



BOUGER PLUS

Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), 95 % de la population française ne bouge pas assez pour préserver sa santé. Face à cet enjeu majeur de santé publique, et avec le soutien du collectif Pour une France en forme, Paris 2024 s'est engagé à faire Bouger Plus les Français, en ciblant trois moments clés du quotidien : l'école, le travail et la ville.

→ Bouger plus à l'école !

Plus de 80% des jeunes entre 6 et 17 ans ne respectent pas la recommandation de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), qui est de faire au moins une heure d'activité physique par jour. Parce que c'est au plus jeune âge que se développent les habitudes de vie active, Paris 2024 fait de l'école son terrain de jeu prioritaire :

- Mesure phare impulsée par Paris 2024, les **30 minutes d'activité physique quotidienne** sont aujourd'hui une réalité pour les élèves scolarisés dans les 36 000 écoles élémentaires françaises. Aux côtés de l'Agence nationale du sport (ANS) et du ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, Paris 2024 a financé un kit complet de matériel permettant d'outiller les enseignants qui mettent en place l'activité au quotidien.

« Je me sens en pleine forme après ces séances. Cela me permet de me dépenser et de m'amuser en même temps avec mes copains. »

— Marie, 8 ans

« Au niveau du climat de classe, on retrouve une ambiance qui est très favorable aux apprentissages. »

—Un enseignant de l'académie de Créteil interrogé par l'ONAPS

- Paris 2024 soutient l'aménagement de **1 500 cours d'écoles actives et sportives**, pour favoriser l'activité physique, tout en assurant un partage plus équitable de l'espace entre filles et garçons. La cour d'école est LE terrain de jeux pour s'assurer que TOUS les enfants bougent bien une heure par jour !
- Depuis 2018, la **Semaine Olympique et Paralympique (SOP)** a mis le sport à l'honneur dans les écoles, avec plus de 5 millions d'élèves participants.
- Toute l'année, **Génération 2024**, le programme d'éducation des Jeux, prolonge cette dynamique sportive à l'école, en favorisant les liens entre le milieu éducatif et les clubs sportifs.

→ Bouger plus au travail !

Alors que le milieu professionnel est trop souvent synonyme de sédentarité, Paris 2024 s'est attaché à promouvoir l'activité physique sur le lieu de travail :

- Paris 2024 a lancé aux entreprises partenaires des Jeux, le défi de faire bouger plus leurs collaborateurs, notamment ceux qui sont éloignés de la pratique sportive : avec le **Challenge "Go For 30"**, 120 000 collaborateurs ont ainsi participé à des activités et 400 000 ont été sensibilisés aux bienfaits de l'activité physique et sportive. En parallèle, 6 entreprises partenaires ont utilisé le **design actif** pour repenser l'aménagement de leurs bureaux dans une démarche plus favorable à l'activité physique.
- **500** séances d'éveil musculaires ont été proposées à plus de **7 000 ouvriers** sur les chantiers des Jeux, avant leur prise de fonction.

→ Bouger plus en ville !

Paris 2024 a apporté son soutien au design actif, mode d'aménagement de l'espace public favorisant l'adoption de modes de vie actifs dans la vie quotidienne.

- Ville pilote, la commune de **Saint-Dizier** est aujourd'hui une source d'inspiration pour grand nombre de collectivités locales. Les résultats sont parlants : **71 %** des habitants interrogées jugent que les aménagements les incitent à bouger davantage.

En parallèle, pour soutenir cette dynamique, le Fonds de dotation de Paris 2024 apporte son soutien à plus de 300 projets qui utilisent le sport pour améliorer la santé des Français. Par exemple :

L'association

ÉTOILE DES NEIGES

utilise le sport pour améliorer le quotidien des jeunes atteints de mucoviscidose.

« Le soutien de Paris 2024 a été un accélérateur décisif dans notre rapprochement avec la Fédération française d'athlétisme et nous a permis de créer une mise en réseau et de lancer des projets qui n'existaient pas. Le sport est devenu un pilier pour lutter contre la mucoviscidose. »

— Marianne, Présidente de l'association Étoiles des Neiges.

Avec son projet Fil Bleu, l'association

SIEL BLEU

met plus de sport dans la vie des personnes fragilisées, notamment en EHPAD, en proposant des séances d'activité physique adaptée.



Pour que les bienfaits du sport bénéficient au plus grand nombre, les publics vulnérables et les plus éloignés de la pratique sportive ont fait l'objet d'une attention toute particulière.

Les 30 minutes D'ACTIVITÉ PHYSIQUE QUOTIDIENNE

se déploient non seulement à l'école, mais également auprès des enfants et adultes en situation de handicap, dans les établissements sociaux et médico-sociaux (ESMS). De plus, pour lever les freins à l'activité physique des personnes en situation de handicap, **1 200 clubs de sport inclusifs**, plus favorable à l'accueil de ces publics, sont en cours de création.

30% DES RESSOURCES GLOBALES

du Fonds de dotation de Paris 2024 sont consacrées au soutien de projets portant spécifiquement sur le développement de la pratique sportive féminine.

Dans les quartiers les plus touchés par la crise sanitaire, notamment en **Seine-Saint-Denis**, Paris 2024 s'est associé à l'Agence régionale de santé d'Ile-de-France, pour soutenir plus de

40 PROJETS

de prévention et de promotion de la santé.



Après les Jeux, Paris 2024 peut compter l'État, le CNOSF, le CPSF et l'ANS, qui se sont engagés à poursuivre la lutte contre la sédentarité, en s'appuyant dès la rentrée 2024 sur la campagne portée par la [Grande Cause Nationale | sports.gouv.fr](https://sports.gouv.fr) 2024

POUR EN SAVOIR PLUS :

- [Vidéo Design actif](#)
- [Guide du design actif en ville](#)
- [Vidéo Design actif Saint-Dizier](#)
- [Vidéo 30'APQ](#)
- [Évaluation du dispositif des 30 minutes d'Activité Physique Quotidienne à l'école sur le territoire de l'Académie de Créteil \(ONAPS ; 2023\)](#)
- [Vidéo Solideo – Les rites sportifs mis en place sur les chantiers olympiques](#)