats d'Europe ou du Monde (Basket, Judo Gymnastique etc…) ne peuvent du point de vue des équipements, être organisées en Bretagne.
D'autre part les diffusions de spectacles sportifs par internet se multiplieront. Aujourd'hui le manque d'installation Internet avec les débits nécessaires est un frein aux diffusions sur le Web et d'une façon plus large à la transmission d'information.

➢ ***Pour la vie associative***
Les équipements sportifs sont facteurs de développement d'activité mais aussi de vie associative. Pour faciliter les relations sociales au sein de l'association, les salles de réunions, les bureaux équipés sont des outils absolument nécessaires.

Aujourd'hui l'internet est indispensable pour améliorer les relations entre les dirigeants les adhérents, les administrations, les fédérations etc.

1.2. Des besoins en matière de formation…

➢ ***Pour les animateurs ou entraineurs***
Le mouvement sportif a besoin de continuer et d'approfondir la professionnalisation de l'encadrement commencé relativement récemment en Bretagne.
Aujourd'hui devenu professionnel avec des carrières cadrées par la Convention Collective Nationale du Sport (CCNS) l'encadrement technique a besoin de continuer sa formation et entretenir sa motivation.
Les clubs employeurs hésitent à s'engager en faveur de la formation continue de leur salarié. D'une part, parce qu'ils doivent libérer leur salarié sur lequel une grande partie de l'activité repose, ensuite parce que les organismes agrées ne prennent en charge que la formation et non pas les déplacements et l'hébergement qui sont souvent lourds financièrement.

➢ ***Pour les dirigeants***
La professionnalisation de l'encadrement technique doit être complétée par la professionnalisation des dirigeants ou pour le moins la modernisation des méthodes et du management.
L'encadrement reste faible et peu disponible et vit difficilement les contraintes juridiques de l'emploi et le règlement des conflits au tribunal des prud'hommes.

➢ ***Pour les dirigeants et entraîneurs orientés vers une pratique de haut niveau***
Pour accéder à une reconnaissance nationale ou internationale, notre région a besoin de développer une pratique de haut niveau. Les freins culturels et historiques sont nombreux et la confusion entre le sport de haut niveau (qualité) et le sport professionnel (statut) est entretenu.
Un des enjeux est de faire évoluer la perception du sport du haut niveau à l'ancienne (une organisation cadrée identique pour tous) vers une formation moderne basée sur l'innovation (de l'organisation, de l'entraînement, de l'accompagnement social etc.…).
Les dirigeants, les entraîneurs ou les administrations doivent bouger sur ce sujet. La cause de la fuite des sportifs vers la région parisienne ou des pays de la Loire ne peut se résumer à des problèmes d'accompagnement financier. Les notions de projet, de qualité d'entraînement, de performance, de formation sont à considérer autant que l'accompagnement financier.

1.3. Des besoins en matière de financement des clubs…

➢ La recherche de recettes nouvelles
Les clubs et d'une façon plus générale les organisations sportives ont besoin de trouver des recettes nouvelles. Le retrait de l'Etat, le fléchage précis des subventions, les limites des collectivités locales, la défaillance des sponsors centrés sur quelques disciplines porteuses revient à une privatisation forte et brutale. L'adaptation du mouvement sportif est d'autant plus difficile en temps de crise.
La seule ressource à mobiliser pour envisager un développement est celle des adhérents … qui eux aussi subissent la crise.

➢ … centrées sur les activités du club et des adhérents
Le club, historiquement à la recherche de subventions destinées à réduire le coût de la pratique est aujourd'hui en difficulté par le fléchage précis des subventions publiques. D'une certaine façon le club est instrumentalisé et détourné de son but initial.
Parfois les clubs ont développé des emplois par opportunité, avec des moyens trop limités pour financer réellement l'emploi dans la durée, mais en misant sur un développement quantitatif, comme une fuite en avant.
Le besoin pour les clubs est de se recentrer sur son cœur d'activité à financer avec les moyens des adhérents.

➢… mais sans exclure
Aujourd'hui, le modèle économique général est de tenir les montants de cotisation bas pour accueillir le plus grand nombre de pratiquants. Contraint de financer son activité par ses propres adhérents le club sera réduit à augmenter ses tarifs et donc à ne pas inscrire ceux qui ne pourront payer.
D'une façon impérative, des dispositifs visant à ne pas exclure mais plutôt à faciliter l'accueil des plus fragiles sont à trouver pour que le sport garde son identité et son utilité sociale.

2. Des propositions transversales

Les propositions sont transversales aux besoins du mouvement sportif.
Elles sont forcément dans une logique générale de développement durable incluant les aspects environnementaux, économiques et sociaux et d'autre part dans une démarche d'ouverture et vers l'Europe notamment.
Des soutiens à envisager dans trois directions : les équipements, la formation et le financement sportif.

2.1. Equipements : intégrer des critères de haute qualité sportive et associative, de communication et de développement durable

➢- Pour l'entrainement sportif
Il est souhaitable que les projets en matière d'équipements considèrent la pratique sportive dans sa globalité et visent le développement de la pratique ou des pratiques, en intégrant des notions de qualité de la pratique (espaces spécialisés, qualité phonique et de luminosité) mais avec une réflexion sur le développement durable (basse consommation énergétique etc.) sur la vie associative et sur les moyens modernes de communication.
La région Bretagne a à la fois un retard à combler sur les équipements spécialisés, et une opportunité à saisir en s'appuyant sur la ressource du Pole de compétitivité sur le traitement de l'image et de la communication.

➢ ***Pour le spectacle sportif***
En complément, les équipements (salles et terrains) éventuellement modulables destinés à recevoir en plus de l'activité des clubs, des événements sportifs ponctuels ou les compétitions du championnat local ou régional.
Cette facette des équipements est essentielle pour à la fois organiser le championnat habituel, mettre en rapport le public avec la pratique de haut niveau sous l'angle promotionnel, organiser des échanges les clubs les régions ou les pays, mobiliser les bénévoles à l'organisation et enfin générer des nouvelles ressources.

Pour chaque type d'équipement un dispositif financier vers les communes est à inventer lorsqu'elles prennent en compte les différents aspects favorisant la haute qualité sportive, la vie associative, les nouvelles technologies et le développement durable.

2.2. Formation : Apporter des soutiens aux entraineurs et dirigeants

Plusieurs dispositifs de soutien sont à développer.
L'un peut concerner le club envoyant son technicien salarié à des actions de formation pour le développement de sa compétence et le maintien de sa motivation.
L'autre peut concerner le club envoyant son technicien en formation sur le développement des compétences en matière de haut niveau pour aborder une réflexion sur l'innovation dans le sport.

Dans les deux cas puisqu'il s'agit de professionnels, les organismes habituels prennent en charge le financement de la formation ; ce sont les frais annexes (hébergement, transport et remplacement au sein du club) qui sont à prendre en considération.

Le cas suivant concerne le public des dirigeants bénévoles, peu enclin à se former par manque de temps et de financement.
Si une dynamique collective est sans doute à trouver au sein des ligues ou du mouvement régional, sur des programmes d'élaboration de politique de développement ou de projet, ou encore de soutien juridique, une participation financière est absolument nécessaire pour lever les freins habituels.

Enfin, pour à la fois soutenir et dynamiser les responsables techniques et les dirigeants des clubs de haut niveau et des ligues régionales, et saisissant l'opportunité des Jeux Olympiques de Londres en 2012, un programme d'apprentissage de l'anglais et d'échanges basés sur l'entrainement ne pourrait être que favoriser l'évolution de la pratique sportive. La participation aux JO de 2012 pourrait être un aboutissement collectif.

2.3. Financement : approcher du coût réel de l'activité … mais soutenir ceux qui ont besoin.

Il est absolument nécessaire que les clubs se rapprochent du prix réel de la pratique pour continuer à se développer dans un contexte de raréfaction des ressources publiques, ou renonce à l'emploi qui est leur charge principale.

Pour ne pas renier les objectifs historiques d'accueil au sein des clubs, et continuer un développement qualitatif des pratiques il est proposé que la collectivité publique organise un soutien aux familles plus fragiles.

James Blateau
11 juillet 2009

Annexe 4
Pratiques sportives féminines

1. Quelques définitions

(Sources diverses : ABC des droits des travailleuses et de l'égalité ente les hommes et les femmes, Bureau International du travail, Genève, 2000, 100 mots pour l'égalité : glossaire de termes sur l'égalité entre les femmes et les hommes : commission européenne, 1998, Comprendre d'Egalité et les discriminations, programme Deledios, code pénal, code civil …).

DISCRIMINATIONS
Catégorie juridique : (Convention internationale sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes, ratifiée par la France en 1983, loi du 6 novembre 2001 relative à la lutte contre les discriminations à l'emploi et loi du 27 mai 2008 qui définit les notions de discriminations directes et indirectes, assimile les faits de harcèlement moral et sexuel aux discriminations et renforce la protection des victimes. Création de la Halde, Haute Autorité de Lutte contre les Discriminations et pour l'Egalité le 30 décembre 2004.

Constitue une discrimination toute distinction opérée entre les personnes physiques à raison de leur origine, de leur sexe, de leurs mœurs, de leur orientation sexuelle, de leur âge, de leur situation de famille, ou de leur grossesse; de leurs caractéristiques génétiques, de leur appartenance ou non appartenance, vraie ou supposée, à une ethnie, une nation, une race, de leurs opinions politiques, de leurs activités syndicales ou mutualistes, de leurs convictions religieuses, de leur apparence physique, de leur nom de famille ou en raison de leur état de santé ou de leur handicap. (Article 225-1 du Code pénal et article L1132-1 du code du travail).

- Discriminations directes : constitue une discrimination directe la situation dans laquelle sur le fondement de son appartenance, vraie ou supposée, à une ethnie ou une race, sa religion, ses convictions, son âge, son orientation sexuelle ou son sexe, une personne est traitée de manière moins favorable qu'une autre ne l'est, ne l'a été ou ne l'aura été dans une situation comparable (article 1er loi n°2008-496 du 27 mai 2008).

- Discriminions indirectes : constitue une discrimination indirecte, une disposition, un critère ou une pratique neutre en apparence, mais susceptible d'entraîner, pour un des motifs mentionnés au premier alinéa, un désavantage particulier pour des personnes par rapport à d'autres personnes, à moins que cette disposition, ce critère ou cette pratique ne soit objectivement justifié par un but légitime et que les moyens pour réaliser ce but ne soient nécessaires et appropriés ».

DIVERSITE *(Accord interprofessionnel du 12/10/2006 relatif à la diversité dans l'entreprise)*
Initiative des entreprises afin de favoriser le pluralisme et rechercher la diversité notamment liée aux origines au travers des recrutements et de la gestion des carrières, la charte de la diversité participe à la lutte contre les discriminations au sein des entreprises.

GENRE : (ou rapports sociaux de sexe)
Catégorie sociologique
Ce mot propose de faire la distinction entre la dimension biologique (sexe) et la dimension culturelle (genre).
Le genre permet de mettre en évidence le fait que les rôles « féminins » et « masculins » ne sont pas déterminés à la naissance (caractères innés déterminés par la biologie) et voués à ne jamais changer, mais sont attribués aux hommes et aux femmes par la société (rôles acquis socialement construits : appris à l'école, au sein de la famille etc.) et peuvent donc évoluer différemment selon les situations sociales, économiques et culturelles ou se trouvent les individus.

GENDER MAINSTREAMING OU APPROCHE INTEGREE DE L'EGALITE :
Catégorie politique, gestion des organisations
La question de l'égalité entre les femmes et les hommes n'est pas traitée à part mais est une démarche intégrée et permanente dans une organisation. Il s'agit de concevoir l'égalité en permanence et en amont au moment où s'élabore la politique. Il s'agit également d'impliquer tous les acteurs qui ont un rôle décisionnel, (par exemple, entreprises, syndicats, élus locaux).

EGALITE ENTRE LES FEMMES ET LES HOMMES :
Catégorie juridique (Loi Roudy du 13 juillet 1983, loi Génisson du 9 mai 2001 relative à l'égalité professionnelle et loi du 23 mars 2006 relative à l'égalité salariale) et convention interministérielle en 2000 Education nationale
L'égalité entre les femmes et les hommes implique que tous les êtres humains sont égaux en faisant abstraction des limitations imposées par les stéréotypes, répartition rigide des rôles en fonction du sexe et des préjugés. L'égalité ne signifie pas que les femmes et les hommes doivent devenir identiques mais que leurs droits, leurs responsabilités ne doivent pas dépendre de leur sexe. L'égalité entre les femmes et les hommes est une catégorie juridique, mais l'égalité de droit n'est pas toujours l'égalité de fait.
L'effectivité du principe de l'égalité suppose des lois dans tous les domaines pour assurer l'égalité : droit civil (exemple égalité conjugale, égalité parentale), droit du travail : égalité salariale, égalité professionnelle etc.

EQUITE ENTRE LES SEXES :
Catégorie morale et de justice
C'est un principe de justice modérateur qui peut dans certains cas être utilisé dans le cadre d'un litige pour combler les lacunes du droit ou en tempérer une application trop rigoureuse. L'équité entre les sexes signifie que les femmes et les hommes jouissent d'un traitement équitable compte tenu de leurs besoins respectifs ou un traitement différent considéré comme équivalent en termes de droits, de prestations, d'obligation et de possibilités.

MIXITE :
Catégorie sociologique et réglementaire (Accord national interprofessionnel patronat et syndicats du 1er mars 2004 relatif à la mixité et à l'égalité professionnelle).
Présence d'individus des deux sexes dans un groupe donné, en sociologie on parle de mixité sociale : mélange de personnes issues de catégories socioprofessionnelles, de culture et d'origine différentes, de mixité scolaire, mixité professionnelle. La notion de mixité professionnelle fait référence à la possibilité pour les femmes et les hommes regroupés sur leur lieu de travail d'avoir accès à une répartition égale de l'emploi; Elle remet en question l'attribution d'un genre au travail.

PARITE :
Concept politique et juridique (Création d'un observatoire de la parité en 1995 et loi du 6 juin 2000 sur la parité)
Ce concept peut être perçu comme la reconnaissance d'un processus de participation des femmes sur un pied d'égalité avec les hommes, à tous les niveaux et dans tous les aspects de fonctionnement d'une société démocratique. Ceci signifie que la participation de chaque

sexe aux organes de décision doit s'effectuer sur une base paritaire aussi proche que possible des 50%.
Le 23 juin 1999, la révision de la Constitution française marque le premier pas de la révolution paritaire et engage un processus de réel partage du pouvoir : la loi et les partis politiques doivent désormais favoriser l'égal accès des femmes et des hommes aux mandats et fonctions électives. L'idée de parité renouvelle l'engagement politique en faisant du pouvoir une question de responsabilité citoyenne qui convient d'être assumée autant par les femmes que par les hommes.

PLAFOND DE VERRE :
Concept sociologique
Obstacles invisibles résultant d'un ensemble complexe des structures au sein des organisations à prédominance masculine qui empêchent les femmes d'accéder à des fonctions supérieures (Comités de Direction, Conseils d'administrations etc.)

SEGREGATION PROFESSIONNELLE/ SEGREGATION DES EMPLOIS :
Concentration des femmes aux niveaux d'emplois subalternes et intermédiaires (ségrégation verticale) concentration du travail des femmes dans quelques groupes de professions moins rémunérés que les autres (ségrégation horizontale).

STEREOTYPES :
Concept sociologique
Représentation mentale d'un groupe de personnes, selon laquelle les mêmes caractéristiques sont attribuées à tous les membres du groupe, sans égard pour leurs différences individuelles, les stéréotypes sont habituellement fondés sur des idées fausses, des renseignements incomplets ou une généralisation erronée.
Le traditionnel partage des rôles entre l'homme, « Monsieur Gagne pain » (breadwinner) sur qui repose la charge de gagner l'argent de la famille, tandis que la femme, « fée du logis » s'occupe du foyer et des enfants à titre gratuit, est loin d'avoir totalement disparu de l'imaginaire collectif. De nombreux hommes hésitent encore à sortir de ce schéma de peur de ne pas être perçus comme de « vrais » hommes. Il est encore plus ou moins perçu comme anormal qu'un homme s'occupe de son enfant quand il est malade, l'école a tendance à appeler la mère, même si le père a laissé son numéro de téléphone. Des études ou enquêtes sociologiques mentionnent que dans certains cas, les femmes ressentent la charge de l'enfant comme une sorte de compensation valorisante à leur position socioprofessionnelle : elles peuvent être réticentes à se dessaisir des tâches domestiques et de « care » et critiquer la façon dont elles sont accomplies par leur conjoint.
Les stéréotypes de genres sont nombreux dans le monde du travail : les femmes ne sont pas faites pour diriger (ségrégation verticale), les femmes ne sont pas faites pour exercer les mêmes métiers que les hommes et inversement (ségrégation horizontale)...

2. Intervention de Mme Annie GUILLERME au colloque « Esprit sportif et démocratie » de l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play (AFSVFP) à Rennes le 23 avril 2009

2.1. Article « Esprit sportif pour le développement de la culture de la démocratie dans le sport, place des femmes, constats, enjeux et leviers »

Dans la version du 7 juillet 2007 de la charte olympique, un principe fondamental est inscrit : *« Toute forme de discrimination à l'égard d'un pays ou d'une personne, fondée sur*

des considérations de races, de religions, de politiques, de sexes ou autre est incompatible avec l'appartenance au mouvement olympique ».
Mon propos part de l'hypothèse que **l'Esprit Sportif**, tel qu'il est défini par l'Association Française pour un Sport sans Violence et pour le Fair-play : **loyauté, équité, élégance, altruisme, franchise, respect, courtoisie**, appartient aussi bien aux femmes et aux hommes.
Il vise à vous convaincre que la prise de conscience à tous les niveaux des inégalités existantes entre les femmes et les hommes dans le domaine du sport, la réduction de ces inégalités dans les pratiques sportives et la prise de responsabilité, sont des facteurs essentiels à l'avancée de la culture de la démocratie dans le mouvement sportif et dans la société en général et au développement de l'Esprit Sportif tel qu'il est défini par l'Association Française pour un Sport sans violence et pour le Fair Play.

Quels sont les constats, les enjeux et les leviers ?

Les constats, en ce qui concerne les femmes dans le sport, portent tout d' abord sur le poids de l'histoire et de la culture qui entraînent des inégalités persistantes. L'accès des femmes à la pratique sportive est très récent. Il est lié à la conquête de leurs droits civils, politiques, celle de la contraception et à des préjugés coriaces sur la féminité. L'histoire du sport est en effet fortement marquée par la tradition militaire et les pratiques masculines. Comme l'écrit la sociologue Catherine LOUVEAU, « *historiquement le sport a été construit par les hommes et pour les hommes* »[1069].*

Ainsi les femmes n'étaient pas admises aux jeux de l'antiquité et ne pouvaient même pas y assister sous peine de mort. Ceci ne les empêchait pas de se réunir au jeu d'ERA, cette compétition de course à pied qui avait lieu à Olympie tous les quatre ans et qui leur était réservée. Quand Pierre de Coubertin propose, à la fin du 19e siècle, de rétablir les jeux olympiques de l'antiquité, il affirmait : « *L'organisation d'une olympiade femelle serait impratique, inintéressante, inesthétique et incorrecte* ».

Les exclusions, les discriminations des femmes dans les pratiques sportives visaient et visent encore dans certains pays, à priver les femmes de leur liberté de mouvement parce que leur corps est en jeu et que le sport est censé porter atteinte à la féminité. Pendant des années, les femmes devront s'embarrasser de jupes et de caleçons divers dans leurs pratiques sportives. Le tout premier meeting d'athlétisme organisé en 1861 à Vassar, un collège de jeunes filles de New York, se déroule à huis clos, derrière une haie de 3.65 mètres. En 1900, le comité accepte que six femmes participent aux jeux olympiques, sur 1066 athlètes, dans les disciplines de tennis et de golf. En 1912, pour la première fois, une jeune anglaise, Eliane BURTON portera un short d'athlétisme.

Aujourd'hui on peut dire que le sport féminin, contrairement à ce que prétendait Pierre de Coubertin, permet un spectacle aussi intéressant que le sport masculin. On retiendra par exemple, tout simplement, les images des derniers Jeux Olympiques. Si nous sommes différents corporellement, pour autant, nous pouvons être égaux. Il existe bien une égalité de droit entre les femmes et les hommes, notamment dans les pays européens et en France, mais les inégalités de fait persistent. C'est ce que met en évidence la résolution du Parlement européen sur « Femmes et sport », adoptée le 5 juin 2003 qui considère que, « *malgré la levée des interdits légaux à l'accès des femmes aux pratiques sportives, les femmes font toujours moins de sport que les hommes, se distribuent inégalement selon la nature des sports et qu'elles demeurent sous représentées dans l'encadrement sportif et la prise de décisions* ». Par exemple : Alors que les femmes représentent environ 52 % de la population française, on estime à 35 % la part de femmes licenciées dans les clubs sportifs.

[1069] Catherine Louveau, « Sexuation du travail sportif et construction sociale de la féminité », Cahiers du genre, revue du GERS/IRESCO n° 36, mars 2004

Le sport de haut niveau, l'encadrement sportif, les directions techniques nationales, les présidences de fédérations, les journalismes sportifs, restent à dominante masculine.

Enfin, si l'on constate d'une façon générale, avec satisfaction, que le sport féminin augmente sans cesse dans ses effectifs, on sait aussi que l'âge de 14 ans est celui de la rupture sportive pour une majorité de jeunes, que ce soit des garçons et des filles et que cette déperdition est plus importante pour les adolescentes. Les causes des différences dans l'implication des filles et des garçons dans les activités sportives sont souvent recherchées dans des déterminants biologiques.

Il faut les rechercher dans l'éducation, l'élément culturel. Annick DAVISSE, pédagogue, ancienne formatrice à l'IUFM de Créteil l'explique : « *tout le problème est que le défi, l'épreuve, l'affrontement physique sont à l'origine de la construction historique de nombreux sports*. *Ce n'est pas une façon générale sur ces éléments que les jeunes filles et les femmes ont construit leur engagement et leur éducation. Ainsi au volley, la plupart des adolescentes sont indifférentes au sort final de la balle, beaucoup de garçons du même âge jouent leur fierté à chaque point. Ce n'est pas du côté des moyens d'agir, (neuronaux et hormonaux), que l'on trouvera l'origine de tels écarts mais bien du côté des raisons d'agir, des mobiles, des motivations et in fine, du sens que prend pour le sujet cette forme d'engagement physique et des représentations de soi-même et des autres qui lui sont associées »*[1070].

Il est enfin à noter qu'à peine 5 à 10% des filles issues des zones urbaines sensibles, osent pousser la porte des salles de sports. Le coût n'explique pas tout. Les éléments indicatifs et culturels freinent l'accès au sport des filles **:** peur de la famille de les laisser rentrer seule après les séances d'entraînement éloignées du domicile, sollicitation pour les travaux domestiques, non tolérance de la mixité, tension existante entre les garçons et les filles et ces dernières préférant se garder de quolibets « virils ».

Quels sont les enjeux ?

Pour qu'il y ait congruence entre l'esprit sportif et le développement de la culture de la démocratie dans le domaine du sport, il y a une priorité **: faire passer l'égalité de droit à l'égalité de fait pour toutes et tous dans les esprits et dans les actes.** Le sport bien accompagné, bien appris, bien compris est un vecteur clé pour le développement de la démocratie et plus largement de la cohésion sociale. Pourquoi ?

Le sport scolaire et associatif peut représenter **un espace de liberté** pour les filles et les femmes, pour les garçons et les hommes à tous les âges, une voie de réussite et d'émancipation et un moyen de résistance aux contraintes sociales et culturelles dont les stéréotypes. Selon leurs aspirations, un garçon peut pratiquer la danse sans être taxé de « femmelette » et une fille le football sans être taxée de « garçon manqué ». Le sport peut permettre aux filles et aux garçons d'accepter l'idée d'être égaux dans le respect des différences des corps et par là il peut jouer un rôle très important dans la prévention des violences sexistes entre les filles et les garçons, source réelle d'inquiétude aujourd'hui. Le sport peut jouer un rôle social pour éviter le repli identitaire et communautaire. La pratique sportive et plus largement l'activité physique, liées à l'hygiène alimentaire sont favorables à la santé, au bien-être des personnes et au bien vieillir pour les femmes et les hommes, un investissement réel pour la société.

Le renforcement de la participation des femmes à la prise de décision dans les instances sportives avec en ligne de mire, l'atteinte de la parité est un gage de la démocratie puisque la prise de responsabilité, égalitaire entre les femmes et les hommes est tout simplement représentative de la population féminine et masculine existante. Les rôles importants

[1070] *Annick Davisse : Filles et garçons face au sport : que faire des différences, La santé de l'Homme n°364 mars-avril 2003*

qu'elles assument en matière d'éducation dans la vie sociale sont des atouts pour les associations qui ont du mal souvent à renouveler leur encadrement. Les responsabilités, l'engagement dont le bénévolat, dans le domaine sportif participent d'une façon plus large au renforcement de la cohésion sociale où les femmes ont toutes leurs places.

Quels sont les leviers ?

Pour favoriser la réduction des inégalités entre les femmes dans le domaine sportif et en tirer tout le bénéfice au profit du développement de la culture de la démocratie et du renforcement de la cohésion sociale, les leviers sont nombreux et pluriels. Mais certains me semblent prioritaires, en particulier pour les professionnels du sport. J'en retiendrai quatre.

Première priorité : **la formation des encadrants** pour déconstruire les stéréotypes sexués et mieux répondre aux aspirations sportives à l'adolescence est essentielle. La résolution du Parlement européen adoptée en juin 2003 souligne : « *La pratique sportive des filles et des garçons doit accepter le défi de fabriquer de l'égalité à partir de la différence des corps, que l'adolescence marquée par la puberté est une période d'abandon significative de la pratique sportive chez les filles, en particulier lorsqu'elles sont issues de milieux défavorisés* ». Pour Catherine LOUVEAU, sociologue, cette différence de sexuation et l'absence de sens pour les filles de contenus d'enseignement construits au masculin sont trop rarement pris en compte par les encadrants sportifs, adultes, qu'ils soient professeur d'EPS ou issus du mouvement sportif. C'est un élément à prendre en compte dans la désaffection sportive des adolescentes. La négation de ces différences est une source de la reproduction des inégalités entre les femmes et les hommes. J'ajouterai qu'il faut que les encadrants sportifs interrogent leurs pratiques, qu'ils soient très attentifs à des clignotants d'alerte sur la baisse ou la non fréquentation des filles dans une structure sportive et culturelle en particulier quand elle est financée par des ressources publiques qui doivent servir d'une façon égalitaire aux deux sexes.

Deuxième priorité : le choix des mots et du vocabulaire dans les différents documents d'information et de communication des professionnels du sport, constitue une exigence. Il faut sortir de la référence masculine dominante ou neutre dans les différents documents d'information et de communication. L'utilisation systématique des mots « individus », « hommes », au sens générique, « jeunes » « genre humain » sans féminisation marque l'exclusion des femmes. Les statistiques doivent être sexuées et les projets sportifs et éducatifs financés par les Contrats Urbains de Cohésion Sociale (CUCS) doivent faire apparaître des objectifs chiffrés non pas pour les jeunes en général, mais pour les filles et les garçons, étant donné que la mixité est essentielle dans les quartiers sensibles.

Un important travail est à faire au niveau des médias, on en parlait tout à l'heure, notamment sur le battage médiatique autour des sportives et de leur physique que l'on veut maintenant transformer en top modèle. Les professionnels de l'éducation sportive peuvent avoir là un rôle essentiel à jouer.

Troisième priorité : l'importance de la pratique du sport en milieu scolaire qui est un cadre positif pour les adolescentes. Les différentes expériences menées et les analyses des différents pédagogues soulignent qu'il est plus facile pour les filles de pratiquer un sport dans cet environnement avec des éducateurs connus et bien repérés par les familles.

Quatrième priorité : en raison du poids culturel déterminant dans la persistance de la situation inégalitaire entre les femmes et les hommes dans les sports, tous les projets pluriels qui visent à lutter contre les stéréotypes, à favoriser la mixité sportive, la parité dans la prise des responsabilités, l'encouragement des filles et des garçons à pratiquer des sports non traditionnellement féminins ou masculins sont les bienvenus.

En conclusion, je dirais que pour que l'esprit sportif soit en harmonie avec le développement de la culture de la démocratie dans le domaine du sport et dans la société en général**,** et conformément à l'esprit sportif défini par l'Association Française pour un Sport sans Violence et pour le Fair Play, il faut encourager les professionnels du sport, à tous les niveaux, à « chausser » dans leurs activités, « les lunettes du genre », pour tendre à créer des situations égalitaires entre les femmes et les hommes avec des objectifs, des méthodes et des indicateurs adaptés.

Tout à l'heure, on a dit l'importance de la définition des mots. Je vous donne celui du **genre** : « Concept qui se réfère aux différences sociales acquises entre les femmes et les hommes et qui met en évidence le fait que les rôles masculins et féminins ne soient pas définis par le sexe, caractère physiologique. Il se traduit par la construction sociale d'identité sexuée, attribuant des valeurs, des responsabilités et des obligations distinctes aux hommes et aux femmes. Les rapports sociaux de sexe évoluent dans le temps et en fonction des différentes cultures ».

Merci pour votre attention.

Annie Guillerme
Présidente de l'Union Régionale des Centres d'Informations
sur les Droits des Femmes et des Familles de Bretagne

Annexe 5
Étude CROS Bretagne

Tableau 37. Évolution du nombre de licenciés bretons par discipline

DISCIPLINES	2002	2003	Ev. 2002/2003	2004	Ev. 2003/2004	2005	Ev. 2004/2005	2006	Ev. 2005/2006	2007	Ev.2006/2007	2008	Ev. 2007/2008	Evolution Générale depuis 2002
AEROMODELISME	603	643	6,63%	685	6,53%	691	0,88%	673	-2,60%	687	2,08%	790	14,99%	31,01%
ATHLETISME	10373	9933	-4,24%	10073	1,41%	9764	-3,07%	10271	5,19%	10291	0,19%	10153	-1,34%	-2,12%
AVIRON	4267	4264	-0,07%	3071	-27,98%	3071	0,00%	3546	15,47%	2066	-41,74%	2370	14,71%	-44,45%
BADMINTON	4452	4634	4,09%	5507	18,84%	6402	16,25%	7538	17,74%	7533	-0,07%	8571	13,78%	92,52%
BALL TRAP	1500	484	-67,73%	483	-0,21%	501	3,73%	466	-6,99%	590	26,61%	505	-14,41%	-66,33%
BASE BALL		360		316	-12,22%	410	29,75%	392	-4,39%	348	-11,22%	403	15,80%	11,94%
BASKET BALL	29268	29187	-0,28%	30002	2,79%	30002	0,00%	30858	2,85%	30356	-1,63%	30645	0,95%	4,70%
BILLARD	532	471	-11,47%	482	2,34%	519	7,68%	524	0,96%	524	0,00%	645	23,09%	21,24%
BOXE ANGLAISE	856	846	-1,17%	792	-6,38%	755	-4,67%	1035	37,09%	1093	5,60%	1164	6,50%	35,98%
BOXE FRANCAISE	1230	1248	1,46%	1373	10,02%	1417	3,20%	1417	0,00%	1634	15,31%	1634	0,00%	32,85%
C.R.S.M.R.	4757	6809	43,14%	7490	10,00%	5909	-21,11%	5007	-15,26%	2640	-47,27%	4380	65,91%	-7,93%
CANOE KAYAK	8556	4273	-50,06%	4652	8,87%	3704	-20,38%	3934	6,21%	3863	-1,80%	4190	8,46%	-51,03%
CHAR A VOILE	1571	1571	0,00%	1729	10,06%	305	-82,36%	317	3,93%	320	0,95%	355	10,94%	-77,40%
COURSE D ORIENTATION	7233	8712	20,45%	7546	-13,38%	372	-95,07%	406	9,14%	339	-16,50%	339	0,00%	-95,31%
CYCLISME	8858	8711	-1,66%	8898	2,15%	8996	1,10%	9056	0,67%	9137	0,89%	8817	-3,50%	-0,46%
CYCLOTOURISME	11477	11504	0,24%	11135	-3,21%	11550	3,73%	11689	1,20%	11588	-0,86%	11668	0,69%	1,66%
DANSE	1332	1503	12,84%	2004	33,33%	1748	-12,77%	1251	-28,43%	1251	0,00%	2286	82,73%	71,62%
E.P.M.M.	22618	20997	-7,17%	22280	6,11%	24465	9,81%	25615	4,70%	25684	0,27%	25077	-2,36%	10,87%
SPORTS EQUESTRES	20310	21053	3,66%	22069	4,83%	23111	4,72%	24867	7,60%	25489	2,50%	27218	6,78%	34,01%
ESCRIME	1766	1771	0,28%	1664	-6,04%	2412	44,95%	2104	-12,77%	2110	0,29%	2061	-2,32%	16,70%
ETUDES ET SPORTS S/MARINS	9126	8824	-3,31%	9350	5,96%	9092	-2,76%	9092	0,00%	8891	-2,21%	8621	-3,04%	-5,53%
F.C.S.A.D.	16633	16113	-3,13%	15195	-5,70%	15203	0,05%	13489	-11,27%	13490	0,01%	13403	-0,64%	-19,42%
F.F. SPORT U	6177	6111	-1,07%	5655	-7,46%	5031	-11,03%	4945	-1,71%	4945	0,00%	5069	2,51%	-17,94%
F.S.C.F.	21152	23123	9,32%	22345	-3,36%	19655	-12,04%	8942	-54,51%	18769	109,90%	9527	-49,24%	-54,95%
F.S.G.T.	10807	10807	0,00%	13160	21,77%	13160	0,00%	13160	0,00%	13326	1,26%	12295	-7,74%	13,77%
F.S. POLICE FRANCAISE	1556	1472	-5,40%	564	-61,68%	602	6,74%	562	-6,64%	630	12,10%	757	20,16%	-51,35%
FOOTBALL	148402	148402	0,00%	158930	7,09%	153655	-3,32%	154040	0,25%	154329	0,19%	165892	7,49%	11,79%

GOLF	10955	12004	9,58%	12869	7,21%	13244	2,91%	13616	2,81%	14112	3,64%	14708	4,22%	34,26%
GYMNASTIQUE	7963	8408	5,59%	8908	5,95%	9314	4,56%	9287	-0,29%	9287	0,00%	10016	7,85%	25,78%
GYMNASTIQUE VOLONTAIRE	19202	20549	7,01%	21303	3,67%	21575	1,28%	21942	1,70%	21942	0,00%	21650	-1,33%	12,75%
HALTEROPHILIE	710	856	20,56%	1120	30,84%	1171	4,55%	1046	-10,67%	1112	6,31%	1346	21,04%	89,58%
HANDBALL	17783	19018	6,94%	19051	0,17%	21314	11,88%	21315	0,00%	21321	0,03%	19118	-10,33%	7,51%
HANDISPORT	644	666	3,42%	618	-7,21%	685	10,84%	707	3,21%	611	-13,58%	835	36,66%	29,66%
HOCKEY SUR GAZON	164	179	9,15%	150	-16,20%	165	10,00%	150	-9,09%	145	-3,33%	140	-3,45%	-14,63%
JUDO	24061	25584	6,33%	25178	-1,59%	24864	-1,25%	26101	4,98%	26399	1,14%	25865	-2,02%	7,50%
KARATE	5800	6581	13,47%	6471	-1,67%	6659	2,91%	6221	-6,58%	6261	0,64%	6184	-1,23%	6,62%
LEO LAGRANGE	4854	4854	0,00%	18	-99,63%	5349	29616,67%	4302	-19,57%	2957	-31,26%	3702	25,19%	-23,73%
LUTTES REGROUPEES	1045	1154	10,43%	1185	2,69%	1278	7,85%	1420	11,11%	1450	2,11%	1431	-1,31%	36,94%
MEDAILLES J. et S.	720	741	2,92%	753	1,62%	0	-100,00%	751	#DIV/0!	751	0,00%	880	17,18%	22,22%
MONTAGNE ESCALADE	1477	1615	9,34%	1580	-2,17%	1779	12,59%	1902	6,91%	1908	0,32%	2196	15,09%	48,68%
MOTOCYCLISME	3981	3433	-13,77%	3648	6,26%	3599	-1,34%	2682	-25,48%	2477	-7,64%	2916	17,72%	-26,75%
NATATION	6330	6763	6,84%	6159	-8,93%	7219	17,21%	7584	5,06%	7430	-2,03%	8305	11,78%	31,20%
PARACHUTISME	1494	1445	-3,28%	1650	14,19%	1729	4,79%	1517	-12,26%	617	-59,33%	617	0,00%	-58,70%
PECHEURS EN MER	234	238	1,71%	226	-5,04%	248	9,73%	166	-33,06%	133	-19,88%	132	-0,75%	-43,59%
PETANQUE	9072	9217	1,60%	10139	10,00%	9338	-7,90%	9393	0,59%	9388	-0,05%	9536	1,58%	5,11%
RANDONNEES PEDESTRES	9044	9923	9,72%	10202	2,81%	10702	4,90%	11155	4,23%	12492	11,99%	12464	-0,22%	37,82%
ROLLER SKATING	4668	4565	-2,21%	4888	7,08%	5587	14,30%	5675	1,58%	5681	0,11%	5659	-0,39%	21,23%
RUGBY	4653	4102	-11,84%	4322	5,36%	4600	6,43%	4878	6,04%	5695	16,75%	7420	30,29%	59,47%

SKI	2081	608	-70,78%	1809	197,53%	1554	-14,10%	1584	1,93%	433	-72,66%	433	0,00%	-79,19%
SKI NAUTIQUE	777	777	0,00%	841	8,24%	841	0,00%	640	-23,90%	456	-28,75%	255	-44,08%	-67,18%
SPORT ADAPTE	1575	1560	-0,95%	1622	3,97%	1784	9,99%	1492	-16,37%	1759	17,90%	2018	14,72%	28,13%
SPORTS DE GLACE	982	2173	121,28%	1467	-32,49%	1188	-19,02%	901	-24,16%	909	0,89%	912	0,33%	-7,13%
SPORTS DE QUILLES	514	551	7,20%	575	4,36%	557	-3,13%	599	7,54%	599	0,00%	695	16,03%	35,21%
SQUASH	842	863	2,49%	949	9,97%	1043	9,91%	831	-20,33%	821	-1,20%	910	10,84%	8,08%
SURF	679	700	3,09%	1000	42,86%	897	-10,30%	1455	62,21%	2082	43,09%	833	-59,99%	22,68%
TAEKWONDO	556	541	-2,70%	633	17,01%	712	12,48%	717	0,70%	680	-5,16%	559	-17,79%	0,54%
TENNIS	40474	41631	2,86%	43027	3,35%	43592	1,31%	42532	-2,43%	45124	6,09%	44307	-1,81%	9,47%
TENNIS DE TABLE	11005	11326	2,92%	11097	-2,02%	11076	-0,19%	11214	1,25%	11239	0,22%	10841	-3,54%	-1,49%
TIR	3200	3189	-0,34%	3264	2,35%	3307	1,32%	3481	5,26%	3421	-1,72%	3493	2,10%	9,16%
TIR A L ARC	2450	2445	-0,20%	2675	9,41%	2645	-1,12%		-100,00%	3123	#DIV/0!	3183	1,92%	29,92%
TRIATHLON	1786	660	-63,05%	773	17,12%	741	-4,14%	876	18,22%	902	2,97%	1172	29,93%	-34,38%
TWIRLING BATON	568	556	-2,11%	568	2,16%	592	4,23%	610	3,04%	610	0,00%	627	2,79%	10,39%
U.F.O.L.E.P	18986	18539	-2,35%	18539	0,00%	17978	-3,03%	17988	0,06%	16988	-5,56%	18319	7,83%	-3,51%
U.G.S.E.L.	163004	90084	-44,74%	81585	-9,43%	83694	2,59%	84877	1,41%	153279	80,59%	84356	-44,97%	-48,25%
U.N.S.S.	30808	29022	-5,80%	27046	-6,81%	29713	9,86%	30243	1,78%	30375	0,44%	31439	3,50%	2,05%
UNION DES AEROCLUBS	1952	1952	0,00%	1938	-0,72%	1969	1,60%	1938	-1,57%	1979	2,12%	1923	-2,83%	-1,49%
VOILE	71062	70278	-1,10%	70986	1,01%	70885	-0,14%	67724	-4,46%	71040	4,90%	66537	-6,34%	-6,37%
VOL A VOILE	95	102	7,37%	109	6,86%	125	14,68%	138	10,40%	150	8,70%	180	20,00%	89,47%
VOL LIBRE	624	849	36,06%	983	15,78%	1005	2,24%	1000	-0,50%	983	-1,70%	1207	22,79%	93,43%
VOLLEY BALL	6751	7148	5,88%	7379	3,23%	7452	0,99%	7452	0,00%	7424	-0,38%	6827	-8,04%	1,13%
U.N.C.C./U.F.S.E.		126		126	0,00%	444	252,38%	353	-20,50%	539	52,69%	592	9,83%	369,84%

Hausse significative
baisse significative

Source : Étude CROS, septembre 2009

Tables

Glossaire

ACC	Athlétique club Citroën
ACSM	Collège américain de médecine du sport
ACVC	Accidents de la vie courante
ADEME	Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie
AFLD	Agence française de lutte contre le dopage
AFSSA	Agence française de sécurité sanitaire des aliments
AHA	Association américaine d'étude des maladies du cœur
AIMT	Association interprofessionnelle de médecine du travail
AMA	Agence mondiale antidopage
AMAP	Animation et maintien de l'autonomie de la personne
AMPD	Antenne médicale de prévention du dopage
APA	Activités physiques adaptées
APELS	Agence pour l'éducation par le sport
APS	Activités physiques et sportives
APSA	Activités physiques, sportives et artistiques
ARACT	Agence régionale pour l'amélioration des conditions de travail
ARS	Agence régionale de la santé
ASO	Amaury sport organisation
ASOSC	Appropriation sociale des sciences
AUT	Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques
BEESAN	Brevet d'État d'éducateurs sportifs des activités physiques de la natation
BEESAT	Brevet d'État d'éducateurs sportifs des activités physiques pour tous
BEH	Bulletin épidémiologique hebdomadaire
BGV	Bretagne à grande vitesse
BIA	Brevet d'initiation aéronautique
BPCO	Broncho-pneumopathie chronique obstructive
BPJEPS	Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport
CAL	Course au large
CAPEB	Confédération de l'artisanat et des petites entreprises du bâtiment

CATTP	Centre d'accueil thérapeutique à temps partiel
CCAS	Centre communal d'action sociale
CCPG	Communauté de communes du pays guerchais
CDAS	Centre départemental d'action sociale
CDC	Centre pour le contrôle et la prévention de la maladie
CDESI	Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature
CEFC	Centre d'entraînement et de formation des clubs
CESPHARM	Comité d'éducation sanitaire et sociale de la pharmacie française
CFA	Centre de formation des apprentis
CHRU	Centre hospitalier régional universitaire
CHSCT	Comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail
CIM	Classification internationale des maladies
CIO	Comité international olympique
CIRDD	Centre d'informations régionales sur les drogues et les dépendances
CJD	Centre des jeunes dirigeants
CLE	Centre labellisé d'entraînement
CMNCI	Certificat médical de non contre-indications
CMP	Centre médico-psychologique
CMR	Coupe du monde de rugby
CMS	Centres médico-sportifs
CMS	Centres de médecine du sport
CNAMTS	Caisse nationale d'assurance maladie des travailleurs salariés
CNDS	Centre national de développement du sport
CNFPT	Centre national de la fonction publique territoriale
CNOSF	Comité national olympique et sportif français
COL	Club omnisport lorientais
CPAM	Caisse primaire d'Assurance maladie
CRAM	Caisse régionale d'Assurance maladie
CREPS	Centre régional d'éducation populaire et de sport
CRER	Centre régional d'expertise et de ressources sur les sports et loisirs de nature de Bretagne
CRES	Chambre régionale de l'économie sociale
CRESLB	Centre régional d'expertise et de ressources sur le sport et les loisirs en Bretagne (GREF Bretagne)
CRHB	Comité régional handisport de Bretagne
CRJ	Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne
CROS	Comité régional olympique et sportif

CRVVB	Comité régional de vol à voile Bretagne
CSP	Catégorie socio-professionnelle
CTOS	Comités territoriaux olympiques et sportifs
DDEC	Direction départementale de l'enseignement catholique
DGPN	Direction régionale de la police nationale
DRJSCS	Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale
DREAL	Direction régionale de l'environnement, de l'aménagement et du logement
DREES	Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques
EHESP	École des hautes études en santé publique (Rennes)
EHPAD	Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes
EPCI	Etablissement public de coopération intercommunale
EPS	Éducation physique et sportive
ETR	Équipe technique régionale
FFEPGV	Fédération française d'éducation physique et de gymnastique volontaire
FFH	Fédération française handisport
FFR	Fédération française de rugby
FFRP	Fédération française de randonnée pédestre
FFSA	Fédération française du sport adapté
FFSE	Fédération française du sport d'entreprise
FFST	Fédération française du sport travailliste
FFSU	Fédération française du sport universitaire
FILC	Fédération internationale des luttes celtiques
FIP	Fédération internationale pharmaceutique
FSGT	Fédération sportive et gymnique du travail
FSGT	Fédération sportive et gymnique du travail
FSPF	Fédération sportive de la Police nationale
GEM	Groupe d'entraide mutuelle
GES	Gaz à effet de serre
GIFFOCH	Groupe de recherche internationale francophone sur les classifications des handicaps
GPAQ	Global Physical Activity Questionnaire (OMS)
HCSP	Haut conseil de la santé publique
IFPEK	Institut de formation en pédicurie, ergothérapie et kinésithérapie (Rennes)
IMC	Indice de masse corporelle

INPES	Institut national de prévention et d'éducation pour la santé
INSEE	Institut national de statistiques et études économiques
INSEP	Institut national du sport, de l'expertise et de la performance
INSERM	Institut national de la santé et de la recherche médicale
INVS	Institut national de veille sanitaire
IPAQ	International physical activity questionnaire
IUFM	Institut universitaire de formation des maîtres
LMDE	La Mutuelle des étudiants
MAIF	Mutuelle d'assurance des instituteurs de France
MET	Metabolic Equivalent of Task
MGEN	Mutuelle générale de l'Education nationale
OMS	Organisation mondiale de la santé
OND	Observatoire national de la délinquance
ORSB	Observatoire régional de la santé en Bretagne
PDE	Plan de déplacement en entreprise
PLU	Plan local d'urbanisme
PNAPS	Plan national par l'activité physique ou sportive
PR-APS	Plan régional de prévention par l'activité physique et le sport
PNNS	Plan national nutrition santé
PNSE	Plan national santé environnement
PPI	Plan pluriannuel d'investissement
PRESI	Plan régional des espaces, sites et itinéraires de nature
PRS	Projet régional de santé
PRSE	Plan régional santé environnement
PRSP	Plan régional de santé publique
REC	Rennes étudiants club (rugby)
RGPP	Révision générale des politiques publiques
SCOT	Schéma de cohérence territoriale
SFMS	Société française de médecine du sport
SHN	Sportifs de haut niveau
SIG	Système d'information graphique
SIUMSS	Services interuniversitaires de médecine préventive et de promotion de la santé
SMICTOM	Syndicat mixte de collecte et de traitement des ordures ménagères
SNAPS	Semaine de la nutrition, des activités physiques et sportives
SRDE	Schéma régional de développement économique
SREF	Stratégie régionale emploi formation

SRMDT	Schéma régional multimodal des déplacements et des transports
SSS	Sections sportives scolaires
SUAPS	Services universitaires des activités physiques et sportives
SVA	Société vitréenne d'abattage
SYMEVAL	Syndicat mixte des eaux de la Valière
TER	Train express régional
TMS	Troubles musculo-squelettiques
UCI	Union cycliste internationale
UCL	University College London
UGSEL	Union Générale et Sportive de l'Enseignement Libre
UNAPEI	Union nationale des associations de parents et amis de personnes handicapées mentales
UNSS	Union nationale du sport scolaire
UPIB	Union patronale interprofessionnelle de Bretagne
USEP	Union sportive de l'enseignement du 1er degré
VTT	Vélo tout terrain
ZEP	Zone d'éducation prioritaire

Liste des tableaux, cartes et figures

TABLEAUX

Tableau 1.	Suggestions d'actions partenariales au Conseil régional de Bretagne en lien avec des politiques existantes pour promouvoir la santé par l'activité physique et le sport	X
Tableau 2.	Mesure de l'intensité de l'activité physique en METs	21
Tableau 3.	Intensité de diverses activités entreprises par les enfants (en calorie d'activité par minute)	42
Tableau 4.	Les activités physiques ou sportives les plus pratiquées en France en club ou hors club	62
Tableau 5.	Les activités physiques ou sportives pratiquées « pendant l'année ou les vacances », en dehors des cours d'EPS à l'école, déclarées par les jeunes de 12 à 17 ans en 2001	66
Tableau 6.	Jeunes de 12 à 17 ans pratiquant un sport selon le niveau de diplôme des parents et leur revenu	70
Tableau 7.	Influence de la pratique sportive des parents sur celle des jeunes de 12 à 17 ans	71
Tableau 8.	Les principaux sports pratiqués et abandonnés par les jeunes de 12 à 17 ans en France en 2001	73
Tableau 9.	Repères de consommation alimentaire du PNNS pour la population générale adulte (INES)	88
Tableau 10.	Résultats d'EPODE à Vitré entre 2005 et 2008	118
Tableau 11.	Les multiples bénéfices de l'équitation adaptée pour la santé (Irène Torel)	131
Tableau 12.	Les trois catégories de comportements de consommation de substances	168
Tableau 13.	Code mondial antidopage – Liste des interdictions 2010 – Standard international	173
Tableau 14.	Produits dopants : exemples, effets recherchés, effets secondaires (d'après le Docteur Michel Trégaro)	174
Tableau 15.	Facteurs de vulnérabilité et de protection face aux conduites dopantes selon Ministère de la santé, de la jeunesse et des sports	180
Tableau 16.	Victimes d'incidents dans le football amateur en France lors de la saison 2007/2008	195
Tableau 17.	Auteurs des incidents dans le football amateur en France en 2007/2008 selon la nature des agressions	196
Tableau 18.	Examens médicaux obligatoires avant d'être inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou la liste Espoirs	205
Tableau 19.	Suivi médical des sportifs inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou la liste Espoirs	206
Tableau 20.	Répartition par fédération des sportifs de haut niveau en Bretagne au 1er novembre 2009	207

Tableau 21.	L'approche « écologique » de l'activité physique au « Québec » : déterminants individuels et éco-environnementaux associés positivement à la pratique régulière d'activités physiques de loisir (2004)	223
Tableau 22.	Facteurs influençant l'activité physique en ville selon l'OMS (2006)	225
Tableau 23.	Propositions du rapport de Jean-François Toussaint pour développer l'activité physique des enfants et adolescent(e)s – Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive (PNAPS) - Tableau de synthèse réalisé par le CESR de Bretagne avec observations	271
Tableau 24.	Principales recommandations du rapport de Jean-François Toussaint pour promouvoir la santé des salariés par l'activité physique et quelques observations du CESR de Bretagne (Tableau réalisé par le CESR de Bretagne)	282
Tableau 25.	Propositions du rapport Toussaint pour la formation d'opérateurs « actiphysiciens » en prolongement de formations existantes en activité physique-sport et santé	299
Tableau 26.	Liste nationale et académique des épreuves d'EPS : des objectifs éducatifs de l'EPS aux épreuves notées DES APSA	358
Tableau 27.	Les sections sportives scolaires par activité en Bretagne en 2008/2009	359
Tableau 28.	Les 8 objectifs de la « Charte du sport pour le développement durable » du 2 juillet 2008	521
Tableau 29.	Typologie des pratiques sportives de nature en Bretagne par domaine d'activité et lieu de pratique	523
Tableau 30.	Quelques lieux ou structures de pratique de sports de nature en Bretagne en 2006 (non exhaustif)	524
Tableau 31.	Quelques suggestions émises par des élus du CRJ pour favoriser toutes les formes de pratiques sportives des jeunes (rencontre du 13 mai 2009 à Rennes)	567
Tableau 33.	Les principaux freins au développement de la pratique sportive des personnes en situation de handicap identifiés par le Conseil général des Côtes d'Armor avec les parties prenantes départementales	602
Tableau 34.	Etats généraux du sport en 2002 – Collectivités territoriales et sport – Des compétences originelles déclinées dans le domaine sportif	650
Tableau 35.	Etats généraux du sport en 2002 – Diversité des actions menées par les collectivités territoriales et les EPCI en France (liste non exhaustive)	651
Tableau 36.	Etats généraux du sport de 2002- Degré de lisibilité de l'intervention sportive des collectivités territoriales en France	652
Tableau 37.	Évolution du nombre de licenciés bretons par discipline	707

CARTES

Carte 1.	Evolution de la prévalence de l'obésité par grandes régions françaises entre 1981 et 2003	84
Carte 2.	Evolution de la prévalence de l'obésité dans les régions françaises entre 1997 et 2009 (Enquête Obépi/Roche 2009)	85
Carte 3.	Répartition géographique des clubs de football par commune en Bretagne en 2008/2009	474
Carte 4.	Le nautisme en Bretagne : des possibilités de pratiques multiples et diversifiées sur l'ensemble du territoire	509
Carte 5.	Création d'emplois dans le secteur du nautisme en Bretagne entre 1985 et 2007 (équivalent temps plein)	511
Carte 6.	Les manifestations de sport de nature d'intérêt régional en Bretagne	525
Carte 7.	Recensement des pratiques des sports de nature dans les Côtes d'Armor	533
Carte 8.	L'organisation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine en 2009	657

FIGURES

Figure 1.	Facteurs qui influent sur l'activité physique (Organisation Mondiale de la santé, 2006)	IX
Figure 2.	Base de réflexion pour une nouvelle gouvernance de l'activité physique et du sport (APS) en Bretagne en lien avec une stratégie régionale et territoriale de la santé et de l'éducation par l'APS (liste des acteurs simplifiée, non hiérarchisée et non limitative)	XXI
Figure 3.	Répartition des sources quotidiennes de dépense énergétique en Europe	23
Figure 4.	Évolution séculaire de l'activité physique quotidienne des Français depuis le début du XIXème siècle	24
Figure 5.	Temps moyen passé assis pendant une journée habituelle, au cours des sept jours précédant l'enquête, selon les classes d'âge, chez les 15-74 ans en France	26
Figure 6.	Temps quotidien en minutes passé à lire, à regarder la télévision ou assis devant un ordinateur selon le sexe et l'âge chez les 15-74 ans en France	27
Figure 7.	Proportion de sujets âgés de 15 à 74 ans selon le temps passé par jour à regarder la télévision la veille de l'interview, par niveau de corpulence	27
Figure 8.	Pourcentage d'individus en surpoids ou obèses, selon le sexe et l'âge, chez les 15-74 ans en France	28
Figure 9.	Proportions d'enfants de 3 à 17 ans ayant passé 3 heures ou plus en moyenne par jour devant un écran (télévision ou ordinateur) selon l'âge et le sexe en 2006-2007	29
Figure 10.	Proportions d'enfants de 3-17ans ayant passé 2 heures ou plus en moyenne par jour devant un écran de télévision selon l'âge et le sexe en 2006-2007	29

Figure 11.	Utilisation de l'ordinateur, tous usages confondus, 3 heures ou plus par jour selon l'âge pendant la semaine et le week-end, en dehors du temps scolaire, chez les collégiens et lycéens en Bretagne en 2007	31
Figure 12.	Temps extrascolaire passé à l'ordinateur, tous usages confondus, par les collégiens et lycéens selon la filière d'enseignement, en semaine et le week-end	32
Figure 13.	Autre classification de l'intensité de l'activité physique (activités d'endurance) – intensité relative (source : US Department of Health and Human Services, 1996)	34
Figure 14.	Equivalent métabolique (MET) des activités physiques communes classées selon leur intensité (faible, modérée ou intense) d'après Haskell et coll, 2007	35
Figure 15.	Moyens de transport les plus fréquemment utilisés par les enfants de 3 à 10 ans pour se rendre à l'école selon le sexe en France, en 2006/2007	37
Figure 16.	Intensité de la dépense énergétique des enfants selon le mode de déplacement utilisé	41
Figure 17.	Proportion d'enfants de 8 à 11 ans autorisés à sortir sans un adulte selon le sexe	45
Figure 18.	Adolescents de 13 ans déclarant pratiquer au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour en 2005/2006	47
Figure 19.	Adolescentes de 15 ans déclarant au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour	48
Figure 20.	Proportion d'adolescentes et d'adolescents pratiquant une activité physique favorable à la santé en 2006/2007 en France	49
Figure 21.	Proportions d'adolescents de 15 à 17 ans pratiquant une activité physique favorable à la santé (questionnaire IPAQ) selon les gradients géographiques Est-Ouest et Nord-Sud (Ile-de-France exclue)	49
Figure 22.	Proportion des femmes et des hommes ayant un niveau d'activité physique favorable à la santé en France en 2006/2007	50
Figure 23.	Proportions d'adultes de 18-79 ans pratiquant une activité physique favorable à la santé (questionnaire IPAQ) selon le sexe et le niveau d'éducation	51
Figure 24.	Durée moyenne d'activité physique par jour, selon le contexte, l'âge et le sexe chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)	53
Figure 25.	Répartition de l'activité physique globale selon le contexte de pratique chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)	53
Figure 26.	Structure de l'activité physique globale selon le contexte par tranche d'âge chez les 15-75 ans en France en 2008 (INPES)	54
Figure 27.	Évolution des niveaux d'activité physique des hommes et des femmes entre 15 et 75 ans pour les niveaux élevé (favorable à la santé), modéré et limité	55
Figure 28.	Taux de pratique d'une activité physique ou sportive par sexe	61
Figure 29.	Evolution du taux de pratique d'une activité physique ou sportive dans l'année écoulée selon l'âge chez les 15-75 ans en France en 2000	62
Figure 30.	Taux de pratiquants d'une activité physique ou sportive chez les jeunes âgés de 12 à 17 ans en France selon le sexe	67
Figure 31.	Pratique sportive à l'adolescence selon le mode d'activité	68

Figure 32.	Les motivations des jeunes sportifs de 12 à 17 ans	69
Figure 33.	Proportion de jeunes sportifs faisant du sport au moins une fois par semaine (intensité de pratique) selon le sexe et le niveau d'étude des parents	70
Figure 34.	Les activités extrascolaires selon l'âge	74
Figure 35.	Les trois principales activités extrascolaires selon le type d'établissement fréquenté	75
Figure 36.	Type et intensité de pratique sportive selon le sexe chez les collégiens et lycéens scolarisés en Bretagne en 2007	76
Figure 37.	Pratique sportive selon le type d'établissement fréquenté par les collégiens et lycéens scolarisés en Bretagne en 2007	76
Figure 38.	Part des adultes de 18 à 74 ans en surpoids selon le sexe en 2006 (ENNS)	78
Figure 39.	Distribution des hommes et des femmes de 18-74 ans selon la corpulence et selon l'âge en France en 2006 (ENNS 2006)	78
Figure 40.	Excès pondéral et niveau de diplôme chez les adultes de 18 à 74 ans en France en 2006 (ENNS 2006)	79
Figure 41.	Excès pondéral selon la catégorie professionnelle et le sexe des adultes de 18 à 74 ans en France en 2006 (ENNS 2006)	79
Figure 42.	Prévalence du sous-poids, du surpoids et de l'obésité en France chez les adultes de 18 à 65 ans entre 1981 et 2003 selon le sexe (INSEE)	80
Figure 43.	Répartition des niveaux d'Indice de Masse Corporelle (IMC) chez les adultes de 18 ans et plus en France en 2009 (ObEpi/Roche 2009)	82
Figure 44.	Etat pondéral de la population âgée de 18 ans et plus selon l'âge en France en 2009 (Obépi)	82
Figure 45.	Évolution de l'Indice de masse corporelle (IMC) dans la population des 18 ans et plus en France selon le sexe entre 1997 et 2009	83
Figure 46.	Évolution de la population adulte obèse par catégorie socio-professionnelle entre 1997 et 2009	83
Figure 47.	Intensité de l'activité physique et bénéfice potentiel en termes de réduction de mortalité prématurée	96
Figure 48.	Activité physique et réduction de la mortalité liée aux maladies cardiovasculaires	97
Figure 49.	Qu'est-ce que l'arthrose ?	103
Figure 50.	Fréquence de l'arthrose radiologique dans la tranche d'âge 65-75 ans (tous sexes confondus)	103
Figure 51.	EPODE : une multitude d'acteurs locaux pour lutter contre l'obésité des enfants	115
Figure 52.	Répartition des accidents de la vie courante selon le type d'accident en France en 2002	147

Figure 53.	Taux d'incidences trimestriels des accidents de la vie courante, toutes causes confondues, selon l'âge et le sexe	147
Figure 54.	Répartition des lésions résultant des accidents du sport en France en 2002	148
Figure 55.	Répartition des accidents de sport suivi d'un recours à un service d'urgences par famille sportive et par sexe en 2004-2005	151
Figure 56.	Répartition des accidents de sport selon le lieu de survenance chez les moins 15 ans	151
Figure 57.	Répartition des accidents de sport selon le lieu de survenance chez les 15 ans et plus	152
Figure 58.	Répartition des accidents de sport selon le mécanisme	153
Figure 59.	Répartition des accidents de sports selon la partie lésée	153
Figure 60.	Répartition des accidents de sport selon le type de sport et la lésion	154
Figure 61.	Répartition des lésions ayant entraîné une indisponibilité d'au moins 8 jours chez les rugbymen amateurs blessés dans le Championnat de Nationale 1 en 2005/2006	156
Figure 62.	Exercice physique et immunité	160
Figure 63.	Le sportif de haut niveau au cœur d'interactions complexes	164
Figure 64.	Les troubles psychopathologiques diagnostiqués en consultation obligatoire chez les sportifs de haut niveau scolarisés à l'INSEP	165
Figure 65.	Conduites à risque, pratiques addictives, conduites dopantes et consommations de substances	169
Figure 66.	Acteurs du contrôle antidopage	177
Figure 67.	Nombre de contrôles antidopage réalisés pour 1000 licenciés dans les dix fédérations les plus contrôlées en 2005	178
Figure 68.	Représentations du dopage chez les jeunes collégiens et lycéens en Bretagne en 2007	179
Figure 69.	Tabac et durée hebdomadaire de la pratique sportive	186
Figure 70.	Alcool, drogue et durée hebdomadaire de pratique sportive	187
Figure 71.	Répartition par nature des incidents survenus dans les matchs de football amateur en France lors de la saison 2007/2008	194
Figure 72.	Structure des violences subies selon les victimes joueurs et arbitres dans le football amateur en France lors de la saison 2007/2008	195
Figure 73.	Taux d'agression par catégorie d'auteurs (‰)	197
Figure 74.	Nature des agressions par catégorie d'auteur dans le football amateur en France en 2007/2008	197
Figure 75.	Conduites violentes et temps hebdomadaire de pratique sportive par sexe en % - Part des adolescent(e)s qui « cassent ou frappent souvent » (INSERM-1994)	199

Figure 76.	Exemples du rôle des pharmaciens pour relayer des campagnes nationales de santé publique promouvant l'activité physique et prévenant certains risques associés	213
Figure 77.	Risques sanitaires et intensité de la pratique physique ou sportive	216
Figure 78.	Facteurs qui influent sur l'activité physique (OMS, 2006)	224
Figure 79.	Modèle écologique des facteurs influençant l'activité physique et les comportements sédentaires	228
Figure 80.	Exemple de « Cour urbaine » à Delft, aux Pays-Bas	242
Figure 81.	Les 14 programmes de santé du Plan régional de santé publique de la Bretagne pour 2006-2010	252
Figure 82.	La stratégie « multi-niveaux » d'ICAPS pour augmenter le niveau d'activité physique des adolescent(e)s entre 2002 et 2006 dans le Bas-Rhin	263
Figure 83.	ICAPS – Bilan 2002-2006 – Proportion de surpoids chez les adolescents de poids normal au départ (selon les critères internationaux de l'IOTF)	265
Figure 84.	Bilan ICAPS – 2002-2006 – Evolution de l'activité physique de loisirs encadrée (heures par semaine)	266
Figure 85.	Proposition d'une stratégie régionale et territoriale d'éducation et de santé par l'activité physique et le sport en Bretagne	304
Figure 86.	« Code du sportif » de l'Association française pour un sport sans violence et le fair-play »	317
Figure 87.	Agence pour l'Education par le Sport –Charte de l'éducateur par le sport présenté lors du Forum Educasport, les 25, 26,27 juin 2009 à Marseille	319
Figure 88.	Pensez-vous que votre activité physique au quotidien est suffisante ?	328
Figure 89.	Pour vous, « Faire du sport » signifie :	329
Figure 90.	Faites-vous du sport actuellement ?	330
Figure 91.	Sports pratiqués	331
Figure 92.	D'une manière générale, préférez-vous pratiquer :	332
Figure 93.	Où et dans quel(s) cadre(s) faites-vous du sport ?	333
Figure 94.	Aimeriez-vous pratiquer davantage de sport ?	334
Figure 95.	Si vous terminiez les cours plus tôt, pratiqueriez-vous davantage de sport ?	335
Figure 96.	Pourquoi faites-vous du sport ?	337
Figure 97.	En dehors de l'école, l'offre locale des clubs sportifs répond-elle à vos envies et attentes ?	338

Figure 98.	L'offre d'activités sportives à l'adolescence répond plutôt aux attentes et envies :	339
Figure 99.	Si vous ne faites pas ou plus de sport, pour quelles raisons ?	341
Figure 100.	Etes-vous satisfait de vos cours d'EPS ?	342
Figure 101.	Si vous terminiez plus tôt les cours dans l'après-midi, cela vous inciterait-il à pratiquer davantage de sport ?	343
Figure 102.	Vous pratiquez le sport virtuel à l'aide d'une console vidéo :	345
Figure 103.	Avec les cheminements piétonniers et des voies cyclables mieux aménagés et sécurisés, feriez-vous davantage de marche ou de vélo au quotidien ?	346
Figure 104.	Affiche du dispositif Savoir nager –été 2009 – Ministère de la santé et des sports	368
Figure 105.	Motifs de la non inscription des élèves en ASS	380
Figure 106.	Critères de notation en EPS souhaitées par les filles et les garçons	382
Figure 107.	Emploi du temps 2008/2009 des joueuses du CEFC de la section féminine de football du Stade Briochin	444
Figure 108.	Affiche du CNOSF pour la promotion du Carnet de vie du bénévole	449
Figure 109.	Répartition par catégorie d'âge des « joueurs libres » de football en Bretagne licenciés à la Fédération française de football (133 091 licenciés) en 2008/2009	475
Figure 110.	Recettes prévisionnelles du tournoi de Dirinon - 2008	483
Figure 111.	Le Livre Bleu « Nautisme en Finistère » : la politique nautique du Conseil général du Finistère pour 2008-2012	512
Figure 112.	Chiffre d'affaire global des sports nautiques en Bretagne en 2007 : 102 175 000 €	513
Figure 113.	La filière nautique en Bretagne	514
Figure 114.	Mesures des retombées économiques et de l'utilité sociale de la coupe du monde de rugby (CMR) 2007 en France	552
Figure 115.	Les 10 disciplines de Handisport les plus pratiquées en Bretagne en 2008	593
Figure 116.	Consommation des ménages en biens et services sportifs en 2007 (Total : 16, 43 milliards d'euros courants)	617
Figure 117.	La dépense sportive en France en 2007	618
Figure 118.	Le financement du sport en Europe	618
Figure 119.	Evolution de la structure du financement de la dépense sportive en France entre 2000 et 2007 (milliards d'euros courants)	619
Figure 120.	Structure de la dépense sportive de l'Etat en France en 2000 et 2007	620
Figure 121.	La structure de la dépense publique des collectivités territoriales en France en 2007	621

Figure 122.	Evolution de la dépense sportive des collectivités territoriales en France entre 2000 et 2007 (en milliards d'euros courants)	622
Figure 123.	Les établissements employeurs de la filière sport en Bretagne par grande famille sportive au 1er janvier 2008 (CRESLB)	634
Figure 124.	Estimation de l'emploi dans la filière sport en Bretagne au 1er janvier 2008 (CRESLB)	635
Figure 125.	Evolution de l'emploi dans les services à l'activité sportive en Bretagne depuis 1996 (CRESLB)	636
Figure 126.	Répartition de l'effectif des bénévoles en Bretagne selon le secteur d'activité associative en 2002 (Total = 796 000 bénévoles)	638
Figure 127.	Région Bretagne – Contrats de Pays 2006-2012–Montant prévisionnel en euros de la dotation régionale aux projets sportifs des 21 Pays de Bretagne (avant révision 2009-2010)	653
Figure 128.	Région Bretagne-Contrats de Pays 2006-2012 : Part prévisionnelle de la dotation régionale aux projets sportifs dans la dotation globale au Pays (avant révision 2009-2010)	653
Figure 129.	Base de réflexion pour une nouvelle gouvernance de l'activité physique et du sport (APS) en Bretagne en lien avec une stratégie régionale et territoriale de la santé et de l'éducation par l'APS (liste des acteurs simplifiée, non hiérarchisée et non limitative)	667

Table des matières

Avant-propos

Composition de la Commission

Sommaire

Synthèse

Introduction

PARTIE 1
« Kino-Bretagne » : pour une stratégie régionale de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport 11

Chapitre 1
Eléments d'état des lieux sur la sédentarité, l'activité physique et la pratique sportive 15

1. Définitions de la santé, de l'activité physique et du sport selon l'Organisation Mondiale de la Santé 20
1.1. La santé : « un état de complet bien-être physique, mental et social » 20
1.2. L'activité physique : bouger et dépenser plus d'énergie qu'au repos 20
1.3. Le sport est, selon l'INSERM, « la forme la plus sophistiquée de l'activité physique » ... 21
1.4. Une définition qui ne prend pas suffisamment en compte les spécificités et l'autonomie de l'espace sportif 22
2. La part du sport dans l'activité physique quotidienne est à relativiser 22
3. Le déclin historique de l'activité physique 24
4. Etat des lieux de la sédentarité, de l'activité physique et du sport aujourd'hui en France 25
4.1. Approche de la sédentarité 25
4.1.1. Prudence méthodologique 25
4.1.2. Le Baromètre santé-nutrition de l'INPES : une approche globale de la sédentarité 26
4.1.3. Les résultats de l'étude de l'AFSSA « INCA 2 -2006/2007 » : un champ limité à la sédentarité de loisirs mais incluant les enfants 28
4.2. Approche de l'activité physique 32
4.2.1. Les trois niveaux d'activité physique : faible, modéré, élevé 33
4.2.2. Première approche des niveaux d'activité physique favorables à la santé 35
4.2.3. Eléments d'état des lieux sur l'activité physique dans la population française 36
4.3. Approche de la pratique sportive 56
4.3.1. Les résultats issus du Baromètre santé 2005 de l'INPES pour les 15-74 ans 57
4.3.2. Quelques éclairages complémentaires apportés par l'INSEP, le Ministère de la jeunesse et des sports et l'INSEE sur les pratiques sportives en France. 59
4.4. Quelques repères sur la prévalence et les risques de l'excès pondéral en France et en Bretagne 77
4.4.1. L'excès pondéral chez les adultes en France et en Bretagne 77
4.4.2. L'excès pondéral chez les adultes en Bretagne 84
4.4.3. Les risques pour la santé associés à l'excès pondéral 85
4.5. Le plan national nutrition santé français : alimentation, activité physique et santé sont liés 87

Chapitre 2
L'activité physique, le sport et la santé : une relation complexe..... 89

1. Les bénéfices de l'activité physique et du sport pour la santé 95
1.1. Pour l'INSERM, « l'activité physique et sportive régulière est un déterminant majeur de l'étatde santé des individus et des populations à tous les âges de la vie »..... 95
1.1.1. Les bénéfices pour la santé de l'activité physique ou sportive régulière et adaptée..... 96
1.1.2. Les recommandations scientifiques générales et spécifiques définissant les niveaux d'activité physique bénéfiques pour la santé..... 109
1.2. En Bretagne : quelques exemples d'actions favorisant la santé par l'activité physique ou sportive régulière et adaptée..... 114
1.2.1. Activité physique, nutrition et santé 114
1.2.2. Activité physique et personnes âgées 121
1.2.3. Activité physique ou sportive, rééducation et réadaptation fonctionnelles..... 127
2. Les risques liés à la pratique excessive ou inadaptée de l'activité physique et du sport 145
2.1. Approche de quelques traumatismes et maladies associées à la pratique sportive..... 146
2.1.1. Traumatismes accidentels : Le sport, deuxième cause d'accidents de la vie courante en France 146
2.1.2. Exemples de lésions chroniques associées à la pratique sportive..... 158
2.1.3. Le risque pour la santé mentale associé à certaines formes de pratiques sportives.... 162
2.2. Comportements à risque associés à certains types de pratique sportive..... 167
2.2.1. Le dopage sportif, un cas particulier de conduites dopantes dans la société..... 167
2.2.2. De la consommation de produits psychoactifs aux conduites addictives..... 182
2.2.3. Violences physiques et psychologiques associées au « sport qui se pratique » et au « sport qui se regarde »..... 192
2.3. La prévention et le suivi médical : du sportif de haut niveau à la personne physiquement active 204
2.3.1. Le suivi médical des licenciés inscrits sur la liste des sportifs de haut niveau ou dans les filières d'accès au sport de haut niveau ou candidats à cette inscription 204
2.3.2. La prévention et l'éducation à la santé des personnes physiquement actives 208
2.3.3. Les autres acteurs concernés par la prévention..... 209
3. Bilan : sauf pratique excessive, les bénéfices de l'activité physique ou sportive pour la santé l'emportent largement sur les risques encourus..... 214
3.1. Les risques sanitaires associés à la sédentarité sont devenus un véritable problème de santé publique 214
3.2. Il est aujourd'hui scientifiquement avéré que « l'activité physique est un déterminant majeur de l'état de santé des individus à tous les âges de la vie » (INSERM) 214
3.3. Les risques liés à une pratique excessive des activités physiques et sportives relativement à son âge et à ses capacités doivent inciter à une certaine prudence 215
3.4. « L'excès en tout est nuisible » et les bénéfices de l'activité physique régulière et adaptée à tous, dont le sport, sont bien plus importants que les risques encourus 216

Chapitre 3
« Kino-Bretagne » : proposition d'une stratégie multifactorielle et territorialisée de prévention et de promotion de la santé par l'activité physique et le sport..... 217

1. La promotion de l'activité physique doit reposer sur une stratégie multifactorielle prenant autant en compte les populations que leurs environnements de vie..... 223
1.1. « Kino-Québec » et l'approche « éco-environnementale » de l'activité physique..... 223
1.2. Les facteurs qui influent sur l'activité physique selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) 223
1.3. Autre modèle multifactoriel figurant dans le rapport de Jean-François Toussaint 227
2. Kino-Québec 229
2.1. Kino-Québec : de la promotion du sport et des loisirs à celle d'un mode de vie physiquement actif dans un but de santé publique 229
2.2. La gouvernance de Kino-Québec : rechercher les effets de levier en s'appuyant sur des « relayeurs locaux » et privés 230

2.3. La stratégie multifactorielle ou « éco-environnementale » de Kino-Québec : du ciblage populationnel à l'action sur l'environnement 231
2.3.1. Exemple du « Défi 5/30 » 231
2.3.2. Exemple du concours « Ecole active » (Kino-Québec) 231
2.3.3. Filles et femmes 232
3. « Kino-Bretagne » : pour un Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive en Bretagne à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux 233
3.1. En préambule : d'abord respecter les libertés individuelles et améliorer la qualité de la vie pour tous en luttant contre les inégalités de santé 234
3.1.1. Respecter les libertés individuelles et se libérer des chaînes de la sédentarité 234
3.1.2. Bouger et se bouger librement pour améliorer la qualité de vie 235
3.1.3. Lutter contre les inégalités de santé qui découlent, le plus souvent, d'inégalités sociales, économiques et culturelles 235
3.1.4. Surtout ne pas oublier la notion de plaisir 235
3.2. Approche environnementale : aménager, sécuriser et agrémenter des cadres de vie bâtis et naturels favorisant l'activité physique au quotidien 236
3.2.1. Urbanisme et santé : de la lutte contre l'insalubrité à la promotion d'un mode de vie physiquement actif 237
3.2.2. Propositions pour l'aménagement d'environnements proactifs en Bretagne à partir des recommandations du rapport Toussaint 238
3.2.3. Intégrer le Plan régional de prévention par l'activité physique ou sportive aux autres plans régionaux de santé publique 250
3.2.4. Quelques réflexions et préconisations complémentaires issues des auditions du CESR de Bretagne 254
3.2.5. La Richardais (35) : exemple d'une commune pionnière dans la prise en compte locale des recommandations du rapport de Jean-François Toussaint 256
3.2.6. Préconisations au Conseil régional de Bretagne 257
3.3. Approche populationnelle : toute la population est concernée, mais certains publics plus que d'autres – exemple des enfants, adolescent(e)s et des étudiant(e)s. 260
3.3.1. Enfants, adolescent(e)s et étudiant(e)s 262
3.3.2. Promouvoir l'activité physique des étudiants à l'Université 277
3.4. Approche par le travail : la prévention et la promotion de la santé par l'activité physique ou sportive en milieu professionnel en prenant en compte la taille et les contraintes des entreprises 278
3.4.1. La promotion de l'activité physique régulière des salariés : une formule gagnant-gagnant 278
3.4.2. Le « sport en entreprise » contribue à l'activité physique régulière : quelques exemples en Bretagne 285
3.4.3. Suggestions au Conseil régional pour promouvoir la santé par l'activité physique en milieu de travail 294
3.5. Approche individuelle et cognitivo-comportementale : renforcer la communication sur les bienfaits des modes de vie physiquement actifs 296
3.5.1. Ne pas négliger les stratégies individuelles et les combiner avec les interventions environnementales et populationnelles 296
3.5.2. Communiquer pour faire changer les représentations et les comportements en valorisant le plaisir et le bien-être 297
3.6. Former aux nouveaux métiers « activité physique-sport-santé » et sécuriser les emplois afférents 298
3.6.1. La santé par l'activité physique : un enjeu pluridisciplinaire et interdisciplinaire 298
3.6.2. Intégrer les recommandations du Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive dans la Stratégie régionale emploi-formation de la Région Bretagne, en lien avec ses partenaires 301
3.6.3. Sécuriser les emplois liés à ces formations et nouveaux métiers 302
3.7. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale de l'éducation à la santé par l'activité physique, dont le sport, à intégrer dans les Agendas 21 territoriaux 302
3.7.1. Intégrer l'éducation et la santé par les activités physiques et sportives dans les Agendas 21 pour fédérer les acteurs et favoriser les stratégies territoriales multifactorielles 302

PARTIE 2
L'éducation et la formation par le sport tout au long de la vie..... 305

Chapitre 1
Le sport : une école de vie et de citoyenneté ? 309

1. La fonction éducative du sport est largement reconnue..... 314
2. Pourtant, le sport n'est éducatif que s'il sert un projet d'éducation fondé sur une culture humaniste 315
2.1. La fonction éducative du sport, pour le meilleur ou pour le pire 315
2.2. Le sport est le miroir et le théâtre des maux et contradictions de la société..... 316
2.3. L'éducation du sport doit précéder l'éducation par le sport 316

Chapitre 2
Résultats de l'enquête menée auprès du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 321

1. Les principaux résultats de l'enquête réalisée auprès des jeunes du Conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 326
1.1. Quelques éléments méthodologiques..... 326
1.1.1. Profil de l'échantillon 326
1.1.2. Un échantillon de 73 jeunes à la représentativité limitée..... 326
1.1.3. Une enquête limitée qui appelle de futurs travaux scientifiques en Bretagne 327
1.1.4. Rappel : 6 adolescents sur 10 âgés de 15 à 17 ans ont une activité physique régulière insuffisante, notamment les filles 327
1.2. Les principaux résultats de l'enquête 328
1.2.1. La perception du niveau d'activité physique..... 328
1.2.2. Les jeunes et leurs représentations du sport 328
1.2.3. L'état de la pratique sportive des jeunes interrogés..... 329
1.2.4. Les lieux et modes de pratique sportive des jeunes..... 332
1.2.5. Le facteur temps : un élément déterminant de la pratique sportive des jeunes 333
1.2.6. Les motivations à faire du sport : des différences marquées entre filles et garçons ... 335
1.2.7. Le regard des jeunes sur l'offre des clubs sportifs locaux 338
1.2.8. Quelques raisons invoquées par les non sportifs 339
1.2.9. Opinion sur le coût de la pratique sportive 342
1.2.10. Sur l'éducation physique et sportive (EPS) à l'école..... 342
1.2.11. Sur les associations de sport scolaire (UNSS, UGSEL) et l'engagement bénévole sportif des jeunes 343
1.2.12. Sur l'activité physique réelle liée au sport virtuel 344
1.2.13. Urbanisme et activité physique : mieux aménager la ville peut stimuler la mobilité active des jeunes..... 345
1.3. Quelques enseignements issus de l'enquête réalisée auprès du CRJ 346

Chapitre 3
L'éducation physique et sportive, ses prolongements et le sport à l'école..... 347

1. L'éducation physique et sportive à l'école : un enjeu démocratique, des moyens insuffisants..... 352
1.1. L'éducation physique et sportive : finalités et contexte régional..... 352
1.1.1. Les activités physiques, sportives et artistiques : supports et non finalités de l'EPS... 352
1.1.2. EPS : l'apprentissage de compétences propres et transversales est affirmé 354
1.1.3. L'éducation physique et sportive améliorerait l'attention des élèves..... 355
1.1.4. Mais, dans les faits, l'EPS n'a que des moyens horaires et humains limités pour accomplir sa mission éducative nationale..... 355
1.1.5. Le contexte régional de l'EPS dans l'Académie de Rennes 356
1.1.6. Les sections sportives scolaires : remobiliser les élèves et améliorer le niveau de pratique..... 359
1.1.7. Le volet sportif de l'accompagnement éducatif : un grand intérêt mais une concertation locale à améliorer 360

1.2. Les défis de l'éducation physique et sportive en Bretagne : développement et ouverture 361
1.2.1. Lutter contre la persistance d'une conception dualiste corps-esprit : le sport est « une expression de l'esprit par le corps » 361
1.2.2. Considérer l'éducation physique et sportive à l'école comme un enjeu de démocratie et d'égalité des chances 362
1.2.3. Expérimenter en Bretagne une augmentation de la durée effective des cours d'EPS, par exemple au lycée 362
1.2.4. Diversifier les activités physiques, sportives et artistiques (APSA), supports de l'EPS 363
1.2.5. Les sites et équipements sportifs, « salles de classe » de l'EPS 363
1.2.6. L'EPS : futur pivot de l'éducation à la santé en milieu scolaire ? 369
1.3. Pour une gouvernance territoriale de l'éducation par le sport intégrant l'Education Physique et Sportive et ses prolongements 370
2. Les associations sportives scolaires : une fonction éducative et sociale à mieux reconnaître 372
2.1. L'UNSS et l'UGSEL en Bretagne 373
2.1.1. L'UNSS en Bretagne 373
2.1.2. L'UGSEL en Bretagne 374
2.2. Les associations de sport scolaire : fonction sociétale, atouts et défis 375
2.2.1. Une fonction sociétale et des atouts à mieux reconnaître 376
2.2.2. Des défis à relever pour mieux répondre aux attentes des élèves 379
3. Le sport : une ressource pédagogique transdisciplinaire 384
3.1. Les programmes incitent l'EPS à multiplier les projets interdisciplinaires au collège et au lycée 385
3.1.1. Au collège : la contribution de l'EPS, avec les autres disciplines, au socle commun 385
3.1.2. Au lycée, la volonté de développer l'interdisciplinarité de l'EPS apparaît plus nettement 385
3.2. Des partenariats éducatifs de qualité sont possibles entre l'école et les acteurs locaux du sport 387
3.2.1. Nul n'a le monopole de l'éducation par le sport 387
3.2.2. Les partenariats éducatifs entre l'école et le sport peuvent être porteurs d'innovation pédagogique : exemple dans deux lycées bretons 388
3.3. Promouvoir l'éducation par le sport par un rapprochement des politiques sectorielles du Conseil régional, notamment celles relatives au « sport », à la « formation », à « santé » et à l'« égalité femmes-hommes » 397
3.3.1. La stratégie régionale emploi formation repose sur le développement du capital humain et de la cohésion sociale de la Bretagne 398
3.3.2. Pour la création d'un « KARTA SPORT-PEDAGOGIE » et d'un « KARTA SPORT-SANTE » 400
3.3.3. La charte « KARTA Bretagne » : un dispositif contractuel pour accompagner les projets d'établissement des lycées et certaines actions pédagogiques innovantes 401
3.3.4. Préconisation du CESR : créer un « KARTA-SPORT-PEDAGOGIE » comportant une charte éthique 402

Chapitre 4
L'éducation par le sport en dehors de l'école : une réalité plurielle au cœur des territoires 403

1. L'éducation par le sport elle plurielle et se pratique tout au long de la vie ... 408
1.1. En Bretagne, au cœur des territoires, l'éducation par le sport est plurielle 408
1.1.1. Le rugby, une « école de la vie » 408
1.1.2. Sports et jeux traditionnels : une ouverture éducative à la dynamique culturelle bretonne 419
1.1.3. Le « Rando-challenge® scolaire et environnement » au Pays de vitré : une coopération exemplaire entre l'école et le mouvement sportif 422
1.1.4. Le nautisme en Bretagne : « éduquer l'homme par la mer » 425
1.1.5. Le sport comme éducation à la citoyenneté, ouverture internationale et dialogue interculturel 426
1.1.6. Le sport comme éducation populaire dans les quartiers : exemple du Club omnisports de Lorient 429

1.1.7. La compétition sportive peut être éducative et formatrice, y compris dans le haut niveau : réflexions, témoignages et exemples 431
1.2. L'éducation par le sport : une formation tout au long de la vie..... 446
1.2.1. Le Pôle France «Finistère- course au large » : au-delà de la performance sportive, l'ambition de former des « chefs de projet course au large ». 446
1.2.2. Le bénévolat sportif : une formation tout au long de la vie …à faire valider 448

Chapitre 5
L'éducation par le sport : un projet fédérateur au défi d'une nouvelle gouvernance territoriale..... 451

1. Rassembler les acteurs de l'éducation et de la formation par le sport en s'inspirant de la méthode de concertation de la SREF et du PPI 456
1.1. Se baser sur la méthode de concertation de la SREF … 456
1.2. … et du Programme pluriannuel d'investissement (PPI) des lycées 456
2. S'inspirer des recommandations de l'Agence pour l'éducation par le sport en les adaptant aux spécificités de la Bretagne et de ses territoires..... 457
2.1.1. Le constat de l'APELS : des carences dans la gouvernance locale et l'évaluation de l'éducation par le sport 457
2.1.2. Les dix propositions de l'APELS pour faire de l'éducation par le sport « un projet d'avenir pour les territoires » 458
2.1.3. Conclusion : Il faut investir dans la mise en lien des acteurs de l'éducation par le sport au niveau des territoires..... 462

PARTIE 3
Le sport au cœur de la vie sociale et d'un développement territorial durable 465

Chapitre 1
Approche intégrée du développement durable par le sport. 469

1. Quelques points de repères sur le football en Bretagne et sa dimension territoriale 474
1.1. Un millier de clubs de football en Bretagne avec un extraordinaire maillage territorial 474
2. Le Tournoi international de football de Dirinon (29) : un retour aux fondamentaux humanistes du sport..... 476
2.1. Dirinon : une commune de 2 500 habitants au cœur du canton de Landerneau..... 476
2.2. Origines du tournoi international de football : au-delà des clochers, un rêve de dialogue interculturel devenu réalité..... 476
2.3. Le tournoi international de football de Dirinon aujourd'hui : près de 900 joueurs de 9 à 12 ans originaires de 4 continents et 6 000 spectateurs 477
2.4. « L'esprit de Dirinon » ou le développement humain durable par l'ouverture et la convivialité sportive 478
2.4.1. La dimension éthique du tournoi : le foot, un prétexte à la transmission de valeurs humanistes 478
2.4.2. Les dimensions éducative et sociale : éduquer et créer du lien du local à l'international 478
2.5. Conclusion : L'esprit de Dirinon, un exemple de développement humain durable par le sport 488
3. « En Avant Guingamp » ou le football professionnel commme catalyseur général et multiforme du développement territorial 488
3.1. Guingamp, « carrefour de l'Armor et de l'Argoat » : une cité à forte identité culturelle et sportive 488
3.2. L'histoire presque centenaire d'« En avant de Guingamp » : du petit club de l'école laïque à la Coupe de France de football 489
3.3. Un rôle structurant dans le développement local : En Avant, « une entreprise économique, sociale et affective » à « esprit associatif »..... 489
3.3.1. Développement économique : à Guingamp, le foot est un « facilitateur »..... 490
3.3.2. La contribution d' « En avant » au développement social du territoire..... 493

3.3.3. La contribution d'En avant au développement territorial et urbain de Guingamp 495
3.3.4. Le football, un levier de coopération territoriale 495
3.3.5. En avant et le développement sportif local 495
4. « Les 3 jours de Plouay » : un événement sportif majeur géré par des bénévoles 497
4.1. Les « 3 jours de Plouay » : de la fête patronale locale au championnat du monde de cyclisme 497
4.1.1. Les grandes étapes de l'histoire du Grand-prix de Plouay 497
4.1.2. Les « 3 jours de Plouay » aujourd'hui : un pont entre les cyclismes amateur et professionnel 498
4.2. La passion sportive comme levier de développement local 499
4.2.1. Développement social et culturel 500
4.2.2. Développement économique 500
4.3. Forces et fragilités d'une organisation associative exclusivement bénévole 500
4.3.1. Plouay, un village d'irréductibles bénévoles passionnés de vélo 500
4.3.2. Les fragilités d'une organisation associative bénévole 501
4.4. « 3 jours », 5 défis 502
5. Lanarvily : le cyclocross ! 502
5.1. Le Cyclo-cross de Lanarvily : de la kermesse du village au championnat du monde 502
5.1.1. Le cyclocross : une discipline sportive née en France au début du XXème siècle et devenue aujourd'hui plus confidentielle 503
5.1.2. Dans les années 1950, un léonard de Lanarvily, Jean Le Hir, prend l'initiative d'organiser un cyclo-cross pendant la kermesse du village 503
5.1.3. Les grandes dates du Cyclo-cross international de Lanarvily 504
5.1.4. La mobilisation bénévole locale : clé du succès 504
5.1.5. Les défis à venir 505
5.2. L'impact social, territorial, économique et sportif du Cyclo-cross de Lanarvily 505
5.2.1. L'impact social : une fête sportive populaire qui rassemble dans la convivialité 505
5.2.2. L'impact territorial : que serait Lanarvily sans son cyclo-cross ? 505
5.3. L'impact économique : un atout touristique en hiver 506
5.4. L'impact sportif : retrouver les valeurs authentiques du vélo 507
6. La contribution du nautisme au développement durable en Bretagne 507
6.1. Rappel historique : les sports nautiques se sont développés en Bretagne à partir d'un projet social, environnemental puis économique 508
6.2. Les sports nautiques en Bretagne en 2008 dans leurs dimensions sociale, environnementale et économique 508
6.2.1. La dimension sociale des sports nautiques 510
6.2.2. La dimension environnementale 511
6.2.3. La dimension économique des sports nautiques est prépondérante 513
6.3. Deux défis à relever 514

Chapitre 2
Approche de la dimension environnementale du développement durable par le sport 515

1. De l'Agenda 21 du sport français au développement durable des sports de nature en Bretagne 520
1.1. L'Agenda 21 du sport français : conjuguer développement durable et idéal olympique 520
1.1.1. L'Agenda 21 du sport français : un document de référence national qui fait de l'olympisme le 4ème pilier du développement durable 520
1.1.2. La Charte du sport pour le développement durable : une adhésion volontaire aux dispositions de l'Agenda 21 du sport français 521
1.1.3. Autres textes du CNOSF sur « sport et développement durable » 522
1.2. La Bretagne, un environnement propice aux sports de nature 522
1.2.1. Sports de nature : de quoi parle-t-on ? 522
1.2.2. La Bretagne, région « sports de nature » 523
1.3. Les sports de nature en Bretagne : une pratique de masse en développement marquée par l'importance des sports nautiques 526
1.4. Enjeux : les sports de nature au carrefour du développement durable 526
1.4.1. Les sports de nature peuvent structurer, valoriser et rééquilibrer des territoires 526

1.4.2. « Connaître, aimer, protéger » : les sports de nature peuvent contribuer à la protection de l'environnement 527
1.4.3. Les sports de nature sont un facteur de développement économique..... 527
1.4.4. Les sports de nature : une fonction socialisante parfois sous tension. 528
1.4.5. Les sports de nature médiateurs de cultures 528
1.4.6. Fédérer les acteurs régionaux des sports de nature dans une perspective de développement durable : la démarche exemplaire du CRER de Bretagne 529
1.5. Deux perspectives importantes pour les sports de nature en Bretagne : le rééquilibrage Armor/Argoat et la connexion avec les zones urbaines 530
1.5.1. Le rééquilibrage Armor/Argoat..... 531
1.5.2. La connexion des activités physiques et sports de nature avec les zones urbaines..... 531
2. La Commission départementale des espaces, sites et itinéraires des sports de nature (CDESI) des Côtes d'Armor : un pionnier environnemental devenu référence nationale 531
2.1. Le développement maîtrisé des sports de nature : une compétence dédiée du département 532
2.2. Les Côtes d'Armor, pionnier exemplaire du plan et du comité départemental des espaces, sites et itinéraires relatifs aux sports de nature (PDESI/CDESI) 532
2.3. Vers un PRESI et un CRESI Bretagne ? 534
3. L'action de l'ADEME pour mieux maîtriser l'impact environnemental des pratiques sportives 534
3.1. Les missions transversales de l'ADEME 534
3.2. Le sport, une cible importante dans le contexte de la mise en œuvre du Grenelle de l'environnement 534
3.3. Une démarche rigoureuse pour réduire l'impact environnemental des activités sportives..... 535
3.4. Exemples d'opérations de grande envergure co-organisées avec l'ADEME 536
3.5. Un point noir ressort clairement : les transports liés aux manifestations sportives..... 537
3.6. Accompagner les organisateurs de manifestations sportives et mutualiser les « bonnes pratiques » entre acteurs sportifs..... 537
3.7. La nécessité d'une démarche partenariale pour une stratégie multifactorielle 538
4. Témoignage de Michel DESJOYEAUX sur l'impact environnemental de la course au large : « On n'avance pas qu'avec le vent ! » 539

Chapitre 3
Approche de la dimension économique du développement durable par le sport 541

1. La course au large, un vent porteur pour le développement économique régional 546
1.1. Exemples de retombées économiques de la course au large en Bretagne 546
1.1.1. Les multiples acteurs de la course au large : des skippers pas si solitaires 546
1.1.2. Un fort impact économique et médiatique 546
1.2. Témoignage de Michel DESJOYEAUX, skipper et chef d'entreprise de « Mer agitée ».. 547
1.3. Course au large, course à l'innovation technologique..... 548
1.3.1. Un formidable laboratoire technologique grandeur nature 548
1.3.2. Des innovations transférables vers d'autres secteurs d'activité 548
1.3.3. Approche de l'économie de la course au large..... 549
1.3.4. Eurolarge innovation : un « cluster » breton de la course au large 549
2. Evaluer l'impact économique régional d'un événement sportif : exemple de la Coupe du monde de rugby en 2007 550
2.1. Une méthodologie qui ne sépare pas retombées économiques et utilité sociale du sport..... 550
2.2. Résultats de l'évaluation : la coupe du monde a été une réussite économique, sociale et sportive..... 553

PARTIE 4
Pour un développement durable du sport pour tous dans tous les territoires 555

Chapitre 1
« Tous les sports pour tous » 559

1. L'accès des jeunes aux pratiques sportives et à l'activité physique : exemple des lycéennes, lycéens, apprenties et apprentis de Bretagne 564
1.1. Quelques préconisations issues d'une rencontre avec neuf membres du conseil régional des jeunes, lycéens et apprentis de Bretagne 564
1.1.1. Quelques freins à la pratique sportive des jeunes 564
1.1.2. Tableau de synthèse des préconisations formulées par les neuf jeunes rencontrés 565
1.2. Préconisations du CESR de Bretagne à la suite de l'enquête menée auprès du CRJ 570
2. Filles, adolescentes, femmes : lutter contre les inégalités de genre dans les pratiques sportives à tous les âges de la vie 571
2.1. Sexuation et inégalités de genre dans les pratiques sportives (à partir de l'audition et des travaux de Catherine Louveau) 571
2.1.1. Historiquement, un sport construit par les hommes, pour les hommes… 572
2.1.2. Le sport institué ne semble pas répondre aux aspirations des femmes 572
2.1.3. « Sports de fille », « sports de garçon » : la reproduction de stéréotypes sexués ? 573
2.1.4. Dès le plus jeune âge, déconstruire les stéréotypes sexués et mieux répondre aux aspirations sportives à l'adolescence 574
2.2. Préconisations pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des filles, adolescentes et femmes 574
2.3. Quelques exemples d'action en Bretagne pour favoriser l'activité physique et les pratiques sportives des femmes 576
2.3.1. Exemple du football-féminin au CEFC du Stade Briochin 576
2.3.2. Cours de gymnastique pour femmes en difficulté sociale en Ille-et-Vilaine (EPMM-sport pour tous) 578
2.3.3. La randonnée par monts et par vaux : en marchant ensemble se fait le chemin de la vie sociale 579
3. L'accès à l'activité physique régulière et aux pratiques sportives des personnes en situation de handicap : un enjeu pour le développement humain, social et sportif de la Bretagne 581
3.1. Un regard anthropologique sur le sport et le handicap (sur la base de l'intervention de M. Jean-Luc Blaise) 582
3.1.1. « Handicap », un lien étymologique avec le monde sportif 583
3.1.2. Les sportifs handicapés : des sportifs « à part » ou des sportifs « à part entière » ? 583
3.1.3. Le sport chez les personnes handicapées : une « ordalie » moderne ? 584
3.1.4. Le sport, un facteur puissant de reconnaissance et d'intégration pour « les personnes autrement capables » 586
3.2. Témoignages de deux éducateurs sportifs : Gilles Le Druillennec et Hubert Vautier 587
3.2.1. Gilles Le Druillennec, Moniteur de voile breveté d'Etat : « Moi, j'y croyais…et je suis breton ! » 587
3.2.2. Témoignage d'Hubert Vautier, éducateur sportif de handibasket : l'importance d'un encadrement humain formé, d'installations et de matériels accessibles 588
3.3. L'équipe de foot-fauteuil électrique des « Merlus de Kerpape » 589
3.4. Le Handisport en Bretagne : état des lieux, enjeux et défis 592
3.4.1. Le Handisport en Bretagne : état des lieux 592
3.4.2. Enjeux et défis du Handisport en Bretagne pour les 5 années à venir 593
3.5. Le sport adapté en Bretagne : favoriser l'accès des personnes en situation de handicap mental ou psychique aux bienfaits des activités physiques ou sportives 594
3.5.1. Face au handicap mental ou psychique, l'accompagnement humain est primordial 594
3.5.2. Les bienfaits des pratiques physiques ou sportives pour les personnes handicapées mentales 597
3.5.3. Le sport adapté en Bretagne et ses défis 598
3.6. Un exemple d'action départementale : la démarche participative « sports et accessibilité » du Conseil général des Côtes d'Armor 601
3.7. Préconisation du CESR de Bretagne : élaborer un « Agenda 22 de l'accessibilité sportive en Bretagne » pour les personnes en situation de handicap 603

3.7.1. Qu'est-ce qu'un « Agenda 22 » ? ... 603
3.7.2. Pour un Agenda 22 du sport et de l'activité physique en Bretagne ... 604
4. Personnes rencontrant des difficultés d'insertion ... 604
4.1. L'action « En avant toute ! » ... 604
4.1.1. Les objectifs d'« En avant toute ! » : rompre l'isolement social et redonner l'envie aux « milliardaires du temps perdu » ... 604
4.1.2. Les activités physiques et sportives proposées et leurs bienfaits ... 605
4.2. Les résultats de l'action : mieux-être physique, psychologique, social … et insertion ... 606

Chapitre 2
Des moyens pérennes pour un développement durable du sport en Bretagne 609

1. Quelques éléments sur le contexte économique et le financement du sport en France ... 616
1.1. La dépense sportive : 1,8 % du PIB sans compter l'apport du bénévolat ... 616
1.2. Les ménages et les collectivités locales financent 80% de la dépense sportive française ... 616
1.2.1. Les ménages financent la moitié de la dépense sportive en France ... 616
1.2.2. Les collectivités locales : 1/3 de la dépense sportive nationale ... 617
1.2.3. Etat et entreprises ont le même taux de participation à la dépense sportive : 10% de la dépense sportive française chacun ... 617
1.3. Bilan : les ménages et les collectivités locales sont de loin les premiers financeurs du sport en France ... 618
2. L'emploi sportif en France : intégration ou dualisation ? Un état des lieux, des enjeux et scénarios d'avenir sur la base des travaux de Jean-Jacques Gouguet et Didier Primault ... 623
2.1. L'emploi sportif en France : une situation de grande fragilité ... 624
2.1.1. Estimations de l'emploi sportif en France : entre 208 000 et 350 000 emplois, sans compter l'équivalent en emplois temps plein du bénévolat sportif ... 624
2.1.2. L'emploi sportif connaît des difficultés structurelles ... 626
2.1.3. Les associations sportives employeurs : un tissu de TPE à la gouvernance incertaine ... 628
2.2. L'avenir de l'emploi sportif en France : intégration ou dualisation du système ? ... 630
2.2.1. Tendances lourdes et variables structurelles ... 630
2.2.2. Deux scénarios pour le futur : dualisation ou intégration ? ... 630
2.3. Conclusion : Pour un « scénario de l'intégration » en Bretagne ... 632
3. Eléments et réflexions sur la situation de l'emploi et du bénévolat sportifs en Bretagne ... 632
3.1. L'emploi sportif en Bretagne : 22 000 emplois dans près de 9 000 structures ... 633
3.1.1. Les établissements employeurs de la filière sport recensés en Bretagne ... 633
3.1.2. L'estimation de l'emploi de la filière sport en Bretagne au 1er janvier 2008 ... 634
3.1.3. Autres travaux du CRESLB sur l'emploi et la formation dans la filière sport en Bretagne ... 636
3.1.4. Quelques données de l'INSEE sur les caractéristiques de l'emploi sportif en Bretagne ... 636
3.2. Les bénévoles sportifs en tête du bénévolat associatif en Bretagne ... 637
3.2.1. Environ dix fois plus de bénévoles que d'emplois dans le sport en Bretagne ... 637
3.2.2. Quelques réflexions sur le bénévolat sportif… ... 638
4. Les besoins en équipements sportifs selon le mouvement olympique et sportif de Bretagne ... 640
4.1. Les besoins identifiés par le CROS Bretagne : des équipements sportifs souvent vieillissants et manquant d'envergure ... 641
4.2. Intégrer, dans les équipements, des critères de haute qualité environnementale, sportive, associative et de communication ... 642

Chapitre 3
Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale du sport et de l'activité physique en Bretagne 643

1. Contexte et enjeux de la gouvernance du sport en Bretagne 648
1.1. Le « trépied » de la gouvernance du sport français (mouvement olympique et sportif, collectivités territoriales, Etat) est aujourd'hui remis en cause 648
2. Quelques exemples de gouvernance territoriale du sport en Bretagne 649
2.1. La complexité de la gouvernance locale du sport 650
2.2. Les projets sportifs aidés par la Région par le biais des Contrats de Pays 2006-2012 (avant révision à mi-parcours) 652
2.3. L'organisation intercommunale du sport en Ille-et-Vilaine 654
2.3.1. L'engagement intercommunal pionnier du CDOS d'Ille-et-Vilaine 655
2.4. L'animation sportive territorialisée du Conseil général d'Ille-et-Vilaine ou la prise en compte anticipatrice des nouveaux territoires 655
2.5. Exemple de l'organisation intercommunale du Badminton au Pays de Fougères (35) 658
2.6. Deux exemples de politiques sportives communales : Le Rheu (35) et Brest 658
2.6.1. Le Rheu, commune de l'agglomération rennaise en pleine expansion démographique 658
2.6.2. Brest : une approche globale de la vie sportive territoriale 661
2.7. La démarche « Sport et développement durable » du Conseil général du Finistère en partenariat avec la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) et le Comité départemental olympique et sportif 663
2.7.1. Une démarche concertée et participative dans le droit fil de l'Agenda 21 du sport français 663
2.7.2. Un exemple à suivre à l'échelle de la Bretagne 664
3. Pour une nouvelle gouvernance régionale et territoriale intégrée de l'activité physique et du sport en Bretagne 664

Conclusion 669

Auditions 673

Annexes 683

Glossaire 713

Liste des tableaux, cartes et figures 719

Table des matières 729