



Salon des sports de nature 2016

Conférence Débat du 31 Mars 2016 sur la thématique sport - nature - santé

Présents : B. Antczak (CROS de Picardie), A. Bodin (Conseil régional Hauts-de-France NPCP), B. Delavenne (DRJSCS NPCP), C. Javaudin (CROS de Picardie)

Objectifs :

- croiser les réseaux sport – nature – santé
- Engager une dynamique collective, concertée et partagée sur le nouveau territoire

OUVERTURE

- Jean-Pierre Papin (parrain de l'événement)

- Promotion de la pratique d'activités physiques
- Présentation de son association Neuf de Cœur créée en 1996 suite à la naissance de sa fille porteuse d'un handicap

M. Philippe Mixe, président de la mutuelle Just, partenaire de la soirée

- Présentation et promotion de la mutuelle : Mutuelle fêtant ses 90 ans l'an prochain. Mutuelle généraliste sur les terrains individuels, d'administrés et d'entreprises.

Prévention par l'activité physique et sportive est une obligation à laquelle tout le monde devrait souscrire. Le sport engendre la santé et donc une diminution des prestations demandées, et par conséquent une diminution des cotisations.

- Remise d'un chèque à l'association Neuf de Cœur : Pour chaque nouvelle adhésion, la mutuelle Just reverse 1€ à l'association Neuf de cœur. (montant 9978 €)

1^{er} TEMPS : DE QUOI PARLE-T-ON ?

❖ **Volet Sport : Valérie Olivier (DRJSCS NPDCP)**

- Définition des 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 ...

- Lieux de pratique partagés et qui touchent à plusieurs thématiques : tourisme, environnement et sports.

- Notion de « Outdoor »

- Activité physique et activité sportive : grande proximité, surtout lorsque l'on parle de marche à pieds ou de vélo mais une distinction : la notion d'intensité

Quelques données chiffrées

- 25 millions de personnes de plus de 15 ans déclarent pratiquer une activité physique et sportive de nature en France
- 154330 licenciés dans une des 33 disciplines de sports de nature en NPDCP - Un potentiel de 773 000 pratiquants
- Sur un panel de 4000 pratiquants des sports de nature, 80% déclarent ne pas être licenciés.
- 2/3 pratiquent plusieurs activités
- Pratique dans l'ensemble des espaces (naturels et de plus en plus urbains)
- Motivation : à 61% bien-être et santé

❖ **Volet Santé : Hinde TIZAGHTI (ARS Nord-Pas de Calais)**

- Activité physique (AP) : tout mouvement corporel produit par contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la dépense énergétique
- Recommandations OMS : adultes : 30 minutes / jour d'activité physique d'intensité au moins modérée. Pour les enfants et adolescents = 60 minutes / jour d'activité physique d'intensité au moins modérée.
- Suivi des recommandations en NPCP : - de 37% pour les adultes et – de 32 % pour les enfants
- AP régulière et d'intensité modérée diminue : mortalité précoce de 29 à 41% (15 minutes / j = - 14%). Meilleure tolérance au glucose DT2. Diminution obésité et surpoids

❖ **Volet Nature : Mélissa Desbois (Chargée de missions ENRx / Parcs naturels régionaux)**

- De forts atouts naturels : 4 Parcs Naturels Régionaux et 1 Parc National Maritime
- 16.6% du territoire en zone naturelle d'intérêt écologique
- De nombreux gestionnaires : ONF, Conservatoire du littoral, Conservatoire des espaces naturels,....

❖ **Bouger**

- Gilles Briand (Mission Bassin Minier)

- Bassin minier reconnu comme patrimoine mondial de l'UNESCO
- Contrat de destination touristique autour du Louvre-Lens
- Volonté de développer la communication et l'évènementiel (trail des Pyramides noires le 28/05/16)
- Des milliers d'hectares disponibles pour la pratique d'APS de nature dans le respect de la nature.
- Projet qui rentre dans le cadre du Schéma « Trame verte et bleue »
- Parcours permanents en cours
- Volonté de développer des stations Sports de nature
- Actions : aménager (parc d'Ohlain du Hainaut), développer les offres des services (location VTT, ck,...), communiquer (oser affirmer qu'il s'agit d'un territoire sports de nature).

- Thibaut Deschamps (DRJSCS NPDC P CTS Athlétisme) :

- Pratique de la course hors stade se développe.
- Dispositifs et évènementiels : Diagnoform, Chemins de la forme, La route du Louvre.
- En France, 10 millions de pratiquants de course à pied (contre 6 millions en 2000).
- 100 000 pratiquants des courses hors-stade en NPDC (pour 2 millions en France). +300 évènements hors-stade en NPDC (+530 avec Picardie).
- 6 leviers développés par la Ligue d'Athlétisme pour guider vers une pratique adaptée: orientation, accompagnement et pérennisation, aménagement des lieux de pratique, matériel, évènementiel, mobilisation et prise de conscience
- 3 tendances : rajeunissement ; féminisation, fun (frapadingue)

❖ **Respirer**

- Luc-Michel Gorre (Fédération Française de Cardiologie NPDC) & parcours du cœur : village au cœur du salon et club cœur santé

- FFC est une association reconnue d'utilité publique qui lutte contre les maladies cardiovasculaires.

- Perte de 23% des capacités cardiaques en 40 ans pour les enfants

- Parcours du cœur 2 et 3 avril 2016 : Evènement de prévention des pathologies cardiovasculaires. Près de 200000 participants dans la région NPDC. 430 parcours en NPDC pour 830 en France. 1/3 des communes sont impliquées. Parcours du cœur scolaires du 29/03 au 15/05 / 140 000 enfants de 835 établissements scolaires

Il existe 20 clubs de réadaptation cardiaques en NPC pour 800 participants

- Message : 0 – 5 – 30 (0 tabac, 5 fruits et légumes par jour, 30 minutes d'AP par jour).

- Yannick Vandewalle (Groupe associatif Siel Bleu) :

- Activités pour tous réalisé par des éducateurs APA

- Travail avec la fédération de cardiologie, le réseau cancer, l'institut Curie et le diabète, les retraités pour agir en mouvement, etc.

- Isabelle Tetar (réseau régional diabète obésité) :

❖ Découvrir

- Jean Michel Buniet (LNPDC de Triathlon)

- Diversification des pratiques du Triathlon pour casser l'image d'une activité difficilement accessible: trotathlon pour les enfants, aquathlon, duathlon, run & bike et le pack animathlon

- Volonté d'intégrer les raids dans la Fédération

- Pour les compétitions – pass compétitions

- Pour les clubs – pass clubs

- Parcours à Fourmies

- La triathl'elles : 450 participantes, plus grosse manifestation féminine en France.

La fédération a créé une appli –santé, laquelle a pour objectif :

- Etablir un bilan
- Générer des axes de travail
- Proposer des programmes de remises en forme par des éducateurs de clubs

- Jérémy Decroix (CDESI 62) :

- Mise en place de la démarche CDESI / PDESI et objectifs : Pérennisation de l'accès au lieu de pratique et développement maîtrisé
- 247 espaces et sites et 4000 km d'itinéraires : 1er parc de trail et de marche nordique (convention athlétisme-CG62))
- Seulement des sites de qualité avec un cahier des charges qui s'organise autour de 3 critères: accessibilité (handicap, touriste, scolaire), développement durable et services – programme « Ouvrez votre club »

3ème TEMPS VERS UNE DYNAMIQUE COLLECTIVE

- La promotion des APS pour le plus grand nombre : la formation des relais habitants et cartes de temps de parcours par Cécile HEMERY (Direction de la cohésion sociale) Valenciennes Métropole

- Cartes de temps de parcours à pied + signalétique à mettre en place au niveau de la ville.
- Diffusion de la plaquette pendant les foulées valenciennes.
- Expérimentation de formation d'habitants relais.
- Projet de sport santé sur ordonnance à destination des malades chroniques.
- Projet territorial de cohésion sociale d'accès aux soins de prévention santé avec le sport

Ces différentes actions sont menées grâce à l'embauche de « service civiques », qui sont de véritables ambassadeurs de la forme dans la ville

- Mélissa Desbois (ENRx), dynamique interparcs : collaboration avec les gîtes de France autour d'un label « Gîte Forme, Nature et Bien-être » + Rozenn Dault (centre d'Amaury – parc Scarpe et d'Escaut)

Cette démarche s'appuie sur le syndrome « du manque de nature »

Le centre Amaury est dédié à l'éducation à l'environnement

- Aurélien Descatoire (Centre hospitalier de Roubaix), Roubaix et le guide « alimentation & APS »

- Problématique de l'après-soin pour continuer la pratique d'une activité physique.
- Notion de réseau avec mise en place d'un groupe de travail ayant donné lieu à la publication d'un Guide

- Ressources Activités physiques et alimentation sur la ville de Roubaix (disponible sur le site de la ville).
- Mise en place d'un sport pass ainsi que d'une future charte sport santé, sur 2 niveaux avec 7 critères d'engagement (niveaux de formation des encadrants, taux d'encadrement, lien avec les professionnels de santé, projet du pratiquant, projet de la structure, accessibilité, matériel et environnement).

Question

Comment développer une pratique SN urbaine ? Directeur du service des sports de Lille

CONCLUSION : Francis Gaillard (Pôle Ressources National des sports de nature)

- un nouvel échiquier avec des nouveaux acteurs et la fusion des régions : importance des métropoles
- transport : les mobilités actives
- Outdoor et industrie : 20 milliards de CA en Europe

Hauts-de France :

- Richesse du patrimoine
- Référence en ce qui concerne la volonté de connaître les pratiquants (DTA NPDC et études du CRT Picardie)
- Communiquer et organiser des événements : sport, fun, détente et bien-être
- juste milieu entre développement de la pratique et protection
- Accès : urbains et déplacements vers les sites naturels
- Prix : accessibilité
- Innover : prise en compte des différents publics et de leurs attentes qui évoluent

Changement dans la continuité : économie collaborative – pratiques auto-organisées