

SANTÉ-PRÉVENTION

Programme régional



TU BOUGES
t'es bien !



Une réponse
pour promouvoir l'activité physique
des 16-25 ans



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**



DÉCOUVREZ le programme régional « Tu bouges t'es bien ! »

La Région, dans le cadre d'un pilotage inter-directions (services santé, sport et éducation), a lancé le programme régional « Tu bouges t'es bien ! » afin de promouvoir l'activité physique pour les lycéens, les apprentis et les jeunes suivis en mission locale. La Région, les Rectorats, l'ARS (Agence régionale de la santé), l'ARML (Association régionale des missions locales), la FNADIR (la Fédération nationale des directeurs de CFA) et la DRAJES (Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports) travaillent de concert pour promouvoir l'activité physique, véritable levier pour agir sur tous les déterminants de la santé.



3 grands objectifs **STRATÉGIQUES**

- **PRIORITÉ 1.** Aller chercher les jeunes les plus éloignés de la pratique d'activité physique ;
- **PRIORITÉ 2.** Faire de la Région Nouvelle-Aquitaine une région exemplaire en matière de promotion de l'activité physique ;
- **PRIORITÉ 3.** Mobiliser les acteurs et développer une culture partagée et des démarches collaboratives pour la promotion de l'activité physique en Nouvelle-Aquitaine.

POUR QUI

Les lycéens, les apprentis et les jeunes accueillis dans les missions locales.

Un plan d'actions régional **PARTAGÉ**

PRIORITÉ 1. RENDRE LES JEUNES, ACTEURS DE LA PROMOTION DE LEUR SANTÉ PAR LE BIAIS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



ACTION 1 —

Réaliser une enquête régionale afin d'identifier les niveaux de pratique d'activité physique (AP) des publics cibles les plus éloignés : quels sont les freins et les leviers à cette pratique ? Quels sont les niveaux de sédentarité des jeunes et quelles actions mettre en face ?... Cette enquête, dont les résultats seront publiés début 2025, est réalisée par l'ORS et la Chaire sport santé.



ACTION 2 —

Lancer un grand défi régional « Tu bouges t'es bien ! » en lien avec une problématique sociétale (environnement, inclusion, mobilité...).



PRIORITÉ 2. FAIRE DE LA RÉGION NOUVELLE-AQUITAINE UNE RÉGION EXEMPLAIRE EN MATIÈRE DE PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



ACTION 1 —

Intégrer un volet « promotion de l'activité physique » dans toutes les politiques portées par la Région : jeunesse, éducation, aménagement du territoire, numérique, sport, ESS, construction et immobilier, formation professionnelle et apprentissage, mobilité et transport...



SUITE

OBJECTIF 2. FAIRE DE LA RÉGION NOUVELLE-AQUITAINE UNE RÉGION EXEMPLAIRE EN MATIÈRE DE PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



ACTION 2

Agir sur les comportements des jeunes en soutenant des actions de promotion de la santé dans le cadre du nouvel AMI « PREVA'NA », ouvert du 1^{er} janvier 2024 au 31 mars 2027. Cet Appel à Manifestation d'Intérêt vise à :

- Changer les attitudes et les motivations des jeunes vis-à-vis de l'activité physique, en proposant des actions de sensibilisation au sein des lycées, des missions locales et des CFA ; ou encore en mettant en place des actions innovantes permettant l'accès à de nouvelles activités attrayantes, variées et conviviales.
- Proposer des actions engageantes et motivantes, sous la forme de défis par exemple, afin de modifier les habitudes de vie.
- Proposer des actions de sensibilisation à destination de l'entourage (parents, enseignants, éducateurs, animateurs...) afin qu'il valorise l'activité physique et encourage les jeunes à augmenter leur niveau de pratique.
- Promouvoir les mobilités actives (marche, course, vélo...)
- Soutenir des actions de pair-aidance et d'initiative jeunes en s'appuyant sur les réseaux des référents jeunesse dans les lycées, les Conseils de Vie Lycéenne (CVL), ou encore un réseau de référents jeunes.





ACTION 3 _____

Soutenir des actions permettant d'adapter l'environnement pour faciliter le mouvement.

- Proposer des actions concernant les conditions environnementales (physiques, urbanistiques, organisationnelles, institutionnelles) qui favorisent l'activité physique pendant le temps scolaire et en dehors (temps péri ou extra-scolaire), pendant les loisirs et dans la vie quotidienne, afin que les jeunes puissent mettre en œuvre les connaissances et les compétences acquises (équipements adaptés au sein des établissements ou dans les rues par exemple).

- Proposer des actions permettant d'intégrer la promotion de l'activité physique dans les politiques d'aménagement urbain.

- Mettre en place des actions de promotion de l'activité physique des jeunes dans le cadre des Contrats de territoires.

PRIORITÉ 3. MOBILISER LES ACTEURS ET DÉVELOPPER UNE CULTURE PARTAGÉE ET DES DÉMARCHES COLLABORATIVES POUR LA PROMOTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE EN NOUVELLE-AQUITAINE



ACTION 1 —

Mettre en place des Temps d'Échanges de Pratiques (TEP) régionaux en visioconférence entre les acteurs pour partager les résultats des actions ainsi que les fiches pratiques.



ACTION 2 —

Proposer des formations-actions à destination des acteurs engagés dans le programme « Tu bouges t'es bien ! ».



ACTION 3 —

Organiser une conférence régionale annuelle « Tu bouges, t'es bien ! » (conférence Inova-é en triplex sur Bordeaux, Limoges et Poitiers).

LES PARTENAIRES ET LA GOUVERNANCE du programme régional « Tu bouges t'es bien ! »

Une logique de co-construction institutionnelle a été mise en place avec un groupe projet inter-directions (services santé, sport et direction de l'éducation) ainsi qu'un Comité de pilotage régionale régional «Tu bouges t'es bien !» rassemblant tous les acteurs régionaux.

Dans ce cadre, la Région Nouvelle-Aquitaine, les Rectorats, l'ARS, l'ARML et la DRAJES travaillent en partenariat pour le déploiement d'actions de promotion de l'activité physique, véritable levier pour agir sur tous les déterminants de santé.

INTÉGREZ le programme régional « Tu bouges t'es bien ! »

Vous avez en tête des actions ou des projets en lien avec la pratique de l'activité physique des jeunes (16-25 ans) visant à promouvoir l'activité physique ?



APPEL À MANIFESTATION D'INTERET

**Prévention et Actions
en Région Nouvelle-Aquitaine**

DÉPOSEZ VOS PROJETS

les-aides.nouvelle-aquitaine.fr



Toutes les infos sur les-aides.nouvelle-aquitaine.fr

Programme régional



Contact :

activitephysiquedesjeunes@nouvelle-aquitaine.fr

En partenariat avec l'Etat et l'ARS



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**