



01/08/2019

# Bilan

## « Bouge...une priorité pour ta santé ! »

Année scolaire 2018-2019

**bouge...**  
une priorité  
pour ta santé!

*« Maintenant je fais du vélo et un peu de danse chez moi », Célia, 13 ans*

Sonia EL GHEZAL - Christel LEVRIER - Anthony LEMOINE  
MUTUALITE FRANÇAISE HAUTS-DE-FRANCE

# SOMMAIRE

---

<b>1. Contexte</b>	Page 3
1.1. Problème identifié, état des lieux	
1.2. Objectifs	
1.3. Actions et méthodes prévues	
1.4. Présentation des intervenants, des partenaires, du comité de pilotage	
1.5. Mode de financement	
<b>2. Déroulement de l'action</b>	Page 8
2.1. Détail des activités menées	
2.2. Présentation du calendrier	
2.3. Présentation de l'évaluation	
<b>3. Résultats de l'évaluation et interprétation</b>	Page 18
3.1. Evaluation de la procédure	
3.1.1 Liste établissements	
3.1.2 Actions partenaires	
3.2. Evaluation du processus	
3.3. Evaluation de résultats	
<b>4. Conclusion</b>	Page 35
4.1. Synthèse	
4.2. Limites rencontrées	
<b>5. Perspectives</b>	Page 37
<b>6. Annexes</b>	Page 38

# 1. Contexte

## 1.1. Problème identifié, état des lieux

### 1.1.1. Problème identifié

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit les maladies cardiovasculaires comme « un ensemble de troubles affectant le cœur et les vaisseaux sanguins ». Selon l'OMS, en 2015, au niveau mondial, les maladies cardio-vasculaires sont la première cause de mortalité évitable dans le monde. Il est estimé à 17,5 millions le nombre de décès attribués aux maladies cardiovasculaires dans le monde, ce qui représente 31% de la mortalité mondiale totale. Un lien important entre ces maladies, l'obésité et le diabète existe.

En France, les maladies cardiovasculaires représentent la deuxième cause de mortalité chez les hommes, après le cancer, et la première chez les femmes. Il est dénombré, chaque année, 150 000 décès d'origine cardiovasculaire. Les pathologies les plus courantes sont l'infarctus du myocarde et autres cardiopathies ischémiques, responsables de 27% des décès, ainsi que les accidents vasculaires cérébraux (AVC), responsables de 25% des décès, et enfin l'insuffisance cardiaque, responsable de 23% de décès. Il est recensé en France également 15 millions de personnes souffrant d'hypertension, 10 millions de personnes atteintes d'un excès de cholestérol, et 3 millions de personnes diabétiques. De récentes études soulignent actuellement une forte augmentation des maladies cardiovasculaires et de l'obésité (une des causes fréquentes) dans la population française.

Au niveau régional, la population des Hauts-de-France présente un risque plus important de développer ces maladies chroniques par rapport au reste du pays (OMS, 2015). En effet, celle-ci souffre d'un taux de mortalité prématurée par maladie cardiovasculaire des plus élevés en France Métropolitaine. De même, la prévalence du diabète et de l'obésité est parmi les plus élevés du pays : 21,3% de la population en Nord Pas-de-Calais est obèse, 5,3% de la population est atteinte de diabète de type II (Agence Régionale de Santé, 2015). Sur l'année scolaire 2011-2012, le taux de surpoids et d'obésité des enfants de cours préparatoire et de 6ème atteint 16,9% (ARS, Programme régional de lutte contre l'obésité 2014-2018).

La région Hauts-de-France est donc durement touchée par les maladies cardio-vasculaires.

Ces maladies sont responsables dans la plupart des cas de décès prématurés, sans compter les nombreuses incapacités physiques, cognitives, et répercussions psychologiques et sociales que ces maladies peuvent engendrer.

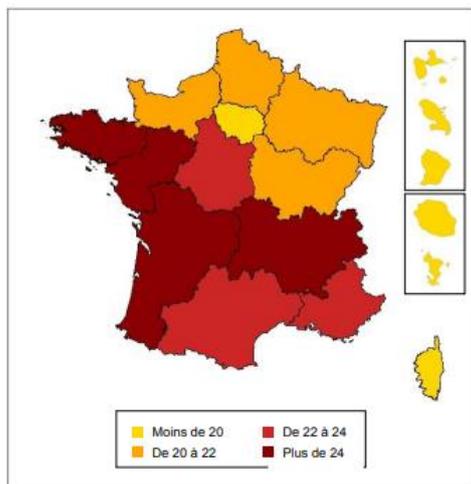
### 1.1.2. Etat des lieux

En France, des disparités territoriales de santé existent. La prévalence de l'obésité et la pratique d'activité physique n'y échappent pas.

D'après le recensement annuel des équipements sportifs (par le Ministère en charge des sports), et des licences et clubs au sein des fédérations sportives agréées, en 2013, on observe des variations régionales.

Au sein d'une même grande région, certains écarts peuvent être constatés. Ainsi, le taux d'équipement en équipements sportifs (hors sport nature) pour 100 habitants est de 0,39 en Hauts-de-France alors qu'il est de 0,31 en Nord-Pas-de-Calais contre 0,56 en Picardie.

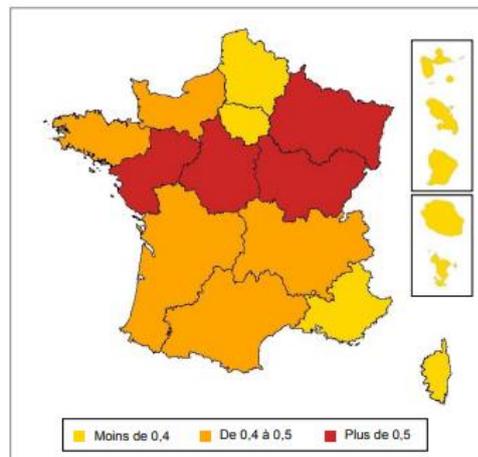
Licences sportives selon les nouvelles grandes régions administratives en 2013 (taux pour 100 habitants)



Note : Le mode de recensement est différent pour Mayotte.

Sources : DJEPVA-MEOS (recensement annuel des licences et clubs au sein des fédérations sportives agréées, données de l'année 2013 estimées au 12 septembre 2014)

Equipements sportifs (hors sports de nature) selon les nouvelles grandes régions administratives en 2014 (taux pour 100 habitants)

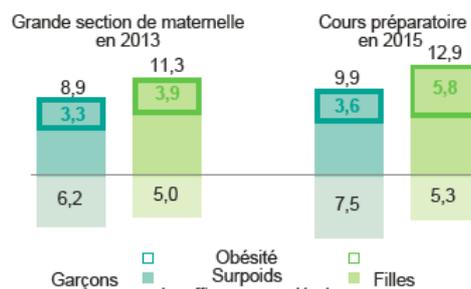


Note : Le mode de recensement est différent pour Mayotte.

Sources : Direction des Sports

Le recueil du Baromètre santé nutrition mené en 2008 souligne une corpulence supérieure à la moyenne nationale chez les 18-75 ans habitant les Hauts-de-France. Parallèlement, les enquêtes menées auprès d'élèves de cours préparatoire (CP) en 2015 révèlent que 82% d'entre eux ont une corpulence normale, mais qu'il existe des différences selon les bassins d'éducation et de formation au sein de la région.

CORPULENC EN DEHORS DE LA NORMALE\* SELON LE NIVEAU SCOLAIRE\*\* ET LE GENRE



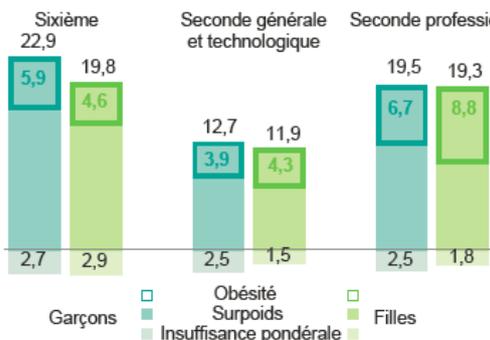
pour 100 jeunes

\* issue de l'IMC calculé à partir des mesures effectuées par les infirmier(ère)s scolaires

\*\* les élèves de grande section de maternelle sont scolarisés dans un établissement public de l'académie d'Amiens et ceux de cours préparatoire dans un établissement public de l'académie de Lille

Sources : *Jesais* - Rectorat de l'académie d'Amiens, OR2S, Rectorat de l'académie de Lille - Exploitation OR2S

CORPULENC EN DEHORS DE LA NORMALE EN 2009-2015\* SELON LE NIVEAU SCOLAIRE, LA FILIÈRE ET LE GENRE



pour 100 jeunes scolarisés dans un établissement public de l'académie d'Amiens

\* issue de l'IMC calculé à partir des mesures effectuées par les infirmier(ère)s scolaires lors des années scolaires 2009-2010 à 2014-2015. Les données ont été standardisées sur l'âge pour les élèves de seconde pour permettre les comparaisons suivant la filière

Source : *Jesais* - Rectorat de l'académie d'Amiens, OR2S - Exploitation OR2S

On retrouve également des disparités chez les élèves du secondaire : entre filles et garçons chez les élèves de sixième et selon les filières pour les élèves de seconde.

## 1.2. Objectifs

Les objectifs de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » se déclinent selon le tableau ci-dessous :

Objectif général	Objectifs spécifiques	Objectifs opérationnels
Promouvoir les projets de type ICAPS* auprès des élèves de 11 à 18 ans scolarisés dans les collèges et lycées sélectionnés dans la région Hauts-de-France	Promouvoir les bienfaits et la pratique régulière d'une activité physique en agissant sur les milieux de vie et les déterminants de santé	Mettre en place des séances d'activités physiques régulières Mettre en place des séances liées à l'hygiène d'une personne pratiquant de l'activité physique
	Promouvoir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée	Mettre en place des actions d'éducation pour la santé en lien avec l'alimentation
	Sensibiliser aux conduites à risques	Mettre en place des actions d'éducation pour la santé en lien avec les addictions
	Impliquer les parents dans les actions d'éducation pour la santé	Inviter les parents lors des actions d'éducation pour la santé Communiquer avec les parents sur les actions d'éducation pour la santé

\* Intervention auprès des collégiens centrée sur l'activité physique et la sédentarité

Au regard de ces objectifs, l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » tient à s'inscrire dans la durée. Il est donc proposé aux établissements de collaborer sur trois années scolaires consécutives, ajustable selon les motivations, les résultats et les financements du projet.

## 1.3. Les actions et méthodes prévues

Dans le cadre de son axe stratégique « Nutrition », la Mutualité Française Hauts-de-France développe l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » dans les établissements scolaires (collèges et lycées) de la région. Ce dernier est un programme de prévention primaire et d'éducation pour la santé. La Mutualité Française Hauts-de-France a pour rôle de :

- Communiquer sur l'action en région,
- Piloter l'action,
- Suivre les projets des établissements scolaires,
- Evaluer les projets des établissements scolaires,
- Evaluer l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! ».
- L'établissement scolaire retenu pour participer au programme « Bouge... » doit :

L'Union Régionale de la Mutualité Française Hauts-de-France, demande à ses établissements de :

- Avoir une équipe pédagogique (dont un référent) dédiée à l'action « Bouge... »,
- Réaliser à minima trois actions d'éducation pour la santé.
- Inscrire l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » dans le Comité d'Education à la Santé et à la Citoyenneté (CESC),

- Promouvoir les actions menées dans l'établissement auprès des parents d'élèves,
- Accueillir dans l'établissement, à minima une fois dans l'année, le chargé de prévention de la Mutualité Française Hauts-de-France afin d'échanger sur la mise en œuvre et le suivi de l'action,
- Renvoyer dans les délais, le projet « Bouge... » de l'établissement, accompagné de tous les justificatifs nécessaires,
- Participer au rassemblement départemental « Bouge...une priorité pour ta santé ! » et animer, au moins, une activité physique et sportive,
- Faire passer et renvoyer les questionnaires d'évaluation dans les délais impartis.

Suite à un appel à candidature lancé par le rectorat de l'Académie d'Amiens, une commission de validation des projets se réunit tous les trois ans afin d'analyser et sélectionner les établissements retenus dans le cadre de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! ». Cette commission est composée des membres de la Mutualité Française Hauts-de-France, du rectorat de l'académie d'Amiens, de l'Union Nationale du Sport Scolaire ainsi que de l'Agence Régionale de Santé Hauts-de-France.

Pour le département du Pas-de-Calais, les établissements ont été ciblés en croisant les prérogatives de l'Agence Régionale de Santé, et les données et critères du Rectorat de Lille.

Chaque établissement a ensuite proposé un projet plus détaillé à mettre en œuvre durant l'année scolaire en s'appuyant sur les ressources de l'action : mise à disposition de matériel, interventions de professionnels de santé, enveloppe budgétaire, etc. Ces projets sont ensuite suivis et évalués annuellement par un chargé de prévention de la Mutualité Française Hauts-de-France.

### 1.3.1 Méthodes prévues pour la Modélisation

Après avoir retenu le territoire en accord avec l'Agence Régionale de Santé et le rectorat de l'Académie de Lille, la méthodologie retenue a été la suivante :

- Rencontrer les établissements scolaires afin d'avoir un accord de principe pour la mise en place de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » au sein de leur établissement. En effet, cette étape était importante car il est prépondérant de s'appuyer sur un noyau d'élèves pouvant être relai par la suite ;
- Rencontrer la municipalité afin de présenter l'action « Bouge... » mais aussi les tenants et aboutissants de la modélisation. Cette étape était importante car sans accord de la municipalité il aurait été impossible d'avoir un relai local ;
- Travailler avec la municipalité sur les données existantes ;
- Rencontrer les acteurs locaux afin de présenter le diagnostic réalisé et la démarche de modélisation.

Pour rappel, la modélisation peut englober plusieurs orientations :

- Développer des actions de promotion de l'activité physique auprès d'un public souvent éloigné de cette dernière ;
- Renforcer le maillage des acteurs locaux abordant la thématique de l'activité physique ;
- Mettre en place des actions de promotion de l'activité physique à destination du support social des jeunes ;
- Former les acteurs locaux à la démarche ICAPS ;
- Créer des environnements favorables pour la pratique d'activité physique et l'équilibre nutritionnel ;

- Aborder les thématiques allant de pair avec l'activité physique : alimentation, addictions aux écrans.

## Territoire de Lens

Ayant obtenu les coordonnées des établissements ciblés courant mars 2018, les démarches auprès des acteurs locaux se sont fait tardivement. De plus, le collège Jean Jaurès a été difficilement joignable entre février et mai 2018.

Ainsi, 9 rencontres ont eu lieu entre le 15 février 2018 et le 17 août 2018, dont 4 avec les établissements scolaires ciblés et 5 avec des acteurs locaux et partenaires potentiels.

Réunions	Acteurs présents	Nombre personnes présentes	Ordre du jour
<b>15 février 2018</b>	Secrétaire général, Responsable des opérations et du développement, Chargée de projet, Institut des Rencontres de la Forme, Mutualité Française HDF	6	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation
<b>6 mars 2018</b>	Chargée de mission Sport Santé CDOS 62, Mutualité Française HDF	3	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation
<b>30 mars 2018</b>	Infirmières scolaires, Conseillère pédagogique d'éducation, professeurs, Mutualité Française HDF	9	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation
<b>16 mai 2018</b>	Elu Politique Sportive, Elue Politique de la Ville, Mutualité Française HDF	3	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation Présentation des étapes à réaliser
<b>1<sup>er</sup> juin 2018</b>	Infirmière scolaire du lycée, professeur EPS, Mutualité Française HDF	3	Présentation d'éléments du diagnostic Réflexion autour du diagnostic Présentation des étapes à réaliser
<b>26 juin 2018</b>	Infirmière scolaire du collège, professeurs (EPS et SVT), Mutualité Française HDF	4	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation Présentation des étapes à réaliser
<b>4 juillet 2018</b>	Association Radio+, Mutualité Française HDF	4	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation Réflexion autour d'une convention pour des actions de promotion et prévention santé
<b>6 juillet 2018</b>	Infirmière scolaire du lycée, Mutualité Française HDF	2	Signature de la charte d'engagement Réflexion autour des préconisations
<b>17 août 2018</b>	Direction des Sports de la Ville de Lens, Mutualité Française HDF	3	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation Apports d'éléments pour la diagnostic local

Suite à ces réunions en 2018, une redéfinition du territoire de la modélisation a été effectuée. En effet, malgré l'appui et l'intérêt de la municipalité lensoise pour le projet et ses perspectives, il apparaissait complexe de démarrer une modélisation à l'échelle de la ville.

Du fait de l'implantation des deux établissements lensois suivis dans le cadre du projet « Bouge » dans le quartier nord-ouest de la ville, la modélisation a donc été centrée dans un premier temps, du moins, dans cette zone.

Les rencontres et le travail de réseau s'est poursuivi, et les préconisations sont devenues plus concrètes (cf. Détails actions 2.2).

Réunions	Acteurs présents	Nombre personnes présentes	Ordre du jour
<b>24 avril 2019</b>	Elus de la Ville de Lens, Direction des Sports de la Ville de Lens, Chargé de territoire Service des Sports du Conseil départemental du Pas-de-Calais, Représentants du Rectorat de Lille (DSDEN 62 et chargée de mission nutrition), Mutualité Française HDF	7	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la modélisation et des préconisations ARS Perspectives envisagées dans le cadre de la modélisation
<b>24 mai 2019</b>	Directeur de la Maison des Jeunes de Lens Nord-Ouest, Mutualité Française HDF	2	Présentation de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » Présentation de la Maison des Jeunes Perspectives envisagées dans le cadre de la modélisation
<b>29 août 2019</b>	Direction des Sports de la Ville de Lens, Direction de la Maison des Jeunes de Lens, Mutualité Française HDF	4	Programmation et contenu des actions à mettre en œuvre dans le cadre de la modélisation (cf Détails Action 2.2)

## Territoire de Ham

A la suite de la validation des préconisations de l'Agence Régionale de Santé, plusieurs réunions ont été organisées au sein de la commune afin de mettre en œuvre les actions définies :

- 3 décembre 2018 : rencontre avec Grégory LABILLE, Maire de Ham en présence de Yann AQUAIRE, Maire adjoint au temps libre et Saïd BOU OUDAD, coordinateur temps libre. Cette réunion a permis de présenter les préconisations retenues et évoquer le rôle prépondérant de la municipalité dans ce projet. Une convention de partenariat entre la Mutualité Française Hauts-de-France et la ville de Ham a été signée. A noter la présence de la presse lors de cette réunion avec deux articles parus (en annexe).
- 7 janvier 2019 : présentation de la démarche lors de la commission « Temps libre » en présence des Elus de la ville.
- 6 mars 2019 : préparation avec Saïd BOU OUDAD, coordinateur temps libre, de la réunion d'informations à destination des associations locales.
- 8 avril 2019 : réunion d'informations en présence de quelques associations locales : présentation de la modélisation, du diagnostic réalisé, des actions à mettre œuvre, échanges avec les associations présentes sur leur implication possible.

#### 1.4. Présentation des intervenants, des partenaires, du comité de pilotage

La Mutualité Française Hauts-de-France s'est entourée d'un ensemble de partenaires assurant une légitimité, une expertise et une cohérence dans la conduite de projet :

- Agence Régionale de Santé (ARS) Hauts-de-France,
- Rectorats de l'Académie d'Amiens et de Lille,
- Comité Régional Olympique et Sportif (CROS) et les Comités Départementaux Olympiques et Sportifs (CDOS),
- Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale (DSDEN) : Aisne, Oise, Somme, Pas-de-Calais
- Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale (DRJSCS),
- Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt (DRAAF)
- Observatoire Régional de la Santé et du Social (OR2S),
- Santé Publique France (ex Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé INPES)

Des représentants de chaque structure se réunissent une fois par an lors des COmités de PILotage (COPIL) afin de référencer et hiérarchiser les besoins et demandes remontées par les équipes de terrain.

## 1.5. Mode de financement

L'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » bénéficie de trois sources de financement différentes : Mutualité Française Hauts-de-France, Agence Régionale de Santé Hauts-de-France et Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt. Les sommes sont réparties de la manière suivante selon le budget prévisionnel :

Entité	Montant	Pourcentage
Mutualité Française Hauts-de-France	43 995.82 €	35.81 %
Agence Régionale de Santé Hauts-de-France	73 875€	60.12 %
Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt	5 000€	4.07% %
<b>TOTAL</b>	<b>122 870.82€</b>	<b>100%</b>

Le budget global étant réalisé sur une année civile, il sera communiqué aux partenaires une fois les comptes arrêtés lors du premier trimestre 2020.

A noter que ce budget prend en compte les 16 000€ accordés par l'ARS dans le cadre de la modélisation « Bouge...une priorité pour ta santé ! ».

## 2. Déroulement de l'action

### 2.1 Présentation du calendrier

PERIODE	DETAILS
25 septembre 2018	Comité de pilotage et diffusion du bilan 2017/2018
Du 3 septembre au 31 décembre 2018	Evaluation T0
Du 3 septembre 2017 au 29 juin 2019	Actions d'éducation pour la santé
Du 27 février 2019 au 29 juin 2019	Suivi dans les établissements
Les 14 mai, 4 et 11 juin 2019	Rassemblements départementaux
Du 15 mai au 5 juillet 2019	Evaluation T1, équipes pédagogiques, parents, prestataires
Du 16 juillet au 31 août 2019	Rédaction du bilan
26 septembre 2019	Comité de pilotage et diffusion du bilan 2018/2019

Le contenu des questionnaires est accessible en contactant la Mutualité Française Hauts-de-France.

## 2.2. Détail des projets 2018/2019 mis en place

### 2.2.1. Département de l'Aisne

Collège Wassigny (Wassigny)	
<b>ACTIVITE PHYSIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation à la journée du sport scolaire qui permet aux élèves de pratiquer de nombreuses activités.</li> <li>- Participation au CROSS du collège.</li> <li>- Participation au parcours du cœur réalisée le 5 avril 2019 (marche de 5, 7.5 ou 10 km).</li> <li>- Participation à une semaine équipée d'un podomètre afin de déterminer le nombre de pas réalisés dans la semaine et en déduire des pistes d'amélioration.</li> <li>- Découverte de nouvelles activités : boxe, course d'orientation, tir à l'arc.</li> </ul>
<b>ALIMENTATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réflexion autour de la composition d'un sandwich en vue du CROSS du collège. Réalisation et dégustation de ces derniers avant le CROSS.</li> <li>- Réalisation d'une collation pour le parcours du cœur.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne : atelier fabrication « Pains et pizzas ».</li> <li>- Initiation aux techniques de marketing. Réalisation d'un « pop-up musée » comprenant fresque réinterprétant l'œuvre « Supermarket lady », deux caddies et une carte de l'empreinte carbone.</li> <li>- Valorisation des circuits courts avec les acteurs locaux, travail en flux tendu de l'équipe de restauration, mise en place d'un salad'bar.</li> </ul>
<b>ADDICTIONS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation à l'action « Santé sans tabou » autour des addictions aux écrans via les compétences psychosociales.</li> <li>- Sensibilisation aux messages liés aux méfaits du tabac avec réalisation d'affiches pour la marche du cœur.</li> </ul>
<b>HYGIENE DE VIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège LEON DROUSSENT (Coucy-le-Château)	
<b>ACTIVITE PHYSIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Randonnée d'une heure hebdomadaire dans l'environnement proche du collège durant la pause méridienne.</li> <li>- Séances de zumba et step tout au long de l'année.</li> <li>- Mise en place d'un club « Forme et bien-être » (séances de fitness, création de chorégraphie, relaxation, yoga).</li> <li>- Participation à l'action solidaire « ELA ».</li> <li>- Récréations « actives » avec aménagement de la cours et achat d'une table de tennis de table.</li> </ul>
<b>ALIMENTATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne : atelier fabrication « Pains et pizzas ».</li> <li>- Action « anti gaspillage » mise en œuvre par le service de restauration scolaire, compagne d'affiche self, utilisation compostage pour l'atelier jardin.</li> </ul>
<b>HYGIENE DE VIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne : atelier autour de la sensibilisation aux risques des écrans pour les élèves et parents.</li> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> <li>- Rédaction d'un « carnet de santé » en SVT qui met en évidence les effets de l'activité physique sur les différentes fonctions de l'organisme.</li> </ul>
<b>AUTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation d'articles dans le journal du collège sur les activités Bouge menées dans l'année.</li> <li>- Réflexion « corps et esprit » dans le cadre du club philo.</li> </ul>

Lycée DOLTO (Guise)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention du CDOS de l'Aisne : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> <li>- Participation à la journée du sport scolaire qui permet aux élèves de pratiquer de nombreuses activités.</li> <li>- Activités nautiques à « Aquoisia ».</li> <li>- Journée VTT-kayak avec le collège Camille Desmoulins de Guise.</li> <li>- Sorties VTT.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Visite de l'AMAP de Tupigny.</li> <li>- Echanges autour de la composition d'un petit-déjeuner lors de l'élaboration d'un petit-déjeuner « espagnol ».</li> <li>- Atelier cuisine éco-responsable.</li> <li>- Participation à la journée de l'eau afin de sensibiliser au gaspillage de cette dernière.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège CAMILLE DESMOULINS (Guise)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Journée VTT-kayak avec le collège Camille Desmoulins de Guise.</li> <li>- Pratique du kayak tout au long de l'année.</li> <li>- Séjour sportif avec activités nautiques quotidiennes.</li> <li>- Descente de l'Oise en kayak en liaison avec les CM2 de l'école de Tupigny.</li> <li>- Participation à la journée du sport scolaire qui permet aux élèves de pratiquer de nombreuses activités.</li> <li>- Intervention du CDOS de l'Aisne : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilisation aux fruits et légumes à travers différents ateliers et différents sens.</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> <li>- Interventions du CPIE de l'Aisne : ateliers fabrication « Pains et pizzas » et « gras et sucres cachés ».</li> <li>- Pesage des déchets avec affichage au sein de la restauration</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation à l'action « Santé sans tabou » autour des addictions aux écrans via les compétences psychosociales.</li> </ul>

Collège JULES FERRY (Rozoy-sur-Serre)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique hebdomadaire du biathlon via différentes activités d'aérobie et de précision.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'une diététicienne afin d'étudier les besoins caloriques selon enfant/adulte.</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> <li>- Création d'aliments en trompe l'œil.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège FROEHLICHER (Sissonne)	
<b>ACTIVITE PHYSIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Répondre à la question « Comment l'activité physique influe sur ton corps et ta santé ? » à l'aide de :               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mesure de la fréquence cardiaque avec l'aide de cardiofréquencesmètres et de la fréquence respiratoire.</li> <li>• Mesure de l'activité physique au quotidien à l'aide de podomètres.</li> </ul> </li> <li>- Pratique de différentes activités sportives.</li> <li>- Randonnée sur la voie verte.</li> <li>- Achat de SwissBall afin de les utiliser en classe et lors des réunions administratives.</li> </ul>
<b>ALIMENTATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Blind test alimentaire.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne : ateliers « Gras et sucres cachés ».</li> </ul>
<b>HYGIENE DE VIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège ANNE DE MONTMORENCY (Fère-en-Tardenois)	
<b>ACTIVITE PHYSIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- EPI « Corps, santé, bien-être et sécurité »               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pratique du stretching, yoga</li> <li>• Cycle demi-fond</li> <li>• Run and bike</li> </ul> </li> <li>- Intervention du CDOS de l'Aisne : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
<b>ALIMENTATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Echanges autour du petit-déjeuner équilibré et dégustation.</li> <li>- Intervention d'une diététicienne sur l'équilibre alimentaire à l'adolescence.</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne auprès des parents : ateliers « Décrypter les étiquettes pour bien manger ».</li> <li>- Mise en place d'une table de tri, mise en place d'un salad'bar.</li> </ul>
<b>HYGIENE DE VIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège MAX DUSSUCHAL (Villers Cotterêts)	
<b>ACTIVITE PHYSIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique de plusieurs activités sportives : demi-fond, acrosport, arts du cirque, ultimate.</li> <li>- Initiation au golf, pétanque, yoga, tennis, flamenco.</li> <li>- Intervention du CDOS de l'Aisne : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
<b>ALIMENTATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réflexion en lien avec les SVT : études sur les habitudes alimentaires des élèves, élaboration de menus équilibrés pour la cantine, élaboration d'une pyramide alimentaire, analyse des rythmes cardiaques et respiratoires.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Aisne : atelier fabrication « Pains et pizzas ».</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> </ul>
<b>HYGIENE DE VIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Collège FRANÇOIS 1 <sup>ER</sup> (Villers Cotterêts)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique sportive hebdomadaire : tennis de table et sortie VTT.</li> <li>- Découverte d'activité handisport.</li> <li>- Elaboration de 3 parcours pédestres en lien avec le patrimoine historique local.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilisation des élèves à l'équilibre alimentaire à réflexion pour constituer des recettes simples et équilibrées à faire en famille.</li> <li>- Opération petit-déjeuner</li> <li>- Distribution produits circuits courts durant l'accompagnement personnalisé.</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation à l'action « Santé sans tabou » autour des addictions aux écrans via les compétences psychosociales.</li> </ul>

### 2.1.2. Dans l'Oise

Collège EMILE LAMBERT (Villers Saint Paul)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suivi de l'activité quotidienne des élèves à l'aide de podomètres.</li> <li>- Intervention du CDOS de l'Oise : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cours SVT sur l'alimentation, les différents aliments, vitamines, leurs apports pour le corps.</li> <li>- Intervention d'une diététicienne sur l'équilibre alimentaire chez l'adolescent.</li> <li>- Elaboration d'un petit-déjeuner avec des produits frais.</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Oise : atelier « Savoir décrypter les étiquettes, lister les meilleurs ustensiles de cuisson pour la santé, découvrir de nouveaux goûts ».</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Lycée CONDORCET (Méru)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pratique d'activités physiques nouvelles (Tchoukball/Tir à l'arc).</li> <li>- Initiation au Budokan et Boxe Thaï.</li> <li>- Déplacement au fitness Park.</li> <li>- Participation au Raid Oise.</li> <li>- Intervention du CDOS de l'Oise : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention petit-déjeuner.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Création d'un parcours quizz présenté en fin d'année aux parents.</li> <li>- Elaboration de posters sur les thèmes abordés dans l'année.</li> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention de la « P'tite fabrique de soi » afin de sensibiliser les élèves aux risques des addictions aux écrans.</li> </ul>

Collège PIERRE MENDES FRANCE (Méru)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilisation aux activités handisport.</li> <li>- Découverte et initiation des disciplines sportives locales (rugby, tennis, athlétisme, judo) grâce aux clubs locaux lors de deux matinées découvertes.</li> <li>- Visite de l'exposition sur l'histoire du sport dans l'Oise.</li> <li>- Participation à l'action « Hauts-de-France propre ».</li> <li>- Pratiques sportives variées : escalade, course d'orientation, nation, demi-fond, gymnastique.</li> <li>- Découverte d'activités nautiques au plan d'eau du Canada de Beauvais.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Notions alimentaires abordées en langues vivantes ainsi qu'en Histoire Géographie.</li> <li>- Opération petit-déjeuner.</li> <li>- Rédaction de menus équilibrés et réalisation d'affiches en français.</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention de la « P'tite fabrique de soi » afin de sensibiliser les élèves aux risques des addictions aux écrans.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réflexion autour de l'adaptation du corps lors d'un effort physique en SVT.</li> </ul>

Collège HENRI BAUMONT (Beauvais)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation d'un raid VTT.</li> <li>- Partenariat signé avec le club de Volley de Beauvais afin de diminuer le prix des licences des élèves affiliés à l'association sportive du collège.</li> <li>- Découverte de l'activité cirque avec une association locale.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention du CPIE de l'Oise : atelier « Savoir décrypter les étiquettes, lister les meilleurs ustensiles de cuisson pour la santé, découvrir de nouveaux goûts ».</li> <li>- Découverte d'une ferme « Les Prés salés » à travers une exploitation limitant l'impact des pesticides en les remplaçant par l'utilisation des insectes. Présentation d'un élevage bovin.</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention de la « P'tite fabrique de soi » afin de sensibiliser les élèves et parents aux risques des addictions aux écrans.</li> </ul>

Collège CLAUDE DEBUSSY (Margny-lès-Compiègne)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation de la fête du sport au collège.</li> <li>- Cycle natation.</li> <li>- Organisation de journées sportives : randonnées pédestres et VTT, sortie escalade.</li> <li>- Organisation d'un séjour sportif sur la côte d'Opale.</li> <li>- Organisation d'un challenge sportif parents/enfants.</li> <li>- Découverte de la marche nordique.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ateliers sur l'équilibre alimentaire animés par les élèves infirmiers.</li> <li>- Intervention du CPIE de l'Oise : atelier fabrication « Savoir décrypter les étiquettes, lister les meilleurs ustensiles de cuisson pour la santé, découvrir de nouveaux goûts » et « Découverte de l'apiculture ».</li> <li>- Visite AMAP du secteur, mise en place d'un potage avec utilisation des déchets de l'atelier HAS.</li> </ul>
ADDICTIONS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention de la « P'tite fabrique de soi » afin de sensibiliser les élèves et parents aux risques des addictions aux écrans.</li> </ul>

Collège LA FONTAINE DES PRES (Senlis)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passage des tests de condition physique.</li> <li>- Organisation d'une randonnée pédestre enfants/parents.</li> <li>- Montage d'un spectacle de cirque.</li> <li>- Organisation d'un tournoi des écoles en handball.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opération petit-déjeuner.</li> <li>- Notions alimentaires abordées avec les enseignants d'SVT.</li> <li>- Obtention du label développement durable : mise en place d'un frigo pour laisser les aliments non touchés pour les élèves ayant encore faim, travail sur les quantités dans les assiettes</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Création d'un groupe d'ambassadeurs de la santé afin d'animer cette thématique dans l'établissement.</li> </ul>

### 2.1.3. Dans la Somme

Collège VICTOR HUGO (Ham)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activités danse et step quotidiennes.</li> <li>- Présentation des activités danse et step aux écoles REP du secteur.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opération petit-déjeuner.</li> <li>- Intervention d'une diététicienne à propos de l'équilibre alimentaire de l'adolescent à destination des élèves et des parents.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formation PSC1 pour l'ensemble des élèves de 3<sup>ème</sup>.</li> <li>- Liaison inter degrés autour des gestes qui sauvent suite à la formation PSC1</li> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

Lycée JEAN CHARLES PELTIER (Ham)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation de tournois sportifs avant les vacances scolaires.</li> <li>- Participation au challenge des lycéennes.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'une diététicienne à propos de l'équilibre alimentaire de l'adolescent à destination des élèves.</li> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> </ul>

Collège JULES FERRY (Conty)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promotion des bienfaits des activités physiques et sportives à raison d'une heure de pratique sportive hebdomadaire animée par une association locale.</li> <li>- Participation à des sorties APPN (kayak, paddle, voile, etc.).</li> <li>- Intervention du CDOS de l'Oise : SuperQuizz Sport santé + découverte d'une activité sportive.</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires.</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervention d'un podologue sur le chaussage.</li> </ul>

### 2.1.4 Dans le Pas-de-Calais

Collège DAVID MARCELLE (Billy Montigny)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interventions d'un kinésithérapeute sur               <ul style="list-style-type: none"> <li>• les gestes et postures (port du cartable, posture sur le bureau)</li> <li>• les protocoles de récupération pour les élèves en section sportive (handball et football)</li> </ul> </li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interventions d'une diététicienne sur le petit déjeuner et la collation du matin pour les élèves dans un premier temps, puis pour leur parent</li> </ul>
HYGIENE DE VIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation d'ateliers dans le cadre du Parcours du cœur sous la forme d'un parcours à thème (scientifique, alimentaire et sportif) : réalisation d'une pyramide alimentaire, jeux autour d'un menu équilibré, composition de brochettes de fruits... ; relaxation et lecture ; course d'orientation ; ateliers « scientifiques » sur la circulation du cœur, atelier puzzle cœur poumons</li> </ul>
AUTRES	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Journée Handicap avec pour objectifs de sensibiliser les jeunes sur le handicap et la différence ; déstigmatiser le mot et repérer les différents types ; montrer les différents outils compensatoires en faisant passer des messages de tolérance et de bienveillance ; mieux intégrer les élèves d'ULIS</li> </ul>

Collège JEAN MACE (Hénin Beaumont)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mise en place d'une journée inter-degrés (CM1-CM2/6<sup>ème</sup>-5<sup>ème</sup>) d'ateliers « Bouge une priorité pour ta santé » avec pour objectifs de découvrir et pratiquer des activités physique pendant ½ journée et susciter l'attrait du sport et l'envie de bien-être ; développer les compétences psychosociales : goût de l'effort, de la persévérance, confiance en soi et en l'autre, travail d'équipe, coopération, socialisation, autonomie (chaque atelier déclinaît une qualité ou un adverbe en lien avec cela).</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réalisation d'un menu équilibré par les élèves internes et le service de production de la cantine : de la conception à l'assiette en passant par le menu, le budget, les achats, et la réalisation et valorisation de ce qui a été fait. Un set de table pour l'ensemble des élèves a d'ailleurs été réalisé.</li> <li>- Sortie à la Cité Nature à Arras</li> </ul>

Lycée LA PEUPLERAIE (Sallaumines)	
ACTIVITE PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Raid VTT : « Un grand délire vaut mieux que des petits délits ». Sur une semaine, 11 élèves et 4 professeurs ont pédalé 200 km de Sallaumines jusqu'au Touquet. Au-delà du sport, ce raid avait aussi une visée citoyenne. Ainsi, lors de leurs étapes à Arras et au Touquet, les lycéens sallauminois sont intervenus dans des collèges, ont présenté leur établissement, leurs formations et venaient échanger autour des dérives sectaires et de radicalisation.</li> <li>- Séance de sophrologie (réalisée par le professeur d'EPS) pendant les cours d'EPS avec les élèves volontaires</li> </ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interventions d'une diététicienne sur le déjeuner, des repas pris « sur le pouce » auprès des élèves</li> </ul>

Collège MICHELET (Lens)	
ACTIVITE PHYSIQUE	- Achat de matériel sportif dans le cadre de séances UNSS
ALIMENTATION	- Intervention Nutrikeo sur les dérives possibles en termes de marketing alimentaires. L'objectif notamment est de permettre aux élèves d'identifier davantage les méthodes employées afin de pouvoir se protéger au mieux. - Interventions d'une diététicienne sur le petit déjeuner et la collation du matin avec les élèves

Collège JEAN JAURES (Lens)	
ACTIVITE PHYSIQUE	- Achat de podomètres dans le cadre du défi « 1h sans mon écran » pendant 3 semaines - Séances sur le souffle et l'effort dans le cadre des cours EPS, SVT, avec la réalisation d'une affiche.
ALIMENTATION	- Concours réalisation d'un sandwich équilibré en partenariat avec une classe SEGPA - Liens du programme SVT avec l'EPS
ADDICTIONS	- Séance « Entre mes doigts » sur le souffle et le tabac/chicha, par l'infirmière

Lycée ROBESPIERRE (Lens)	
ACTIVITE PHYSIQUE	- Passage des tests de condition physique - Achat de podomètres (visite ferme, sortie sur le terril) - Initiation au tir à l'arc avec l'association locale - Course d'orientation sur le terril proche de l'établissement
ALIMENTATION	- Visite d'une ferme pédagogique : élevage du bétail, produits locaux, de saison, fabrication du beurre - Interventions d'une diététicienne : petit-déjeuner et goûter, alimentation équilibrée, les fast-food et les alternatifs. - Stand au sein du lycée : découverte des agrumes - Utilisation d'outils (cours PSE) du COREPS, jeu cuisine, Nutrissimo - Séances EPS débutant par un travail (et dégustation) sur les petits déjeuner et collation : comment bien les composer, quels différents types de féculents trouver ? quels rôles des oléagineux et féculents ?
ADDICTIONS	- Séance « Entre mes doigts » sur le souffle et le tabac/chicha, par l'infirmière
HYGIENE DE VIE	- Intervention d'un sophrologue pour aborder la thématique du sommeil

## 2.3 Détails des activités Modélisation

### 2.3.1 Territoire de Lens (Nord-Ouest)

Concernant les actions concrètes :

- Création d'un guide des associations : la ville a développé et mis à jour son propre outil sur son site Internet récemment. Le financement alloué servira à diffuser l'information des « Ecoles du sport » aux établissements scolaires ou bien sera réinvesti sur une autre action concrète plus pertinente ;
- Formation à l'entretien motivationnel : la session de 4 jours de formation devrait avoir lieu en décembre 2019 (2,3,4,19 décembre 2019). La Direction des Sports sonde actuellement les professionnels intéressés (éducateurs sportifs, animateur et directeur Maison des Jeunes, animateur Centre social, ...)
- Formation ICAPS : une communication plus large sera réalisée à partir de septembre par l'I'REPS et la Mutualité Française Hauts-de-France afin d'élargir le territoire et former d'autres acteurs.
- Débats santé : l'action a été proposée à la ville et est intéressée. C'est à elle de la mettre en œuvre au niveau locale. La Mutualité Française Hauts-de-France a proposé d'effectuer le lien avec les prestataires de son réseau.
- Mercredis et/ou samedis découverte : dans le cadre de cette préconisation, la Direction des Sports et la Maison des Jeunes souhaitent proposer des sessions d'entraînement en vue de l'évènement local « Urban Trail 2019 » qui aura lieu le 30 novembre. L'idée est d'encourager les jeunes du collège et du lycée « Bouge » à participer (en leur offrant la participation financière à la course), et à venir s'entraîner avec les animateurs de la Maison des Jeunes.
- Achat de matériels : les établissements « Bouge » ont plus ou moins sollicité l'enveloppe qui leur était accordée pour s'octroyer du matériel sportif. Cette préconisation a alors été élargie à la Maison des Jeunes : en effet, ayant un potager à disposition des jeunes, et des espaces extérieurs (cour + jardin), il sera sûrement question d'outiller la MDJ en divers matériels permettant le développement d'animation sur la nutrition

Dans le cadre de ce dernier point, des actions supplémentaires vont être mises en place avec la Maison des Jeunes. En effet, durant l'année scolaire, celle-ci accueille chaque midi une soixantaine de jeunes issus du collège et du lycée. Pour la direction et les animateurs, il s'agit là d'une opportunité pour les sensibiliser sur divers sujets. Il a été alors évoqué :

- 1 atelier avec notre partenaire Nutrieko sur le marketing alimentaire
- 3-4 ateliers alimentation avec notre réseau Diététiciennes (thème à définir prochainement)
- 1 atelier addictions avec notre partenaire Unis Cité Lens
- 1 atelier addictions Ecrans
- 1 semaine d'exposition « Les écrans » d'Unis cité Lens

### 2.3.2 Territoire de Ham

Concernant les actions concrètes :

- Création d'un guide des associations : la ville a développé son propre outil sur son site Internet. Le financement alloué servira à créer un outil dématérialisé qui sera transmis dans les établissements scolaires ;
- Formation à l'entretien motivationnel et à la méthodologie ICAPS : une communication locale a été effectuée. Peu de retour. A la suite de ce retour :
  - o Formation entretien motivationnel : les personnes souhaitant suivre cette formation se rendront à Saint-Quentin lors du second semestre 2019 pour être formé.
  - o Formation ICAPS : une communication plus large sera réalisée en septembre par l'IREPS et la Mutualité Française Hauts-de-France afin d'élargir le territoire et former d'autres acteurs.
- Achat de podomètres : les podomètres ont été livrés courant juin. La ville doit mettre en place le défi lors du second semestre 2019 ;
- Achat de matériels pour les établissements scolaires : les deux établissements scolaires ont reçu leur matériel :
  - o Une nouvelle table extérieure de tennis de table pour le collège : le collège disposait déjà d'une table mais le succès de cette activité durant la pause méridienne ne permettait pas à l'ensemble des élèves désirant pratiquer de le faire. Cet achat permettra à d'autres élèves de pratiquer une activité physique hebdomadaire.
  - o Du matériel d'escalade pour le lycée : développement de cette activité pour les élèves internes. En effet, ces derniers, sédentaires, n'avaient pas le matériel nécessaire pour pratiquer. C'est chose faite.
- Mercredis et/ou samedis découverte : l'action a été proposée à la ville. C'est à elle de la mettre en œuvre avec les associations locales ;
- Débats santé : l'action a été proposée à la ville. C'est à elle de la mettre en œuvre au niveau locale. La Mutualité Française Hauts-de-France a proposé d'effectuer le lien avec les prestataires de son réseau.

Au-delà de ces préconisations, des liens ont été initiés par la Mutualité Française Hauts-de-France et les acteurs locaux :

- Mise en place de l'action « *Caries Bouh* » sur l'hygiène bucco-dentaire dans les écoles maternelles du secteur dans le cadre du Parcours Educatif de Santé.
- Conception d'une action sur la promotion des dépistages organisés des cancers. Des réunions partenariales ont eu lieu et des actions seront mises en œuvre lors du second semestre 2019 selon validation de l'ARS.

## 2.4 Présentation de l'évaluation

Pour répondre aux objectifs de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! », l'évaluation mise en place consiste en :

- Pour les élèves :
  - Un questionnaire T0 en début d'année sur les connaissances et comportements ;
  - Un questionnaire T1 en fin d'année sur les connaissances, modifications de comportement et satisfaction ;
- Pour les parents :
  - Un questionnaire en fin d'année scolaire sur des informations générales, sur la connaissance et la participation aux actions ainsi que sur les comportements des enfants et de la cellule familiale.
- Pour les équipes pédagogiques :
  - Un questionnaire en fin d'année scolaire sur les comportements des élèves et la satisfaction au programme.
- Pour les partenaires :
  - Un questionnaire en fin d'année scolaire sur les connaissances, comportements des élèves et sur la satisfaction vis-à-vis du programme et des relations avec la Mutualité Française Hauts-de-France.

## 2 Résultats de l'évaluation et interprétation

### 3.1. Evaluation de la procédure

#### 3.1.1. Etablissements et élèves

**24 établissements** étaient inscrits au sein de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » en début d'année scolaire. Il s'agit des collèges et lycées suivants :

Département	Ville	Etablissement	Classe(s)	Nombre d'élèves impliqués	Ancienneté sur le projet
Aisne	Wassigny	Collège de Wassigny	5 <sup>ème</sup>	59	3 <sup>ème</sup> année
	Coucy-le-Château	Collège Léon Droussent	5 <sup>ème</sup>	55	3 <sup>ème</sup> année
	Guise	Lycée professionnel Dolto	3 <sup>ème</sup> à 1 <sup>ère</sup>	19	3 <sup>ème</sup> année
		Collège Camille Desmoulins	5 <sup>ème</sup> à 3 <sup>ème</sup>	27	2 <sup>ème</sup> année
	Rozoy-sur-Serre	Collège Jules Ferry	5 <sup>ème</sup>	19	9 <sup>ème</sup> année
	Sissonne	Collège Froehlicher	5 <sup>ème</sup>	26	8 <sup>ème</sup> année
	Fère-en-Tardenois	Collège Anne de Montmorency	5 <sup>ème</sup>	123	5 <sup>ème</sup> année
	Villers Cotterêts	Collège Max Dussuchal	5 <sup>ème</sup>	29	6 <sup>ème</sup> année
Collège François 1 <sup>er</sup>		5 <sup>ème</sup>	59	4 <sup>ème</sup> année	
Oise	Villers Saint Paul	Collège Emile Lambert	5 <sup>ème</sup>	25	3 <sup>ème</sup> année
	Méru	Lycée Condorcet	2 <sup>nde</sup>	35	3 <sup>ème</sup> année
		Collège Pierre Mendès France	5 <sup>ème</sup>	50	6 <sup>ème</sup> année
	Beauvais	Collège Henri Baumont	4 <sup>ème</sup>	49	6 <sup>ème</sup> année
	Margny-lès-Compiègne	Collège Claude Debussy	6 <sup>ème</sup> à 4 <sup>ème</sup> SEGPA	48	7 <sup>ème</sup> année
	Senlis	Collège La Fontaine des Prés	6 <sup>ème</sup>	125	3 <sup>ème</sup> année
Pas-de-Calais	Lens	Collège Jean Jaurès	5 <sup>ème</sup>	23	1 <sup>ère</sup> année
		Collège Michelet	6 <sup>ème</sup>	19	1 <sup>ère</sup> année
		Lycée professionnel Robespierre	2 <sup>nde</sup>	23	1 <sup>ère</sup> année
	Hénin-Beaumont	Collège Jean Macé	6 <sup>ème</sup> - 5 <sup>ème</sup>	15	1 <sup>ère</sup> année
	Sallaumines	Lycée professionnel La Peupleraie	1 <sup>ère</sup>	42	1 <sup>ère</sup> année
	Billy-Montigny	Collège Marcelle	6 <sup>ème</sup> - 5 <sup>ème</sup>	30	1 <sup>ère</sup> année
Somme	Ham	Collège Victor Hugo	3 <sup>ème</sup>	99	1 <sup>ère</sup> année
		Lycée Jean Charles Peltier	2 <sup>nde</sup>	16	1 <sup>ère</sup> année
	Conty	Collège Jules Ferry	6 <sup>ème</sup> à 3 <sup>ème</sup>	30	6 <sup>ème</sup> année

Ce sont donc au total, **1045** élèves inscrits en début d'année scolaire.

### 3.1.2. Mise en œuvre de l'action

Il est demandé aux établissements scolaires de mettre en œuvre un minimum de 3 actions d'éducation pour la santé dans l'année. Ce quota est largement atteint car **172 actions d'éducation pour la santé** (cf. liste dans la partie 2.1. Détail des activités menées) **se sont déroulées** sur 72 demandées.

Au-delà des actions, trois rassemblements sportifs départementaux ont eu lieu, comme prévu initialement.

Départements	Date	Lieu	Nombre de jeunes présents	Nombre d'activités sportives proposées
Pas-de-Calais	14 mai 2019	Stade Couvert Arena Lens-Liévin	110	18
Oise	4 juin 2019	Plan d'eau Canada Beauvais	357	26
Aisne	11 juin 2019	Axo'Plage Monampteuil	560	35

### 3.1.3. Moyens humains et financiers

Les moyens humains affectés à l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » ont tous été déployés. Il s'agit du temps consacré par le coordinateur et la coordinatrice adjointe, les chargés de prévention, les chargés de communication et la comptable de la Mutualité Française Hauts-de-France.

Moyens humains (au 31 août 2019) (Mutualité Française Hauts-de-France)	Prévu	Réalisé
Coordinatrice régionale adjointe	28h	23h
Chargés de prévention	1393h	1023h25
Chargés de communication	7h	17h35

Les moyens financiers prévisionnels ont permis de répondre à toutes les demandes des établissements scolaires et ont permis de mettre en œuvre l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » telle ci-dessous s'étale, comme défini avec l'Agence Régionale de Santé, du 1<sup>er</sup> septembre 2018 au 31 décembre 2019.

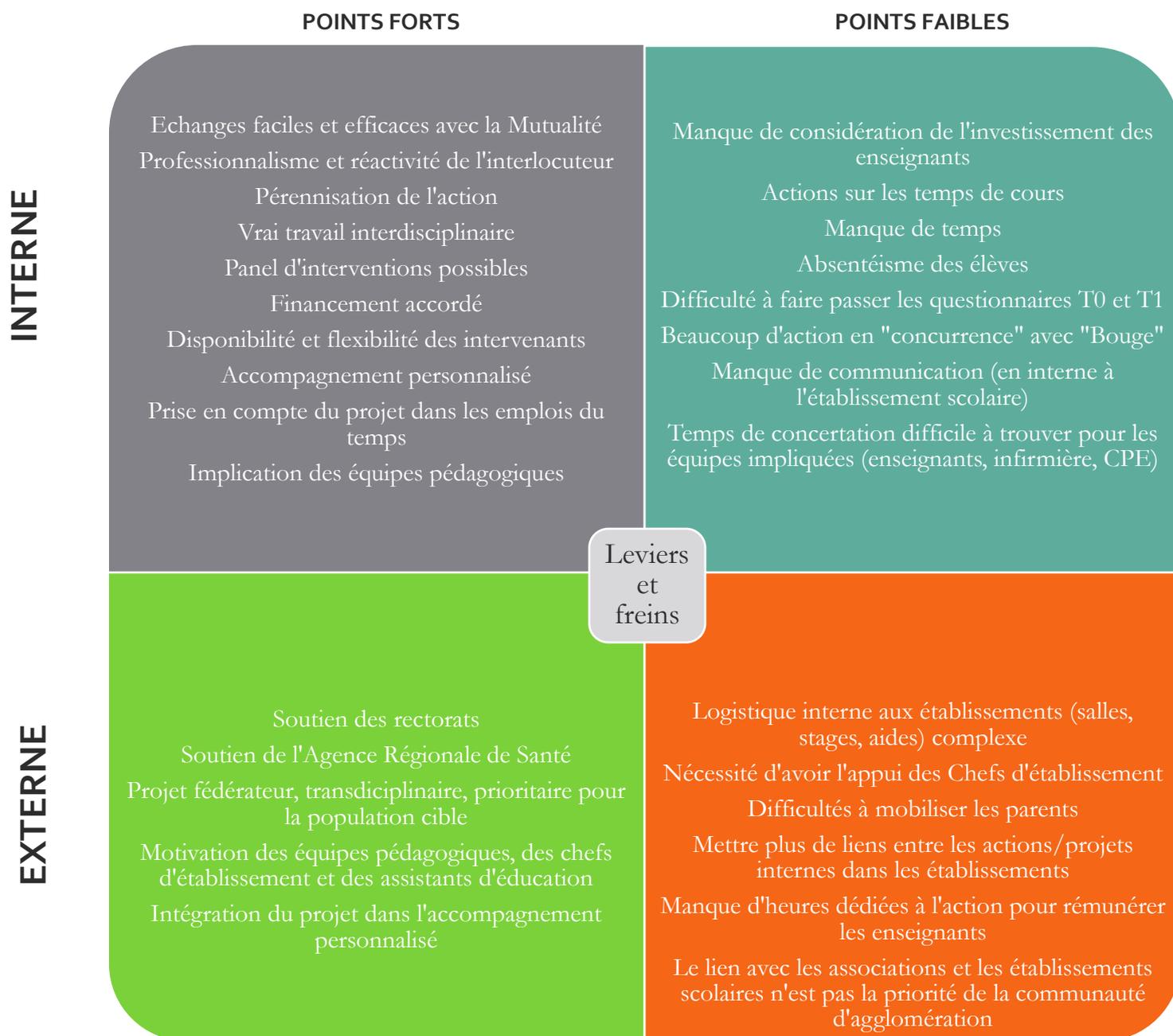
<b>Nature des dépenses</b>	<b>Budget prévisionnel</b>	<b>Budget dépensé (au 31 août 2019)</b>
<b>Autres services extérieurs</b> Rémunérations intermédiaires et honoraires Publicité, publication Déplacements, missions Services bancaires, autres	40 225€	24 025€
<b>Services extérieurs</b> Locations Entretien et réparation Assurance Documentation	3 313€	2 896€
<b>Achats</b> Prestations de services Achats matières et fournitures Autres fournitures	62 798€	48 945€
<b>TOTAL</b>	<b>106 336 €</b>	<b>75 866€</b>
<b>Budget restant (frais inhérents à l'action)</b>		<b>30 470 €</b>

NB : Dans les 30 470€ restant, 12 236,34€ sont dédiés à la modélisation « Bouge... ». Le solde restant au 31 août pour l'action « Bouge... » dite classique est de 18 233,66€.

Les comptes étant arrêtés en décembre 2019, les dépenses définitives seront transmises aux partenaires lors du premier trimestre 2020.

### 3.1.4. Freins et leviers à la mise en place de l'action

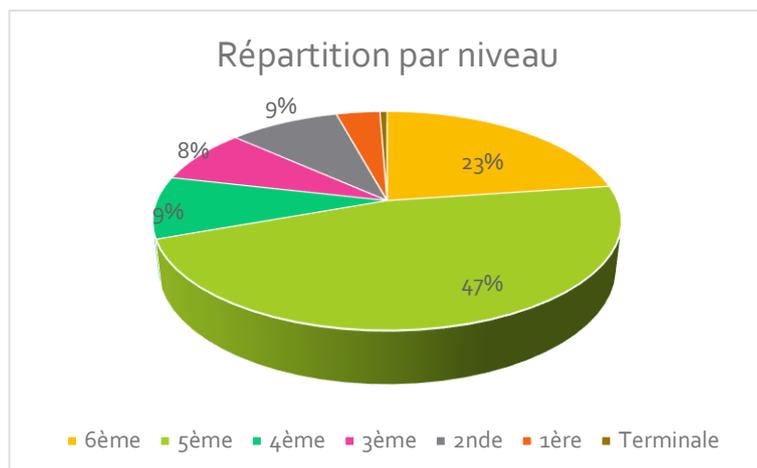
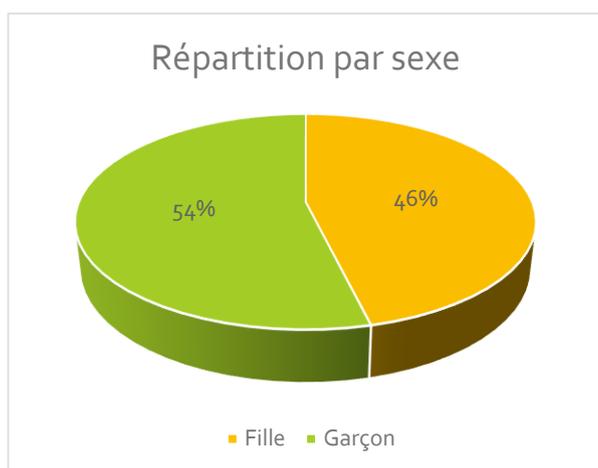
Ci-dessous un tableau récapitulatif des freins et des leviers à la mise en place de l'action suite aux retours des partenaires opérationnels, équipes pédagogiques et chargés de prévention de la Mutualité Française Hauts-de-France.



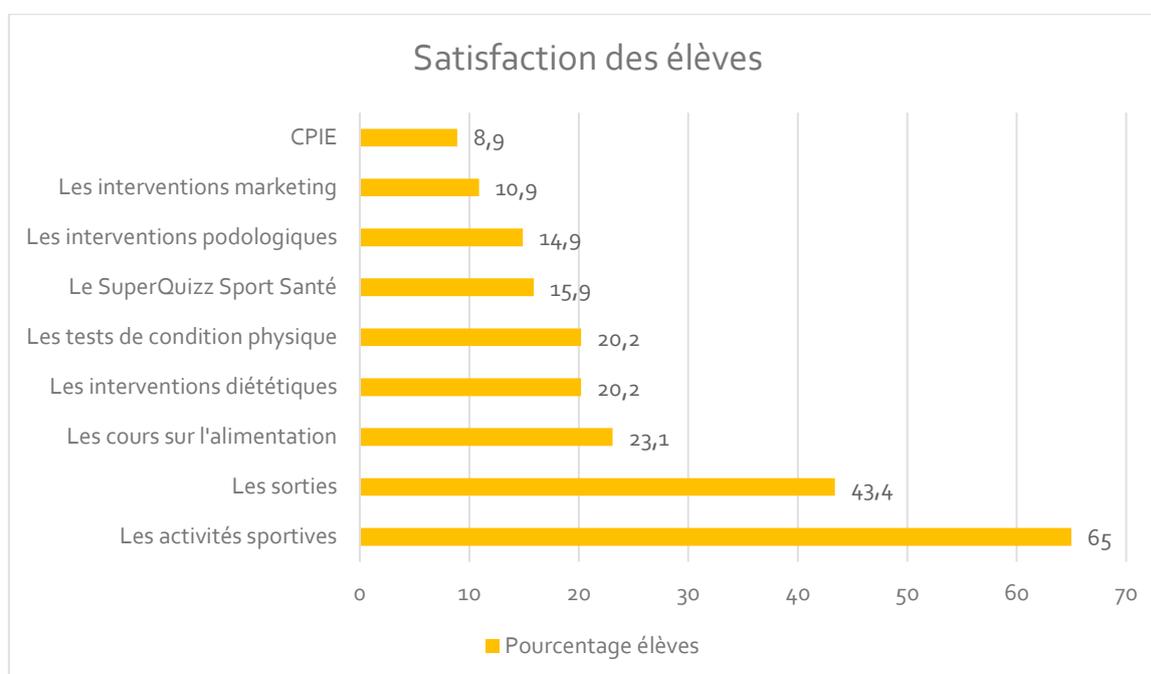
## 3.2. Evaluation de processus

### 3.2.1. Public

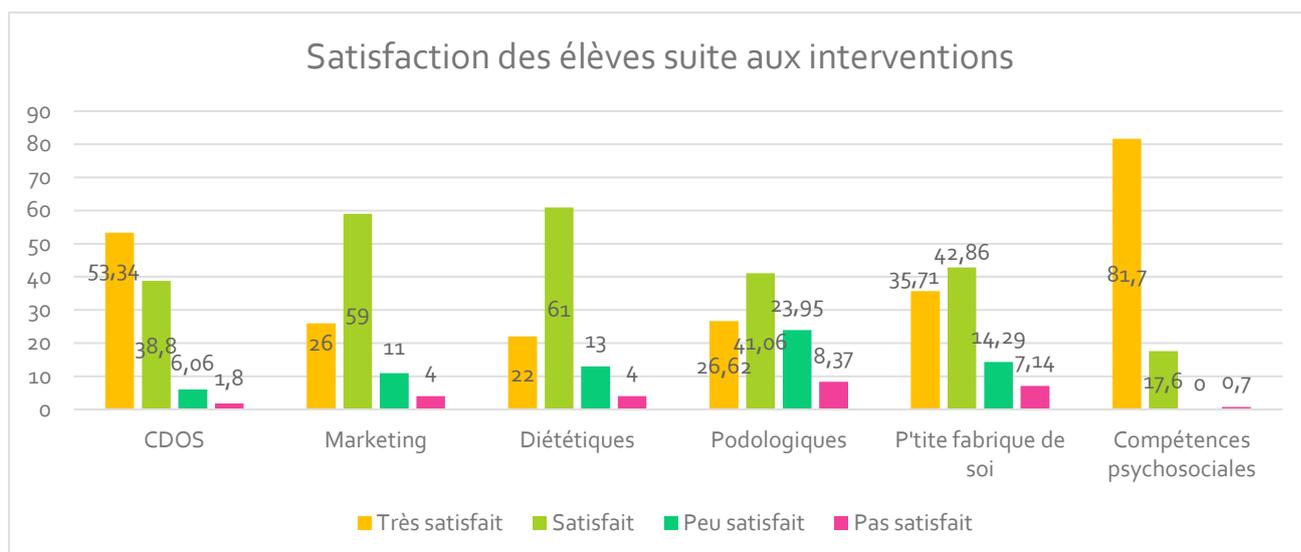
1045 élèves étaient inscrits dans l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » lors de l'année scolaire 2018/2019. L'équité par genre est respectée avec 46.2% de filles et 53.8% de garçons. Enfin, notons que la majorité des élèves ayant participé aux actions étaient en 5<sup>ème</sup> (47%).



Concernant la satisfaction, les élèves ont préféré les activités sportives et les sorties. Viennent ensuite les cours sur l'alimentation et les interventions diététiques.



Au niveau des interventions plus précisément, les élèves sont satisfaits des interventions diététiques, marketing, CDOS, podologue, P'tite fabrique de soi et sur les compétences psychosociales.



### 3.2.3. Partenaires

Tous ont répondu présents en cours d'année. Les collèges et lycées ont sollicité les partenaires « historiques » de l'action (diététiciennes, consultant marketing, chargés de missions des CDOS, podologue) mais également des partenaires locaux : clubs sportifs, professionnels de santé, associations diverses, compagnies de théâtre, etc. En effet, la sollicitation de partenaires locaux était une priorité cette année afin de cibler davantage l'environnement physique et organisationnel favorisant la pratique de l'activité physique dans et autour de l'école, de la ville et ceci au quotidien et pendant les loisirs des jeunes (cf. démarche ICAPS).

Au niveau opérationnel, la Mutualité Française Hauts-de-France et les établissements se sont associés avec :

- Nutrikéo : Agence de conseil en stratégies nutrition afin d'animer des actions d'éducation pour la santé autour du marketing alimentaire ;
- CDOS Aisne, Oise, Somme : afin d'animer des actions d'éducation pour la santé autour de l'hygiène de vie du sportif ;
- Elise Marie/Fabrice Coutant : podologues du sport afin d'animer des actions d'éducation pour la santé autour de l'intérêt d'être bien chaussé ;
- Nicolas Gilles : masseur-kinésithérapeute du sport afin d'animer des actions d'éducation pour la santé autour des postures (au bureau, port du cartable) et des protocoles de récupération pour les sportifs ;
- Réseau de diététiciennes : afin de sensibiliser les élèves aux bienfaits d'une alimentation équilibrée.
- Réseau de sophrologues : afin de sensibiliser à la thématique du sommeil
- La p'tite fabrique de soi : afin d'animer des interventions autour des addictions aux écrans.
- Les CPIE de l'Aisne et de l'Oise : afin d'animer des actions d'éducation pour la santé en lien avec le gaspillage alimentaire et la valorisation des circuits courts.

Vous retrouverez ci-dessous le nombre d'interventions des partenaires de l'action :

Partenaires	Nombre d'interventions
CDOS :	
- Aisne	8 interventions
- Oise	2 interventions
- Somme	0 intervention
CPIE :	
- Aisne	13 interventions
- Oise	4 interventions
Nutrikéo	10 interventions
Podologue	15 interventions
Diététiciennes	27 interventions
Kinésithérapeute	3 interventions
Sophrologue	1 intervention
P'tite fabrique de soi	5 interventions

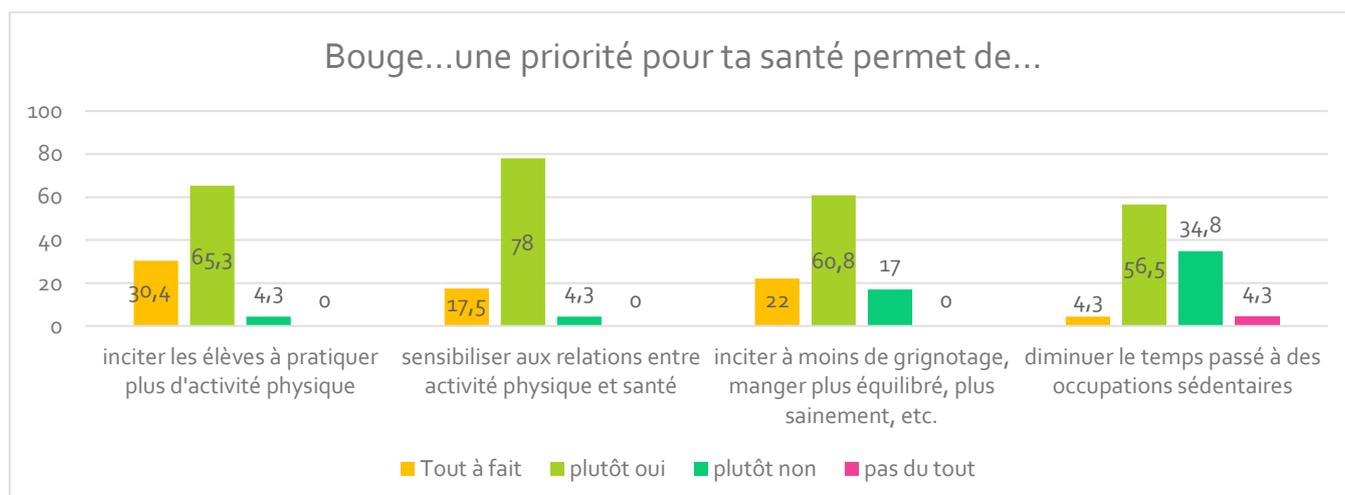
Parmi les partenaires ayant répondu à l'évaluation, 100% sont très satisfaits ou satisfaits de leurs interventions dans les établissements scolaires. Ils le sont également des relations établies avec la Mutualité Française Hauts-de-France.

### 3.2.3. Information et communication

La Mutualité Française Hauts-de-France a communiqué sur l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » lors des rassemblements départementaux. Trois retombées presse (en annexes) ont été constatées.

### 3.2.4. Adéquation de l'action au public

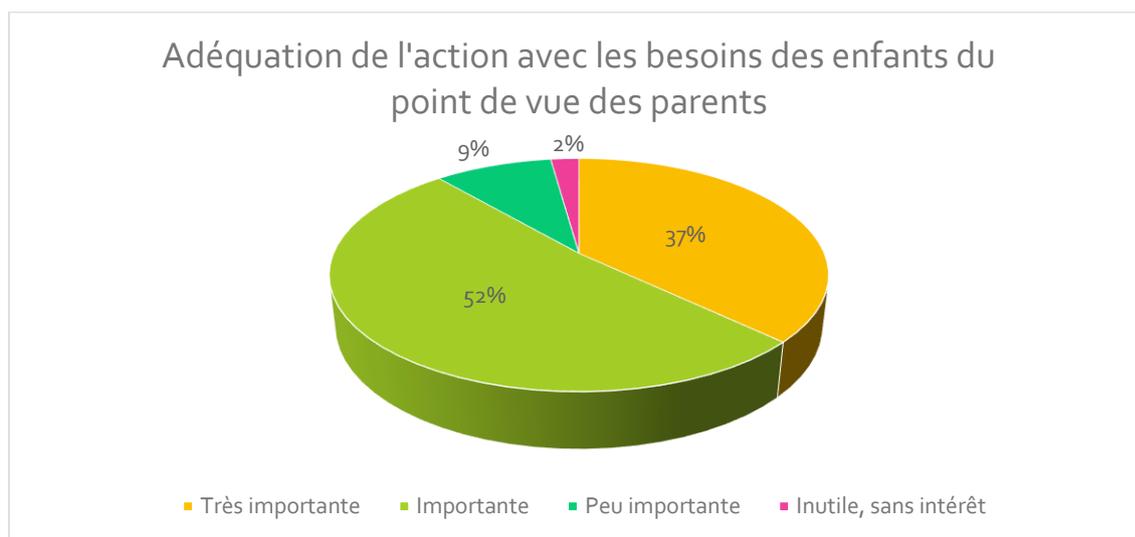
Pour les équipes pédagogiques, l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » contribue à :



Par rapport à l'an dernier, à titre de comparaison, ces données sont :

- en augmentation sur l'incitation à la pratique d'activité physique ;
- constantes sur la sensibilisation aux relations activité physique/santé et la diminution du temps sur les activités sédentaires.

Du point de vue des parents, la mise en place de ce type d'action de prévention et de promotion de la santé est très ou importante dans les établissements scolaires.



### 3.2.5. Suivi de l'action

**Le comité de pilotage** s'est tenu le 25 septembre 2018 à la Communauté Urbaine d'Arras. 33 invitations ont été envoyées pour 11 personnes présentes (17 personnes excusées).

L'ordre du jour était le suivant :

- Bilan de l'année 2017/2018,
- L'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » en 2019,
- Questions diverses.

Les grands enseignements sont les suivants :

- Les objectifs sont atteints,
- Le projet est étendu dans 6 établissements du Pas-de-Calais,
- La Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt (DRAAF) devient un partenaire financier pour une année ;
- De nouveaux partenariats sont envisagés afin d'aborder les circuits courts et le gaspillage alimentaire mais aussi les addictions aux écrans.
- Déploiement de la modélisation ICAPS au sein des villes de Lens et Ham selon retour de l'ARS à venir.

**Une réunion technique** entre le service santé du rectorat de l'Académie d'Amiens et la Mutualité française Hauts-de-France a eu lieu le 28 mai 2019 afin de faire un premier bilan de l'année scolaire écoulée. Il a notamment été question de la mise à jour de la convention de partenariat entre la Mutualité Française Hauts-de-France et le rectorat de l'Académie d'Amiens. Les grands enseignements sont les suivants :

- Mettre à jour l'accord cadre et la convention de partenariat selon les documents signés avec l'Académie de Lille.
- Améliorer la communication entre les deux entités :
  - o Prévoir une rencontre entre le Président de la Mutualité Française Hauts-de-France et la Rectrice comme cela se faisait précédemment ;
  - o Envoyer des informations au rectorat au cours de l'année afin de valoriser l'action sur les sites académiques.

### 3.3. Evaluation de résultats

Pour rappel, le programme « Bouge...une priorité pour ta santé ! » a pour objectif général de :

- Promouvoir les projets de type ICAPS auprès des élèves de 11 à 18 ans scolarisés dans les collèges et lycées sélectionnés dans la région Hauts-de-France.

Et de 4 objectifs spécifiques :

- Promouvoir les bienfaits et la pratique régulière d'une activité physique en agissant sur les milieux de vie et les déterminants de santé,
- Promouvoir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée,
- Sensibiliser aux risques des addictions,
- Impliquer les parents dans les actions d'éducation pour la santé.

Les résultats sont basés sur les 24 établissements de l'action sur un retour effectif de :

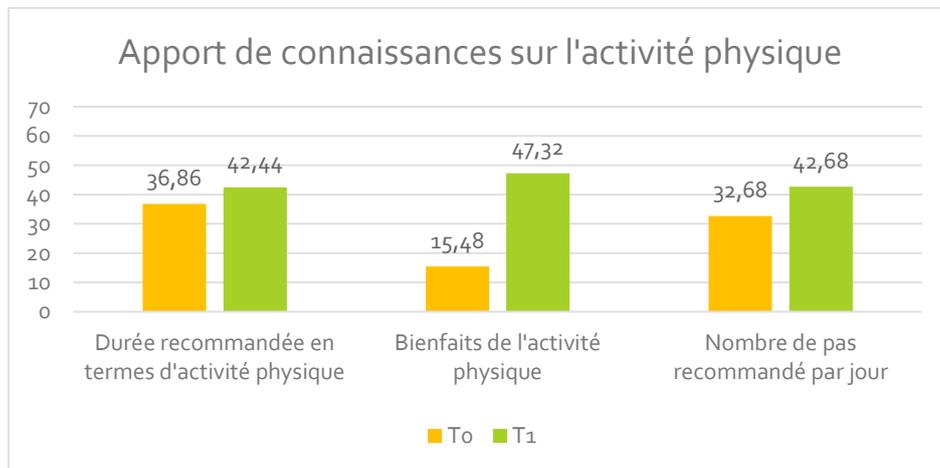
- **861 élèves** (83% de retour) pour le questionnaire T0 et **484 élèves** (46% de retour) pour le questionnaire T1,
- **280 parents** (27% de retour),
- **23 établissements** (96% de retour),
- **7 diététiciennes** (100%),
- **1 consultant marketing** (100%),
- **1 podologue** (100%),
- **2 chargés de missions** CDOS (100%)
- **1 kinésithérapeute** (100%)

NB : Le nombre de questionnaires « Elève » réceptionnés est suffisant pour en déduire des conclusions selon le test des proportions appliquées.

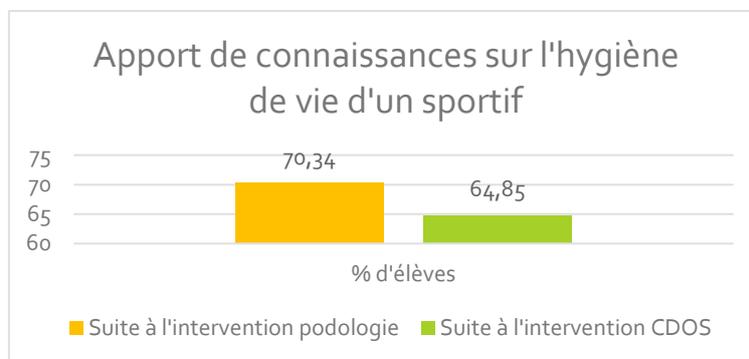
NB : Les résultats des questionnaires T0 et T1 sont comparés à l'aide du test statistique khi<sup>2</sup> afin d'en déduire des différences significatives ou non.

### 3.3.1. Promouvoir les bienfaits et la pratique régulière d'une activité physique en agissant sur les milieux de vie et les déterminants de santé

#### 3.3.1.1. Apport de connaissances



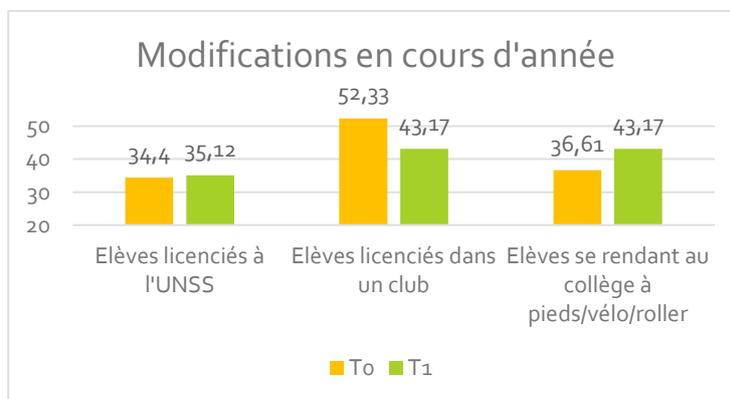
Nous pouvons remarquer une augmentation des connaissances sur les trois items demandés : la durée recommandée en termes d'activité physique, les bienfaits de l'activité physique et sur le nombre de pas recommandé à faire par jour. Cet apport de connaissances est très significatif ( $p < 0.01$ ) hormis pour la durée recommandée en termes d'activité physique.



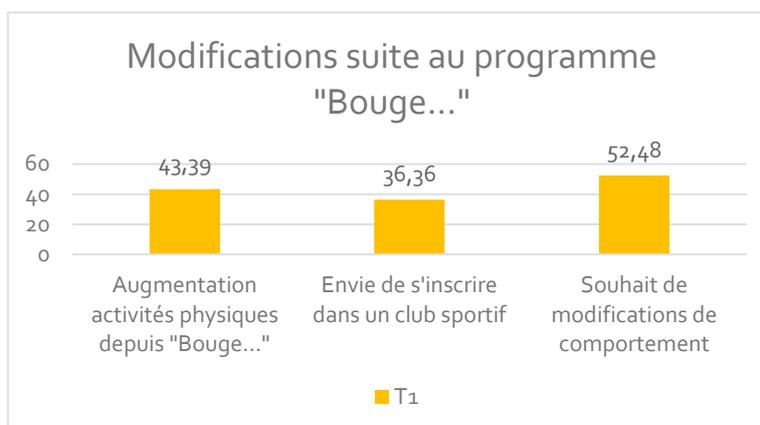
Suite aux interventions de la podologue ou des chargés de missions des CDOS, nous constatons un apport de connaissances sur l'hygiène de vie d'un sportif pour la plupart des élèves.

### 3.3.1.2. Modifications des comportements

Lors de leurs interventions, les intervenants ont constaté des conduites inappropriées en termes d'hygiène de vie chez l'ensemble des élèves. Cependant, à la suite de ces dernières, des modifications de comportements sont présentes.



Nous pouvons constater une augmentation du nombre de licenciés à l'UNSS ainsi qu'un nombre plus important d'élèves se rendant au collège ou au lycée à pieds/vélo/roller. A contrario, nous remarquons un pourcentage moindre d'élèves licenciés dans un club. L'augmentation d'élèves licenciés à l'UNSS et se rendant au collège à pieds/vélo/roller n'est pas significative ( $p > 0.05$ ). A l'inverse la diminution d'élèves licenciés dans un club l'est ( $p = 0.018$ ). Cette donnée que nous retrouvons pour la seconde année consécutive est inquiétante. En effet, les élèves doivent décrocher de leur association en cours d'année pour des raisons qui restent indéterminées. Cet élément sera remonté au mouvement sportif.

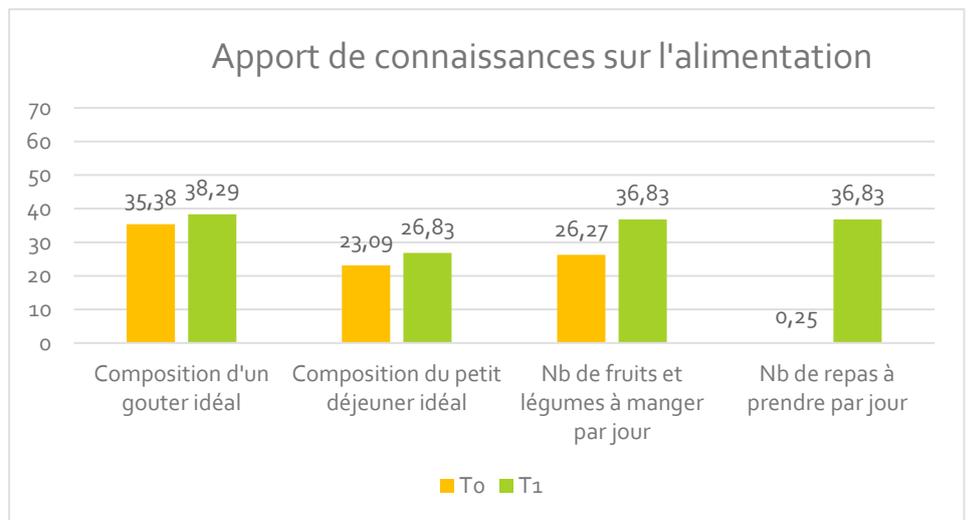


Suite aux actions d'éducation pour la santé menées dans l'année, 43,39% des élèves déclarent pratiquer plus d'activités physiques, ils sont 36,36% à avoir envie de s'inscrire dans un club grâce à « Bouge... », 44,09% déclarent avoir modifié leurs moyens de se déplacer (ils vont plus souvent à pied au collège/lycée, chercher le pain à pied, prennent moins la voiture, ...), 34,25% déclarent prendre davantage les escaliers. et 52,48% souhaitent modifier leur comportement vis-à-vis de l'activité physique sur le long terme.

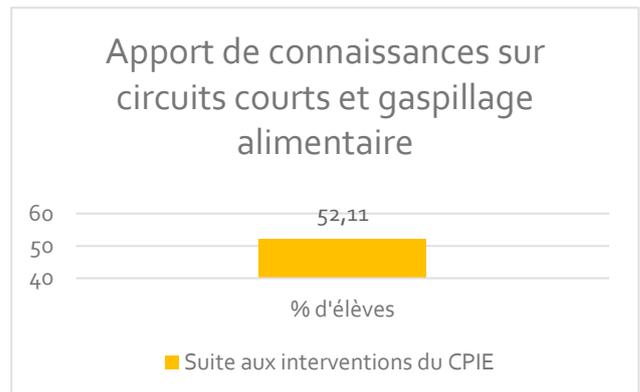
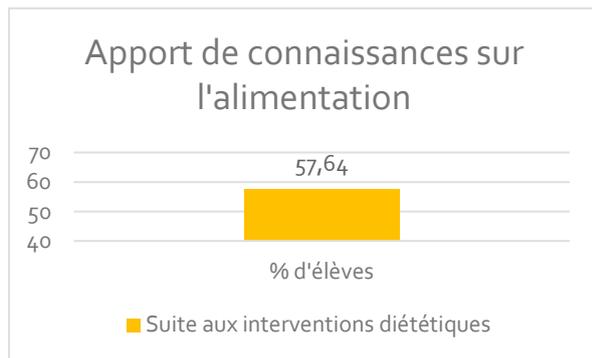
### 3.3.2. Promouvoir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée

#### 3.3.1.3. Apport de connaissances

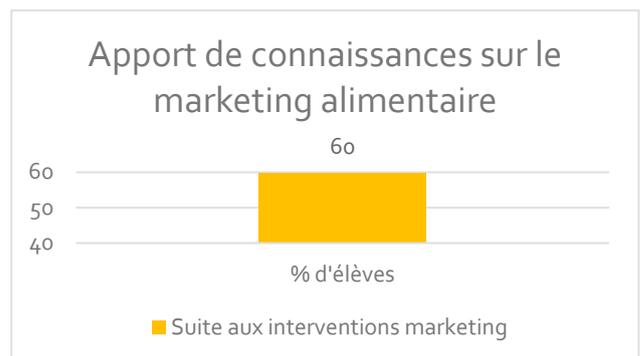
Nous pouvons remarquer une augmentation des connaissances sur l'ensemble des items traités. Ces résultats portant sur les connaissances en matière d'alimentation sont significatifs pour le nombre de fruits et légumes à manger par jour ( $p=0.03$ ) et très significatifs pour le nombre de repas conseillé par jour ( $p=4.42^{40}$ )



A la suite des interventions des diététiciennes, 57,64% des élèves déclarent avoir acquis de nouvelles connaissances. Ils sont 52,11% après les interventions du CPIE.

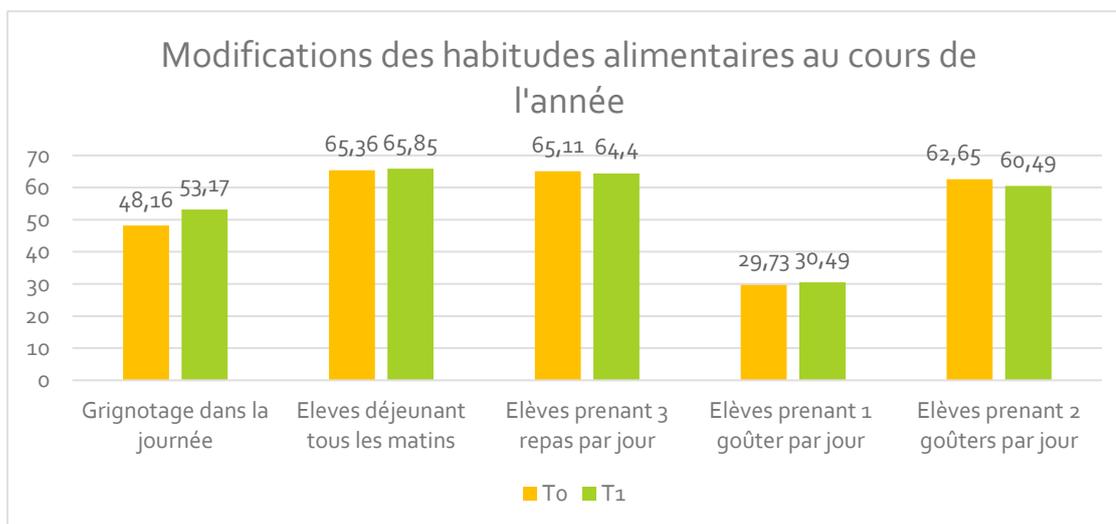


Enfin, les élèves sont 60% à avoir de nouvelles connaissances après les interventions marketing.



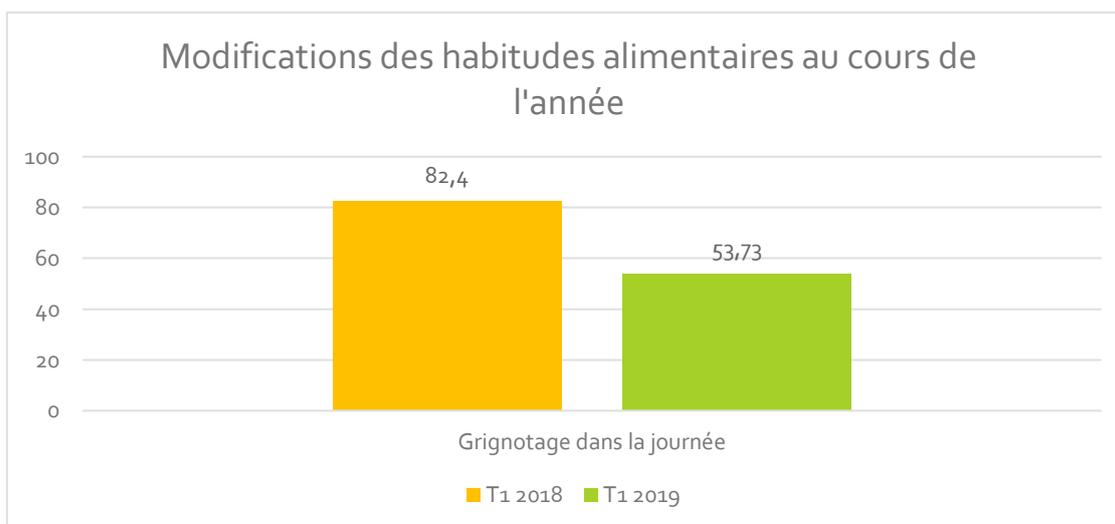
### 3.3.1.4. Modifications des comportements

Les diététiciennes et le consultant marketing, ont constaté des conduites inappropriées liées aux habitudes et marketing alimentaires chez l'ensemble des élèves lors de leurs interventions. Cependant, à la suite de ces dernières, des modifications de comportements sont présentes.

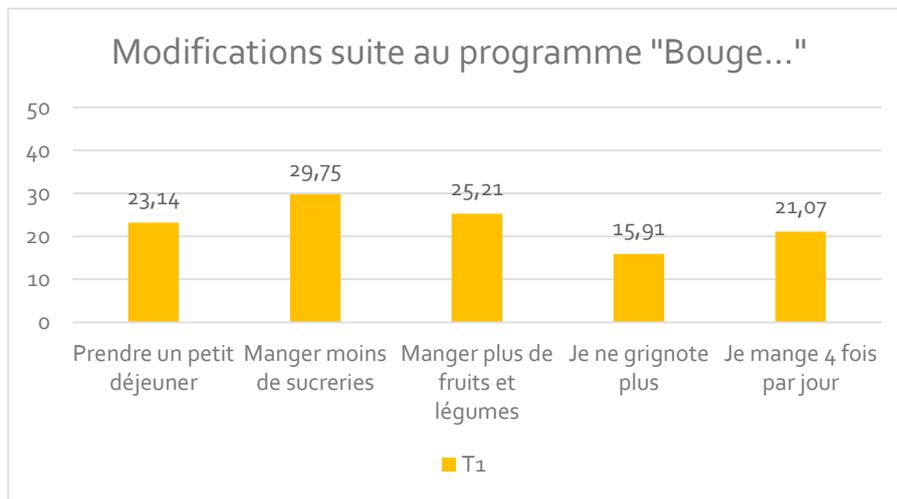
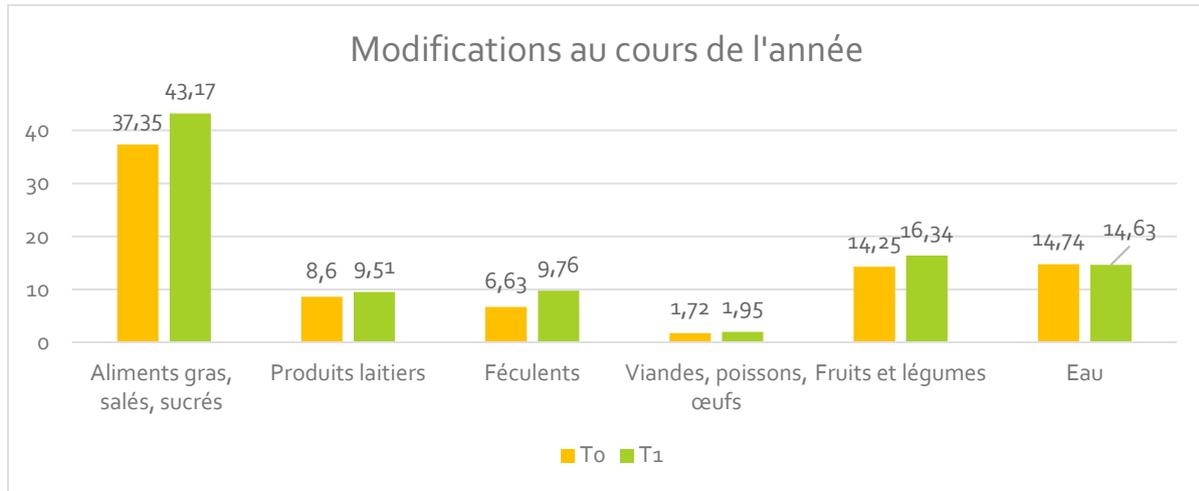


Nous remarquons chez les élèves, de manière non significative ( $p > 0.05$ ), une augmentation du grignotage, une diminution d'élèves prenant 3 repas par jour et prenant deux goûters par jour. Aucune modification significative constatée pour le pourcentage d'élèves petit-déjeunant et prenant un goûter.

A noter que l'augmentation du grignotage au cours de l'année peut surprendre après un an d'action d'éducation pour la santé mais le comparatif avec l'an dernier est encourageant. En effet, nous constatons une diminution de 28,67% (cf. graphique ci-dessous). La multiplication d'actions de prévention en milieu scolaire dans le cadre du parcours éducatif de santé porte peut-être ses fruits.



De plus, concernant le contenu du grignotage, quelques évolutions positives sont à souligner également :

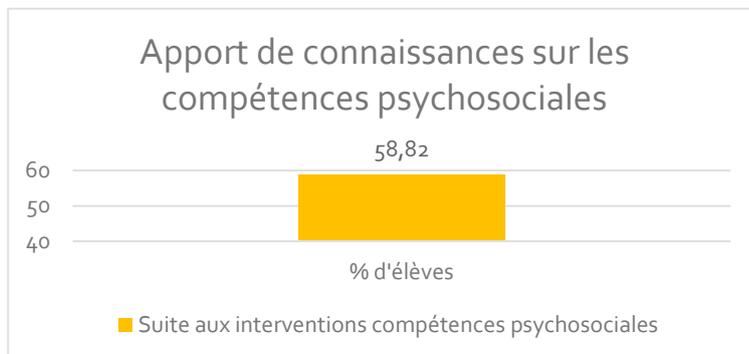


Enfin, 23,14% des élèves déclarent prendre régulièrement un petit-déjeuner, 29,75% manger moins de sucreries, 25,21% plus de fruits et légumes, 15,91% ne grignotent plus dans la journée et 21,07% mangent 4 fois par jour (dont goûter).

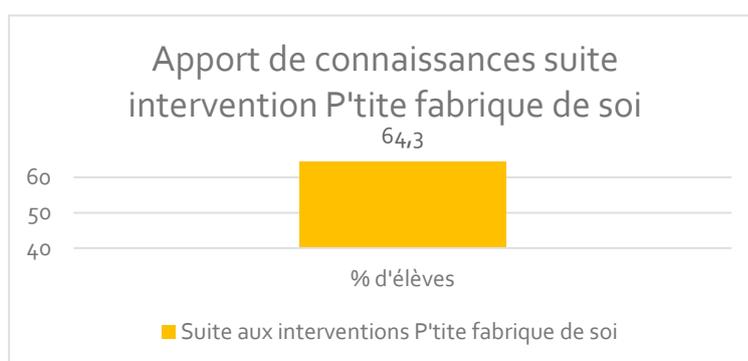
### 3.3.3. Sensibiliser aux risques des addictions

#### 3.3.3.1. Apport de connaissances

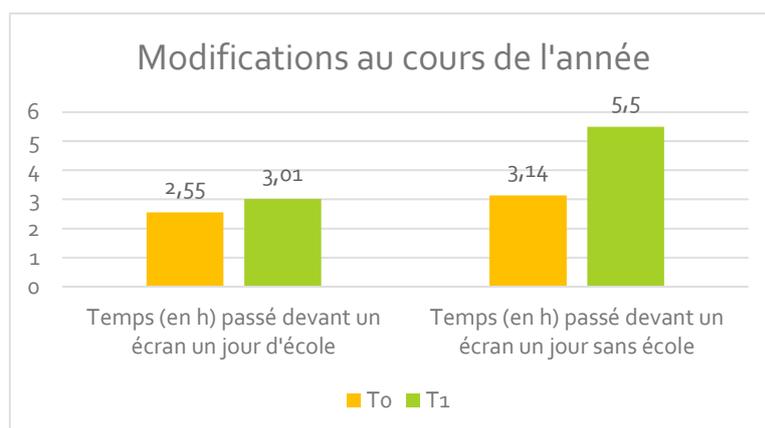
Les élèves sont 58.82% à avoir de nouvelles connaissances après les interventions sur les compétences psychosociales.



Les élèves sont 64.3% à avoir de nouvelles connaissances après les interventions de la P'tite fabrique de soi.



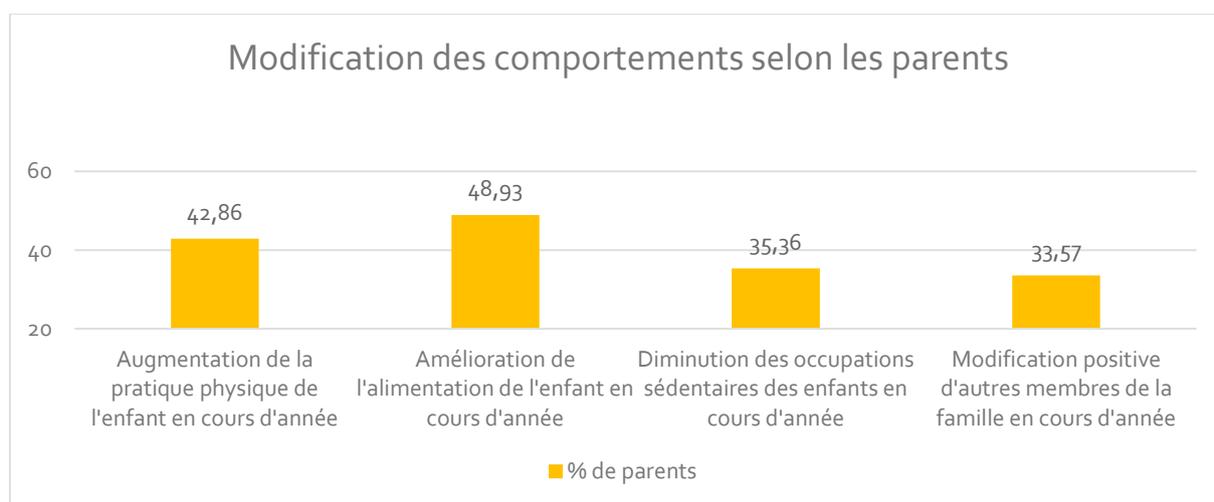
#### 3.3.3.2. Modification des comportements



Le temps passé devant un écran a augmenté durant l'année scolaire et cela, de façon importante un jour sans école passant de plus de 3 heures à 5 heures et demi par jour. La problématique des écrans reste donc à questionner et à travailler davantage au sein des établissements. C'est d'ailleurs ce qui ressort des échanges et bilans réalisés en fin d'année scolaire avec les référents du programme.

### 3.3.4. Impliquer les parents dans les actions d'éducation pour la santé

Sur l'année, seuls 10,4% des parents ont participé à des actions d'éducation pour la santé avec leur enfant dans le cadre du programme. Ils sont 77,1% à avoir eu connaissance de la participation de leur enfant au programme « Bouge...une priorité pour ta santé ! » et 44,6% à avoir eu le dépliant d'informations de l'action. Enfin, 61,6% des enfants ont parlé du programme « Bouge...Une priorité pour ta santé ! » avec leur parent.



D'année en année, les parents sont nombreux à penser que les programmes de prévention et d'éducation pour la santé en milieu scolaire ont toute leur importance (89%). Ils sont 42,86% à constater une augmentation de la pratique physique de l'enfant en cours d'année, 48,93% une amélioration de l'alimentation, 35,36% une diminution du temps passé à des occupations sédentaires et 33,57% une modification positive d'autres membres de la famille en cours d'année.

## 4. Conclusion

### 4.1. Synthèse

Lors de l'année scolaire 2018/2019, **1045 élèves de la 6<sup>ème</sup> à la Première de 19 collèges et 5 lycées de l'Académie d'Amiens et de Lille** ont pris part à de multiples activités sportives, ont bénéficié d'interventions de professionnels de santé, ont réalisé des sorties associant culture et sport et ont pu se rendre dans diverses structures (clubs ou associations sportives) ayant un lien avec le programme.

L'objectif général du programme, promouvoir les projets de type ICAPS auprès des élèves de 11 à 18 ans scolarisés dans les collèges et lycées sélectionnés dans la région Hauts-de-France a-t-il été atteint ? Reprenons chaque objectif spécifique pour y répondre.

Le premier est de promouvoir les bienfaits de la pratique régulière d'activité physique en agissant sur les milieux de vie et les déterminants de santé. 9 indicateurs sur 11 sont atteints. Dans le détail, les élèves **ont plus de connaissances** en fin d'année et **souhaitent ou ont modifié leur comportement** en cours d'année. Ils font **plus d'activités physiques** depuis qu'ils participent à l'action « Bouge... », se rendent plus facilement au collège/lycée à pieds/vélo/roller et souhaitent pour **36.86% d'entre eux s'inscrire dans un club l'an prochain**.

Le second est de promouvoir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée. Pour ce faire, 33 interventions d'éducation pour la santé en lien avec les programmes et 54 interventions de professionnels de santé ont eu lieu. Cela a permis aux élèves d'avoir de **nouvelles connaissances sur le goûter et le petit-déjeuner idéal, sur le nombre de fruits et légumes à manger par jour et sur le nombre de repas à prendre par jour**. Cet apport de connaissances **ne permet pas cependant de constater des modifications de comportement**. Au final, 3 indicateurs sur 9 sont atteints, 5 le sont à moins de 5% et un ne l'est pas.

Le troisième objectif spécifique est de sensibiliser aux risques des addictions. Un indicateur sur deux est positif. Nous constatons comme les années précédentes **un apport de connaissances supplémentaires**, un temps passé devant les écrans un jour d'école stable mais une **nette augmentation du temps (+ 2 heures) un jour sans école**. Ceci malgré la multiplication des interventions sur cette thématique. Ce constat doit faire l'objet d'une réflexion en interne du projet afin de poursuivre le travail entamé cette année.

Enfin, le quatrième et dernier objectif spécifique est d'impliquer les parents dans les actions d'éducation pour la santé. Comme chaque année, **très peu de parents ont participé à des actions d'éducation pour la santé** (10.4%). Hormis cela, sur 5 indicateurs, 4 sont atteints (1 à moins de 5%) notamment en termes de résultats : **augmentation de l'activité physique de l'enfant en cours d'année, amélioration de l'alimentation, diminution des occupations sédentaires des enfants**. Il faut poursuivre les efforts en termes d'implication des parents dans les années à venir notamment sur la diffusion de messages de prévention auprès de ces derniers.

De manière générale, nous pouvons donc dire que les actions d'éducation pour la santé menées dans les établissements scolaires lors de l'année 2018/2019 permettent de se rapprocher de l'atteinte de l'objectif général de l'action. Ce constat reste à nuancer car les élèves ont certes de nouvelles connaissances mais ils ne les appliquent pas forcément notamment au niveau de l'alimentation. De plus, la sédentarité reste un problème majeur (augmentation du temps passé

devant un écran un jour sans école) pour les adolescents. Il semblerait judicieux, après 10 années d'existence de l'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! », d'avoir une réflexion profonde sur la manière dont le projet doit évoluer dans les prochaines années. Cela pourrait se traduire par une diminution d'établissements bénéficiaires mais avec un suivi plus important à l'échelle du territoire de ces derniers (favoriser les contacts entre l'établissement et les structures locales par exemple).

## 4.2. Limites rencontrées

Le bilan 2018/2019 met en exergue quelques limites.

Premièrement, le **pourcentage d'élèves licenciés dans un club ou dans une association en fin d'année est en recul par rapport au début d'année** pour la deuxième année consécutive. Ce constat se retrouve également dans les enquêtes nationales. Les questionnaires d'évaluation de l'action étant anonymes et ne permettant pas de connaître les raisons de ce désengagement, nous ne sommes pas en mesure à ce jour d'effectuer une analyse plus fine.

Deuxièmement, le **manque d'heures allouées aux établissements scolaires** pour la mise en œuvre de l'action revient dans les freins rencontrés par les établissements pour la troisième année consécutive. Les équipes pédagogiques aimeraient aller plus loin dans leur réflexion avec les élèves mais ne le peuvent pas. Cela se traduit par, certes des connaissances supplémentaires, mais surtout par des modifications de comportement moins importantes au cours de l'année. Une réflexion sur l'animation de l'action « Bouge... » dans les établissements scolaires pourrait être entamée avec ces derniers mais aussi avec les services des rectorats. Un outil pourrait être transmis aux établissements afin de leur stipuler les différentes aides et possibilités pour une mise en œuvre optimale de l'action.

Enfin, comme souligné dans la synthèse, il est **difficile pour les équipes pédagogiques de solliciter les entités locales** (municipalité, communauté de communes, associations, etc.) dans le but de créer des synergies avec l'établissement scolaire et notamment l'action « Bouge... ». Le manque de temps revient comme principal frein. Si la volonté de la Mutualité Française Hauts-de-France et des partenaires de l'action « Bouge... » est de poursuivre dans ce sens, il paraît nécessaire de réfléchir à une méthodologie plus adéquate.

## 5. Perspectives

L'action « Bouge...une priorité pour ta santé ! » entamera à la rentrée 2019, sa **dixième année d'existence**. Ce ne sont pas moins de **7 200 élèves sensibilisés et 54 établissements accompagnés**. La Mutualité Française Hauts-de-France, porteuse du projet, est à l'écoute de ses partenaires, des équipes pédagogiques mais est également attentive aux données récoltées en fin d'année. De ce fait, le dispositif est en perpétuelle évolution et cela sera encore le cas à la rentrée de septembre 2019.

Voici les perspectives sur lesquelles il faudra travailler l'an prochain :

- Poursuivre l'investissement entamé autour de la pratique sportive locale en lien avec les associations du territoire et les autorités compétentes (municipalité, office municipal des sports, etc.) dans le sens de la réflexion évoquée dans les limites rencontrées ;
- Poursuivre des actions autour de la valorisation des circuits courts et du gaspillage alimentaire et ce malgré l'arrêt du financement de la Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt (DRAAF) ;
- Réadapter les questionnaires d'évaluation T0 et T1 pour les établissements afin d'aller à l'essentiel des informations nécessaires et cela dans le respect du RGPD ;
- Réfléchir à imposer une action de prévention à destination des parents dès le début de l'année scolaire avec les équipes pédagogiques des établissements pour être au plus proche des besoins et attentes des familles (réalisation d'un diagnostic ?) ;
- Accroître les actions et rechercher des partenaires sur le champ des addictions aux écrans ;
- Poursuivre, dans la logique du Parcours Educatif de Santé, les liens avec les actions 1.2.3 Manger, Bouger, Grandir et 1001 Défis au sein des territoires « Bouge...une priorité pour ta santé ! » ;
- Aborder d'autres thématiques souhaitées par les équipes pédagogiques au sein de l'action « Bouge... » : sommeil, consommation de produits (dopage, tabac, alcool) ;
- Réfléchir à valoriser et faire davantage connaître le projet au sein des établissements (pour les élèves et leurs parents, et les équipes pédagogiques), mais aussi au niveau local (associations sportives, municipalité, centres sociaux, ...)

Ces dernières seront abordées lors du prochain comité de pilotage et/ou groupes de travail avec les partenaires et les équipes pédagogiques.

## 5. Annexes

[Retombées presse « Rassemblement Bouge...Une priorité pour ta santé ! »](#)

L'union  
Abonnés

# PHOTOS: Les collégiens et lycéens axonais à Axo'Plage

MIS EN LIGNE LE 11/06/2019 À 16:28 | MIS À JOUR LE 11/06/2019 À 16:51 MONAMPTEUIL (AISNE)



Plus d'un demi-millier de collégiens et lycéens originaires de l'Aisne ont pu profiter hier d'une journée d'activités sportives au bord du lac de l'Ailette.



**C**ette fois, pas d'excuse pour s'y mettre ! Ce mardi, 510 adolescents axonais avaient pris pour terrain de jeu les grands espaces verts et sablés qui jouxtent le lac de l'Ailette, à Axo'Plage, près de Monampiteuil.

Peu aidés mais épargnés par la météo, les élèves âgés entre 11 et 18 ans et scolarisés dans 12 établissements différents se sont réunis dans le cadre du programme régional de prévention santé « Bouge... une priorité pour ta santé ».

Trente-cinq activités sportives étaient au programme pour tous les goûts et toutes les capacités physiques. Vingt-quatre ligues, associations et comités sportifs de l'Aisne ont, pour l'occasion, proposés leurs services, afin de faire découvrir ou redécouvrir aux jeunes des disciplines classiques avec football, boxe, escalade, tir à l'arc, athlétisme, mais aussi activités ludiques et originales avec poull ball, disc gold, zumba ou encore kin-ball.

Un seul mot d'ordre à Axo'Plage ce mardi : transpirer et c'est gagner.

*L'Union, 11 juin 2019*

Union Régionale de la Mutualité Française Hauts-de-France

Siège social et administratif :  
20 boulevard Papin - CS 30035 - 59044 LILLE CEDEX  
Tél : 03 20 62 79 47

Site de Saint-Quentin :  
8 rue Arnaud Bisson - 02100 SAINT-QUENTIN  
Tél : 03 23 66 85 01

Régie par le Code de la Mutualité - SIREN N°443 811 211

Service Prévention et Promotion de la Santé



# C'était sport au plan d'eau du Canada !



Beauvais, hier. Collégiens et lycéens ont été initiés à de nombreuses activités sportives dans le cadre du programme « Bouge ».

## BEAUVAIS

**PAS MOINS** de 320 adolescents se sont défoulés au plan d'eau du Canada hier lors de l'événement sportif du programme « Bouge », à l'initiative de la Mutualité Française Hauts-de-France. Pendant toute la journée, des collégiens et lycéens de tout le département ont pu s'initier à une ribambelle d'activités comme la capoeira, le biathlon, la

marche nordique, le lancer de palets ou encore le tir laser. Lucas, 11 ans, de Senlis, s'est lui essayé à l'haltérophilie avec sa classe de 6<sup>e</sup>. « C'est léger mais il faut bien placer son dos », explique-t-il, concentré.

Le rassemblement, l'un des plus grands du département, est une belle initiative pour sa professeur, Laura. « Ils peuvent découvrir de nouvelles activités, et qui sait, développer de nouvelles passions », se félicite-t-elle.

*Le Parisien, 5 juin 2019*

## 357 jeunes au Plan d'eau grâce au programme "Bouge"

*L'Observateur de Beauvais, 5 juin 2019*

### PLAN D'EAU DU CANADA

Malgré un temps un peu mitigé, 357 jeunes issus des associations sportives, de collèges et de lycées de l'Oise et de la Somme, se sont retrouvés au Plan d'eau du Canada, autour du sport, le mardi 4 juin. C'est un peu le point d'orgue du programme "Bouge", programme régional de prévention santé qui suit des jeunes de 11 à 18 ans depuis trois ans. Organisée par la Mutualité Française des Hauts-de-France, cette journée, pilotée par M. Lemoine, a permis à neuf établissements de découvrir 26 activités sportives dont quelques unes en handisport. Des associations sportives ont été associées à ces ateliers, à l'image de la Balle au tambourin, activité datant de 1860. Ce jeu collectif est remis au goût du jour depuis une dizaine d'années à Beauvais. L'haltérophilie était aussi à l'honneur avec une découverte des bonnes postures pour lever des charges. L'événement était également l'occasion de découvrir des sports peu connus, tels que le beach tennis ou le tchoukball. Une dernière activité « plutôt pas mal, pour Kyllian, 16 ans. c'est un jeu d'équipe, on bouge beaucoup et les règles sont simples ».

Handisport de Creil effectue une quarantaine de sensibilisations par an.

Le Kindball (toute l'équipe doit toucher la balle) a été apporté par l'AS de Senlis. ■

# Ham

## FAIRE BOUGER LES HAMOIS

### 6 000 euros pour des actions

**HAM** La commune bénéficie d'une aide de l'ARS et de la mutualité française pour mettre en place le programme « Bouge... une priorité pour ta santé ».

La ville de Ham et la Mutualité Française des Hauts-de-France ont signé une convention de partenariat afin de lancer le programme « Bouge... une priorité pour ta santé ». Comme son nom l'indique, ce programme a pour but de changer les habitudes des habitants en les motivant à avoir une activité physique. Financées par l'Agence Régionale de Santé (ARS), sept actions seront mises en place (voir ci-dessous) pour inciter la population à pratiquer une activité sportive ou changer certaines de leurs habitudes. « Nous avons établi un diagnostic auprès du collège Victor Hugo et du lycée Peltier entre janvier et juin, précise Anthony Lemoine, chargé de prévention à la Mutualité Française. Nous nous sommes concentrés sur les jeunes sédentaires de 11 à 18 ans. » Motiver les jeunes à se mettre au sport ou à en pratiquer d'avantage pour ceux qui sont déjà inscrits dans des clubs permettra également de lutter contre l'addiction aux écrans qui est de plus en plus visible chez les adolescents.



Les élus hamois ont rencontré Anthony Lemoine de la Mutualité Française pour voir quelles actions peuvent être mises en place sur le secteur.

#### HAM ET LENS, COMMUNES PRIORITAIRES

Le but est d'étendre le programme à l'échelle de la ville et pas seulement

pour les jeunes. Dans les Hauts-de-France, deux bassins de vie bénéficient de ce programme. Le bassin minier du nord de la France et le Santerre. Lens (62) et Ham sont donc les deux seules villes à bénéficier de cette aide. Cela se présente sous la forme de subvention de 6 000 euros pour chacune des villes afin de mettre en place des actions concrètes auprès de la population. Chaque action a un budget prédéfini et la commune

l'utilise comme bon lui semble au cours de l'année.

Le programme « Bouge... une priorité pour ta santé » viendra compléter certaines actions déjà mises en place par la commune de Ham comme le principe « Une pomme à la récré » qui permet aux collégiens de bénéficier d'une collation au moment de la récréation.

Justine Esteve

## 7 actions pour changer ses habitudes et bouger plus

#### HAM

L'Agence Régionale de Santé incite la commune de Ham à lancer certaines actions pour aider ses habitants à bouger plus. Des fonds s'élevant à 6 000 euros vont être débloqués afin de mettre ces actions en place. L'ARS en financera sept mais propose d'autres actions qui pourraient être mises en place grâce à des partenariats locaux avec la communauté de communes ou le département par exemple. Voici les sept actions financées par l'ARS.

#### 1 Guide des associations locales

Dans un seul et même document, l'idée serait de répertorier toutes les associations, notamment sportives, présentes dans la commune ainsi que leurs coordonnées. Cela permettrait à tous les habitants d'être tenus informés de ce qu'il y a à Ham. « Nous avons une grande diversité d'activités sportives mais tout n'est peut-être pas bien connu, ajoute le maire Grégory Labille. Nous avons comme projet de faire ce genre de plaquette informative, l'aide de l'ARS est donc la bienvenue. »

#### 2 Formés pour motiver les jeunes

Des formations seront mises en place afin de former des gens qui seraient chargés par la suite de motiver les jeunes à se diriger vers des associations sportives. 12 personnes de



la commune peuvent bénéficier de cette formation.

#### 3 Lancer un défi aux jeunes

L'idée de lancer un « défi marche » aux jeunes de 11 à 18 ans a particulièrement plu au maire. « Nous pourrions acheter des podomètres pour 200 jeunes et leur lancer un défi : parcourir un certain nombre de kilomètres cumulés en un mois », a déclaré Grégory Labille, très enthousiaste.

#### 4 Du sport à la pause déjeuner

L'ARS propose également de favoriser la pratique sportive pendant la pause méridienne des jeunes au sein de leur établissement scolaire. Le lycée Peltier et le collège Victor Hugo pourraient choisir le matériel à mettre à la disposition des élèves. Cela pourrait être par exemple des tables de ping-pong.

#### 5 Temps d'échange avec des professionnels

Rencontrer des professionnels de santé tels que des kinésithérapeutes, des diététiciennes ou des médecins pourraient également être intéressant. Des temps d'échanges et de débats seront très certainement mis en place.

#### 6 Une formation ICAPS

Une seconde formation sera proposée à 12 acteurs locaux (des éducateurs sportifs, personnel du centre social, etc.) afin de les former à la démarche « Intervention auprès des Collégiens centrée sur l'Activité Physique et la Sédentarité (ICAPS) ». Le but serait de travailler avec la communauté de communes, le département ou même la Région pour réaliser des interventions au sein des établissements scolaires.

#### 7 Découvre mon association

Il sera proposé aux clubs sportifs de faire découvrir leurs activités dans le gymnase ou la salle des fêtes par exemple. « Pourquoi pas se servir du marché de la commune le samedi matin pour faire découvrir certains sports ? » a proposé Anthony Lemoine. L'idée pourrait être reprise par la mairie.

Justine Esteve

## SANTÉ

### Les enfants bénéficieront du projet « Bouge, une priorité à ta santé » à Ham

La commune a été choisie pour bénéficier d'un projet de sept actions « bouge ta santé » à destination des 11/18 ans.

Par L'Aisne Nouvelle | Publié le 13/12/2018



Le projet débute en 2019 et se porte sur les activités physiques et sportives auprès des jeunes de 11 à 18 ans.

Anthony Lemoine, responsable qualité à la mutualité française des Hauts-de-France, vient de présenter les différentes actions du projet « Bouge, une priorité pour ta santé » dont bénéficie Ham et Lens à hauteur d'un budget de 8 000 €.

Un guide des associations

**1** Création d'un guide des associations locales pour un budget de 1 400 €. L'objectif est de faire connaître l'offre d'activités sportives au sein du territoire.

**2** La formation entretien motivationnel pour inciter les jeunes à pratiquer une activité physique de manière régulière. Le coût pour cette action est de 2 600 €. En complément, les communes achèteront 200 podomètres pour 2 000 €.

Des échanges et du matériel

**3** 1 500 € sont consacrés à l'investissement dans du matériel sportif pour la pause méridienne, pour les élèves du collège Victor Hugo et du lycée Peltier. Des échanges et débats seront instaurés pour informer la population des bienfaits de l'activité physique pour 500 €.

Formation ICAPS

**4** Le dispositif régional de soutien finance une formation d'intervention auprès des collégiens centrée sur l'activité physique et la sédentarité (ICAPS) pour former les acteurs locaux à la démarche. Et ce, pour les douze acteurs locaux (éducateurs, personnels des centres sociaux).

Les jours de découverte

**5** Les mercredis et les samedis, auront lieu les jours de la découverte pour faire découvrir et pratiquer les activités locales aux jeunes de la ville.

Les 7 projets financés devront être mis en œuvre en 2019, et les autres selon un calendrier à définir et en fonction de financements.

## Tableau de synthèse de l'évaluation de résultat

Promouvoir les bienfaits de la pratique régulière d'activité physique en agissant sur les milieux de vie et les déterminants de santé				
	Indicateurs	Objectifs fixés	Objectifs réalisés	Conclusion
Résultat	Connaissance de la durée recommandée d'activité physique par jour	≥36.86% (résultat T0)	42.44%	
	Connaissance des bienfaits de l'activité physique	≥15.48% (résultat T0)	47.32%	
	Connaissance du nombre de pas recommandé par jour	≥32.68% (résultat T0)	42.68%	
	Connaissances supplémentaires suite intervention podologue	≥30%	70.34%	
	Connaissances supplémentaires sur l'hygiène de vie d'une personne pratiquant une activité physique (intervention CDOS)	≥30%	64.85%	
	Augmentation activités physiques des élèves depuis « Bouge... »	≥30%	43.39%	
	Envie de s'inscrire dans un club local grâce à « Bouge... »	≥30%	36.36%	
	Modifications constatées au niveau de l'activité physique chez les élèves	≥30%	52.48%	
	% d'élèves licenciés à l'UNSS	≥34.4% (résultat T0)	35.12%	
	% d'élèves licenciés dans un club ou association	≥52.33% (résultat T0)	43.17%	
	% d'élèves se rendant au collège/lycée à pieds/vélo/roller	≥36.61% (résultat T0)	43.17%	

Promouvoir les bienfaits d'une alimentation saine et équilibrée				
	Indicateurs	Objectifs fixés	Objectifs réalisés	Conclusion
Résultat	Connaissance goûter idéal	≥35.38% (résultat T0)	38.29%	
	Connaissance nb repas/jour	≥0.25% (résultat T0)	36.83%	
	Connaissance petit-déjeuner idéal	≥23.09% (résultat T0)	26.83%	
	Connaissance nb fruits et légumes par jour	≥26.27% (résultat T0)	36.83%	
	Connaissances supplémentaires sur l'alimentation (moyenne des interventions prestataires)	≥30%	56.58%	

	% d'élèves grignotant dans la journée	≥48.16% (résultat T0)	53.17%	
	% d'élèves prenant un goûter par jour	≥29.73% (résultat T0)	30.49%	
	% d'élèves déjeunant tous les matins	≥65.36% (résultat T0)	65.85%	
	% d'élèves prenant 3 repas par jour	≥65.11% (résultat T0)	64.4%	

Sensibiliser aux risques des addictions				
	Indicateurs	Objectifs fixés	Objectifs réalisés	Conclusion
Résultat	Connaissances supplémentaires sur les addictions (moyenne des interventions prestataires)	≥30%	61.56%	
	Elèves ayant diminué le temps passé devant un écran un jour d'école et sans école	≤2.55 (résultat T0) ≤3.14 (résultat T0)	3.01 5.5	

Impliquer les parents dans les actions d'éducation à la santé				
	Indicateurs	Objectifs fixés	Objectifs réalisés	Conclusion
Résultat	% de parents jugeant important d'avoir des programmes de prévention en milieu scolaire	≥30%	89%	
	% de parents déclarant une augmentation de l'activité physique de l'enfant en cours d'année	≥30%	42.86%	
	% de parents déclarant une amélioration de l'alimentation de l'enfant en cours d'année	≥30%	48.93%	
	% de parents déclarant une diminution des occupations sédentaires de l'enfant en cours d'année	≥30%	35.36%	
	% de parents déclarant une modification positive d'autres membres de la famille en cours d'année	≥30%	33.57%	

**bouge...**  
une priorité  
pour ta santé!

Mutualité Française Hauts-de-France

Siège social

20 Bd Papin

CS 30035

59044 LILLE CEDEX

Tél : 03 20 62 79 47

Site de Saint-Quentin

8 Rue Arnaud Bisson

02100 SAINT-QUENTIN

Tél : 03 23 66 85 01

