

## Edition 2002 « BOUGEZ, C'EST LA SANTE® »

Le 28 septembre 2002, s'est tenu au Forum des Sciences de Villeneuve d'Ascq, un salon-rencontres de prévention intitulé « Bougez, c'est la Santé® ».

Ce salon est né d'une collaboration entre l'IRBMS et la CRAM, dans un souhait d'organiser une rencontre, un dialogue, entre le grand public et les professionnels de santé.

### ☒ ORGANISATION ET OBJECTIFS

Ce salon a réuni près de 180 personnes autour d'un thème exclusivement consacré à la « prévention santé ».

Chaque visiteur avait un libre accès à différents ateliers sous forme d'un parcours original. Ces ateliers étaient tous tenus par des professionnels de santé, avec la présence des Professeurs Thévenon, Herbaux et Houvenaghel, avec la Collaboration de l'Institut Pasteur, de la Maison du Diabète, et s'orientaient autour de :

- alimentation et activité physique
- enfant et activité physique
- diabète et activité physique
- cœur et poumons
- vieillissement et ostéoporose
- pratiques physiques et bon équipement
- pass pour la forme

Ce dernier atelier intitulé Pass pour la forme terminait le parcours et permettait à chaque visiteur de rencontrer un médecin, sur le principe d'une consultation médicale gratuite, pour faire la synthèse des ateliers précédents et ré-orienter le visiteur vers d'éventuelles nouvelles habitudes de vie.

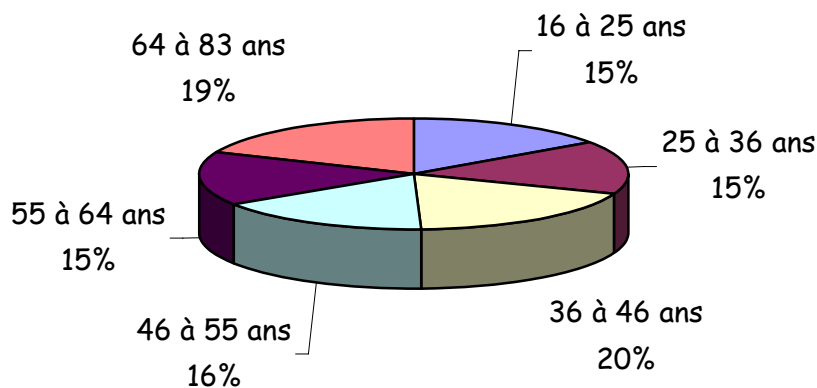
Nous avons également souhaité connaître l'indice de satisfaction du public pour identifier les points forts et les faiblesses de notre dispositif. Cette enquête s'est orientée vers les critères de la population ciblée, la qualité des échanges avec les animateurs, les éventuels ateliers supplémentaires à apporter, l'amélioration des connaissances des visiteurs.

Ce salon, premier du genre, n'a pas malheureusement pas bénéficié d'un financement important, nous obligeant à réduire considérablement certains aspects du dossier, tels que la promotion de cette manifestation. Ceci a contribué malheureusement à réduire l'impact de notre salon.

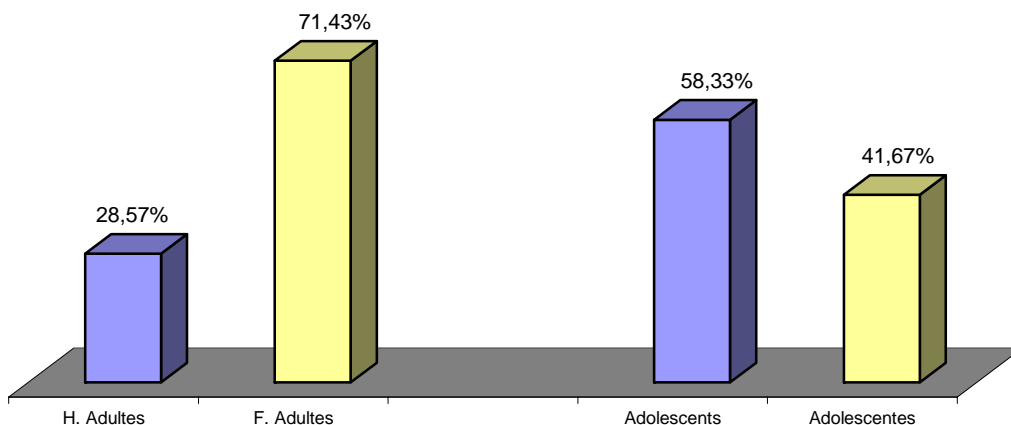
### ☒ CRITERES DE LA POPULATION RENCONTREE

Il nous est apparu intéressant dans notre enquête de scinder la population en deux groupes.

Tout d'abord le premier groupe, constitué des moins de 16 ans. D'autre part, le deuxième groupe, constitué des adultes, reste particulièrement homogène, même si les tranches d'âge 36-46 ans et 64-83 ans sont d'un effectif plus important.



La répartition par sexe est différente dans les deux groupes, avec une légère prédominance masculine chez les moins de 16 ans, alors que dans le groupe adulte, les femmes sont nettement plus nombreuses (71%).

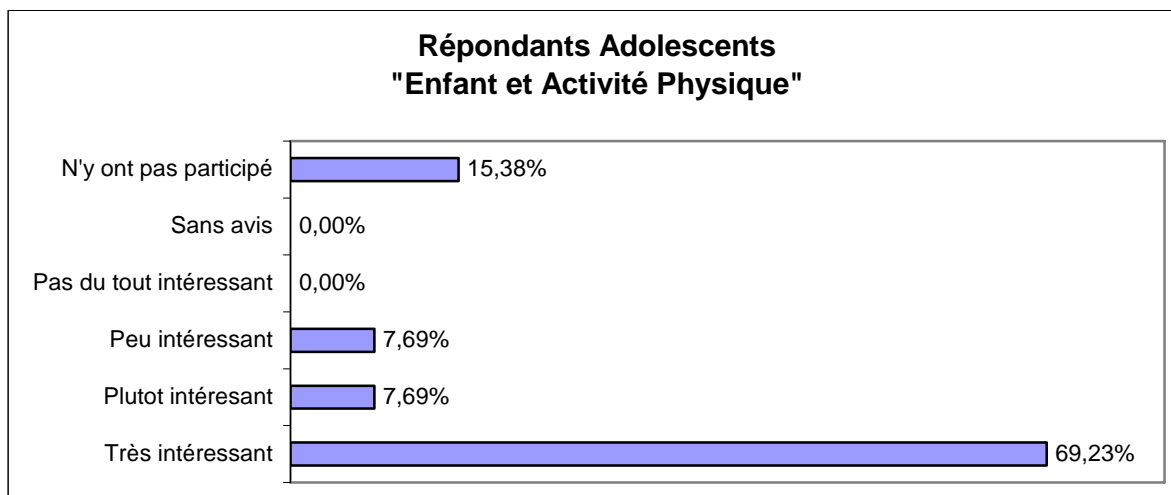
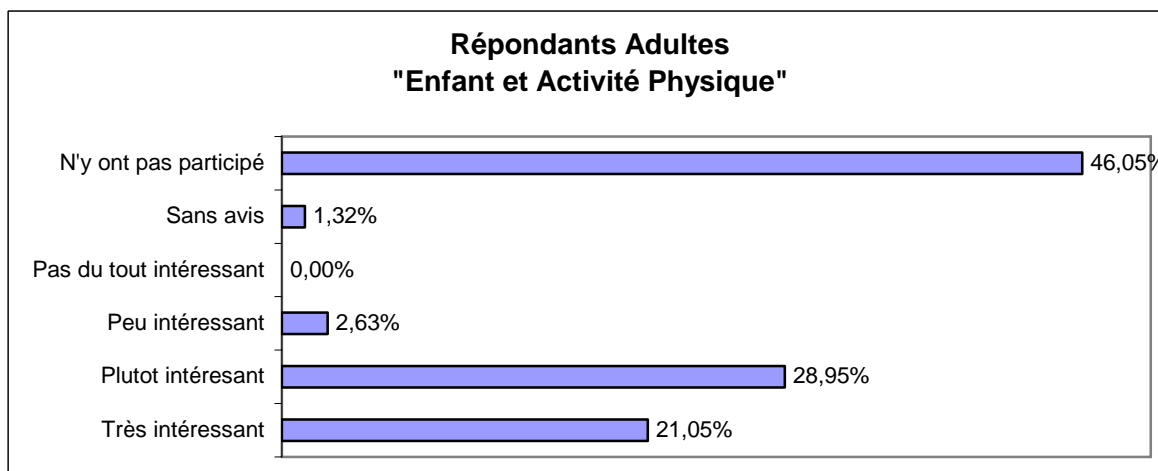


L'enquête a permis également de préciser que la majorité des visiteurs étaient venus en famille. Par ailleurs, ces visiteurs sont en majorité issus de la Commune de Villeneuve d'Ascq.

**☒ ENQUETE DE QUALITE DES DIFFERENTS ATELIERS PROPOSES**  
(source : analyse statistique de l'observatoire statistique de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie Nord-Picardie)

**✕ Atelier « L'Enfant et l'Activité Physique »**

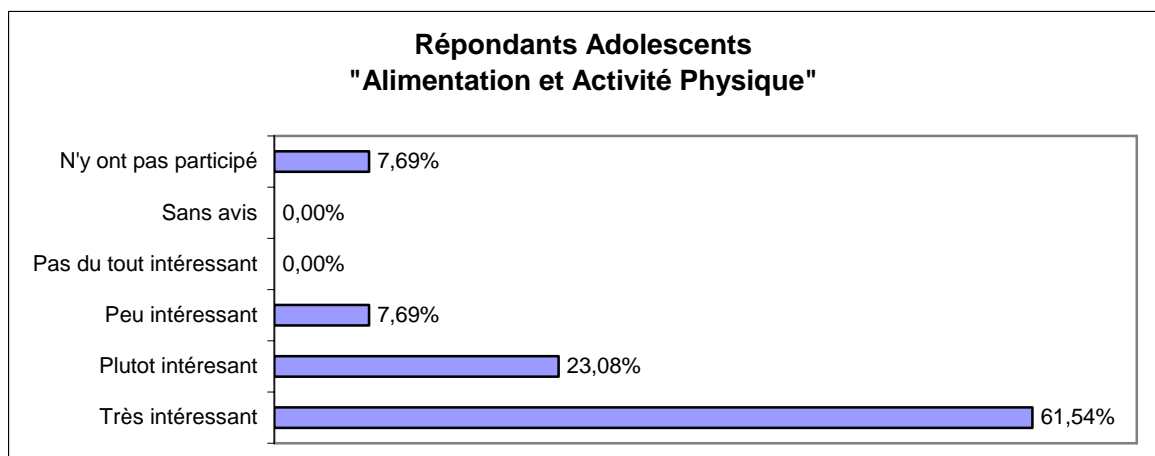
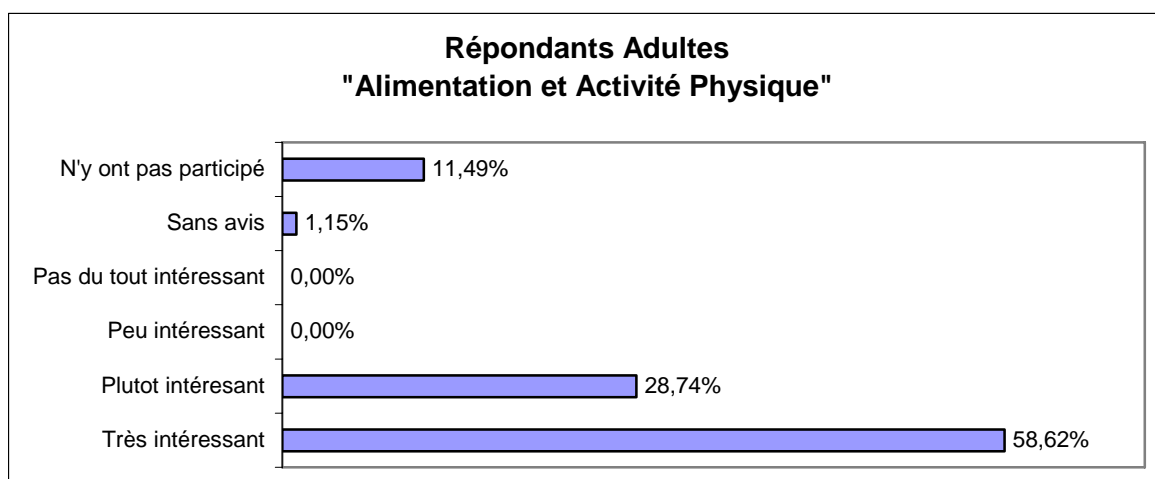
Cet atelier a été particulièrement apprécié de la presque totalité des jeunes (77%). A l'inverse, la population adulte a eu tendance à délaisser cet atelier, par manque d'intérêt, ne se sentant pas concernée. En effet, 46% des adultes n'y ont pas participé.



**✕ Atelier « Alimentation et Activité Physique »**

L'assiduité à ce stand de diététique a été particulièrement bonne, de l'ordre de 90% des visiteurs.

Toutes les catégories d'âge ont manifesté un intérêt particulier vis à vis de l'alimentation.



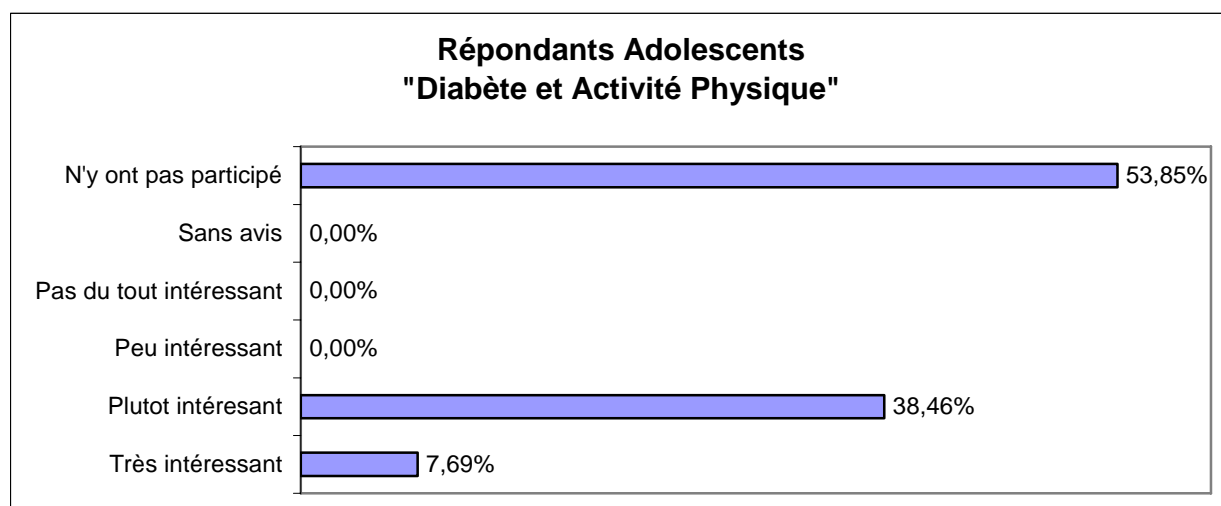
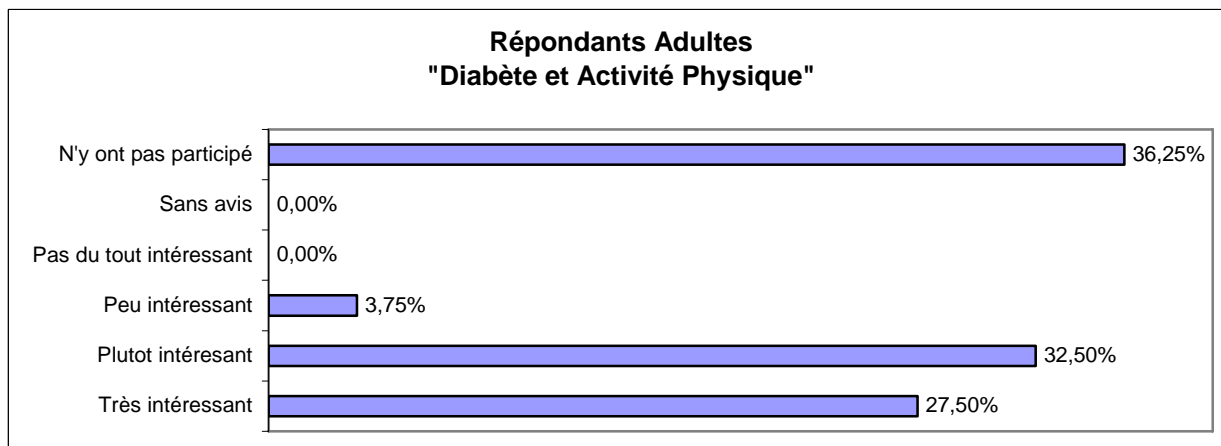
✕ Atelier « le Diabète et l'activité physique »

La fréquentation de ce stand a été nettement meilleure dans la population adulte (64%) que dans la jeune population (46%). 60% des adultes l'ont trouvé intéressant, contre 46% chez les moins de 16 ans.

Ceci pourrait montrer éventuellement que le diabète reste chez les jeunes une maladie peu connue et d'une compréhension difficile.

La prévalence plus importante du diabète chez les adultes peut également en être la cause.

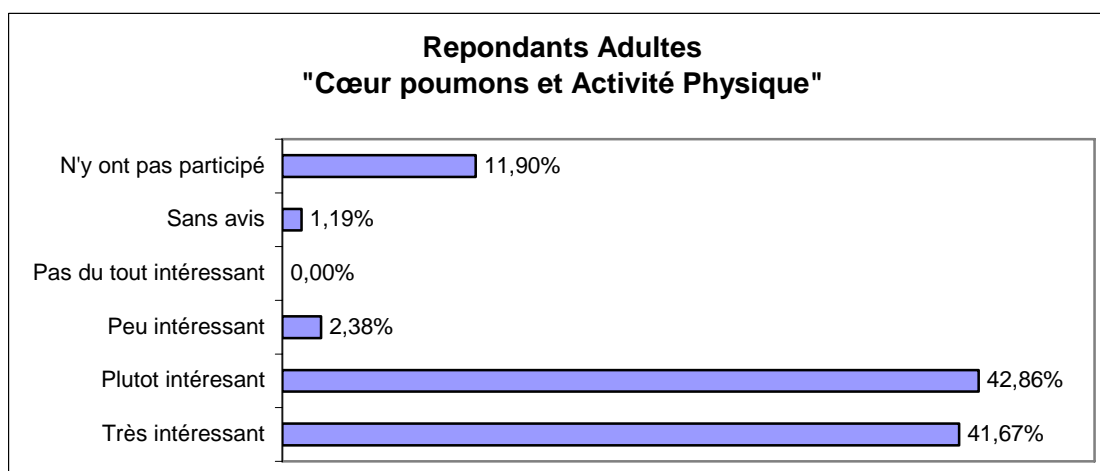
L'indice de satisfaction des adultes aurait pu être meilleur si un dépistage avait été proposé, car celui-ci fait partie des attentes principales de la population.

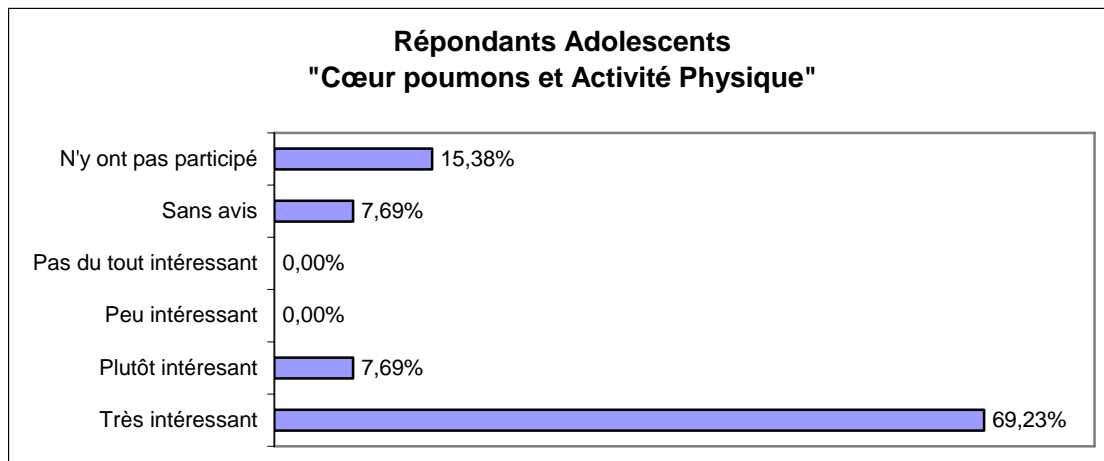


### ✕ Atelier « Cœur Poumons et l'activité physique »

Le succès de cet atelier est incontestable avec une fréquentation supérieure à 80% et un taux de satisfaction très élevé, de l'ordre de 77% chez les jeunes, et 84% chez les personnes adultes.

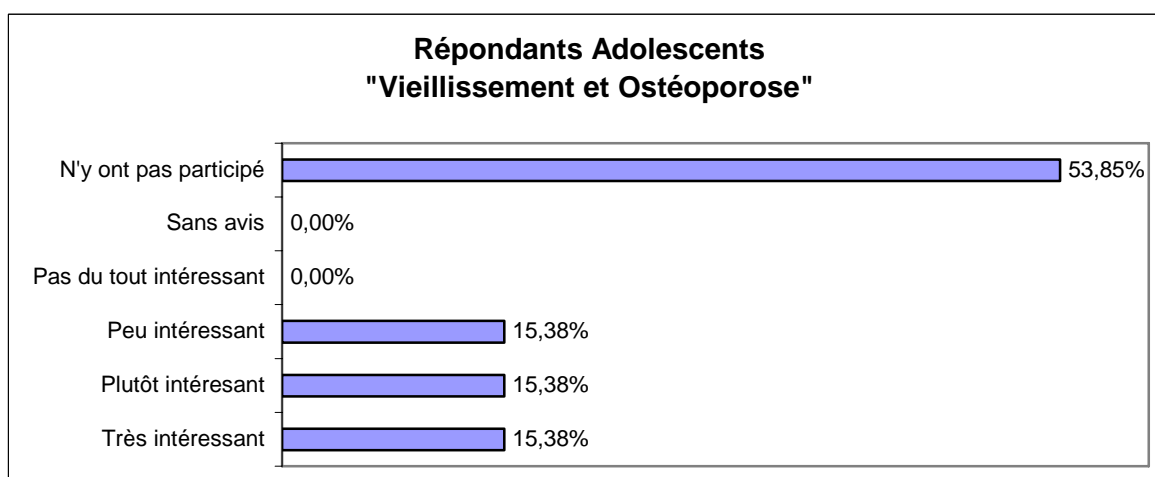
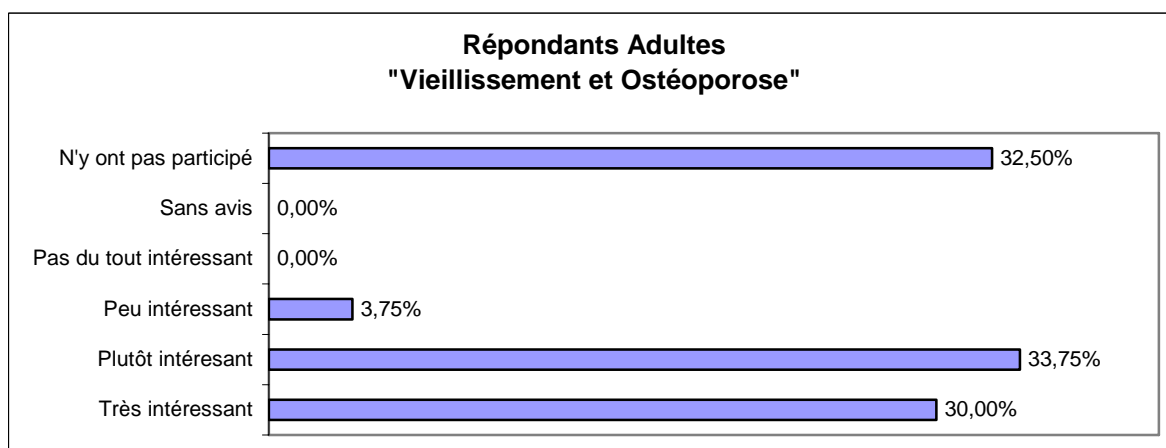
Il semble donc que cet atelier ait su s'adapter aux différentes catégories d'âge, en sachant répondre aux interrogations spécifiques.





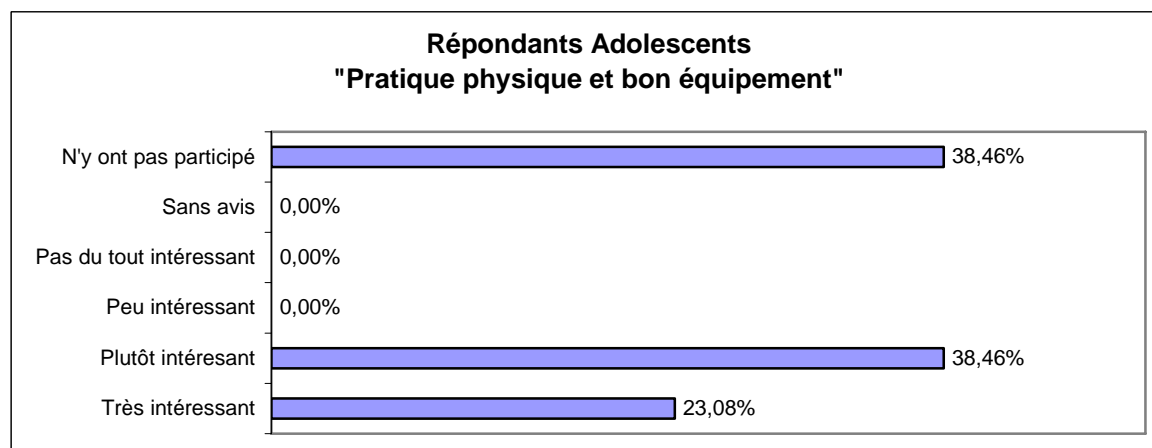
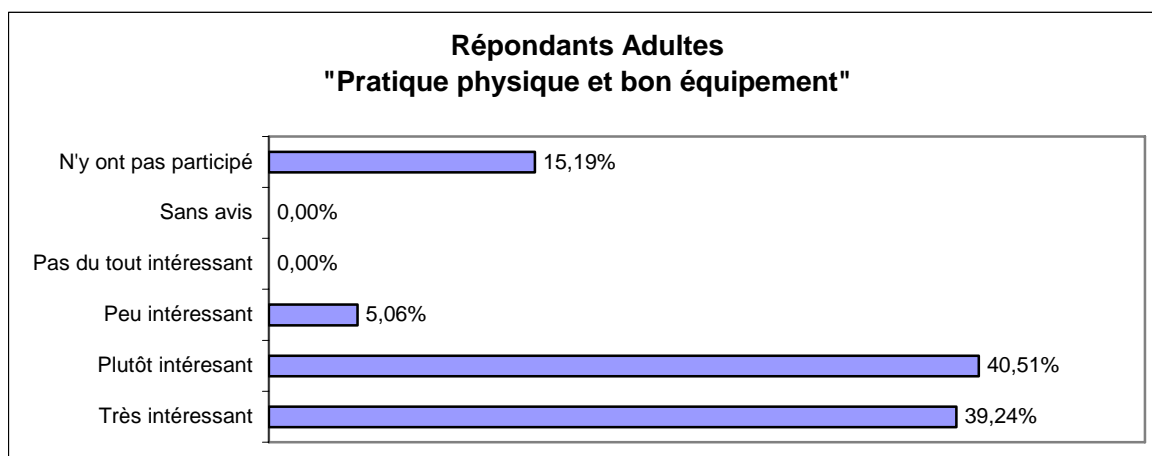
✕ Atelier « Vieillesse et Ostéoporose »

Ce thème, davantage destiné aux adultes et aux personnes âgées, a peu concerné les jeunes visiteurs, qui ne l'ont fréquenté qu'à 46%. 67% des enquêtés adultes ont consulté cet atelier, et 63% ont été satisfaits.



### ✕ Atelier « Pratique physique et bon équipement »

La fréquentation de cet atelier a été très correcte, avec une participation de 61% des jeunes et 84% des adultes. On note un très bon indice de satisfaction, dans les deux populations mais particulièrement élevé chez les adultes.

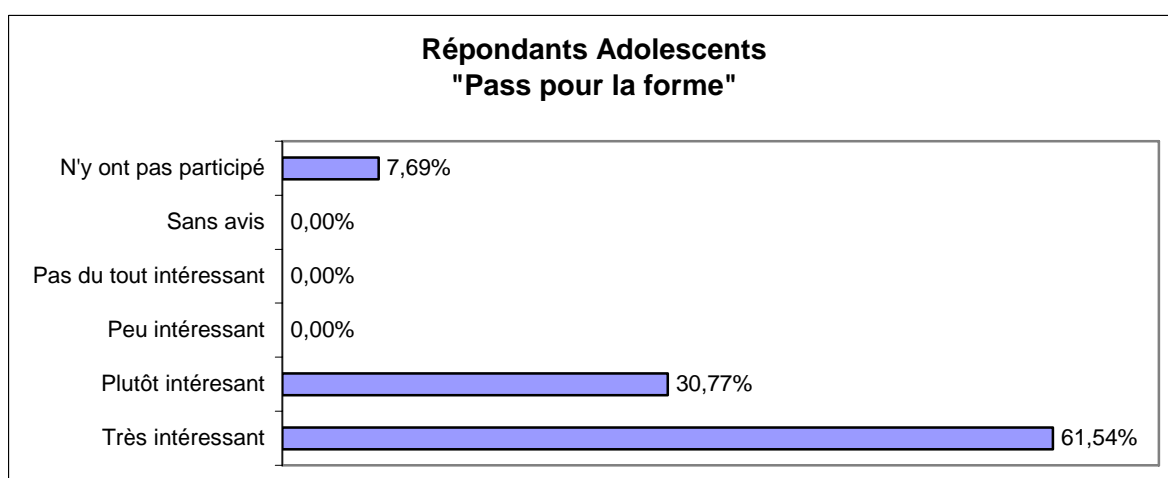
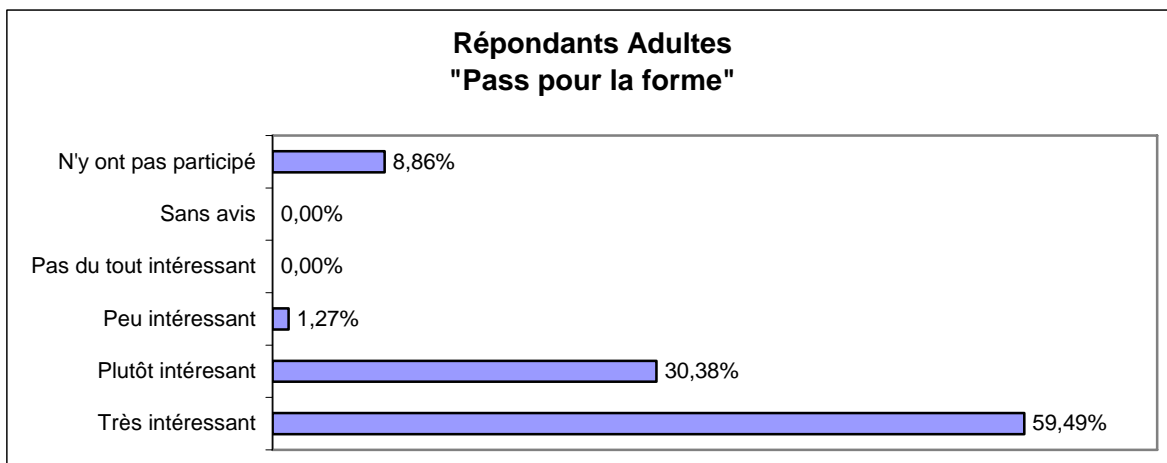


### ✕ Atelier « Pass pour la Forme »

L'intérêt pour ce stand est évident puisqu'il permet de faire une synthèse des ateliers précédents et permet de modifier les habitudes en matière d'hygiène de vie des visiteurs, dans un objectif de santé.

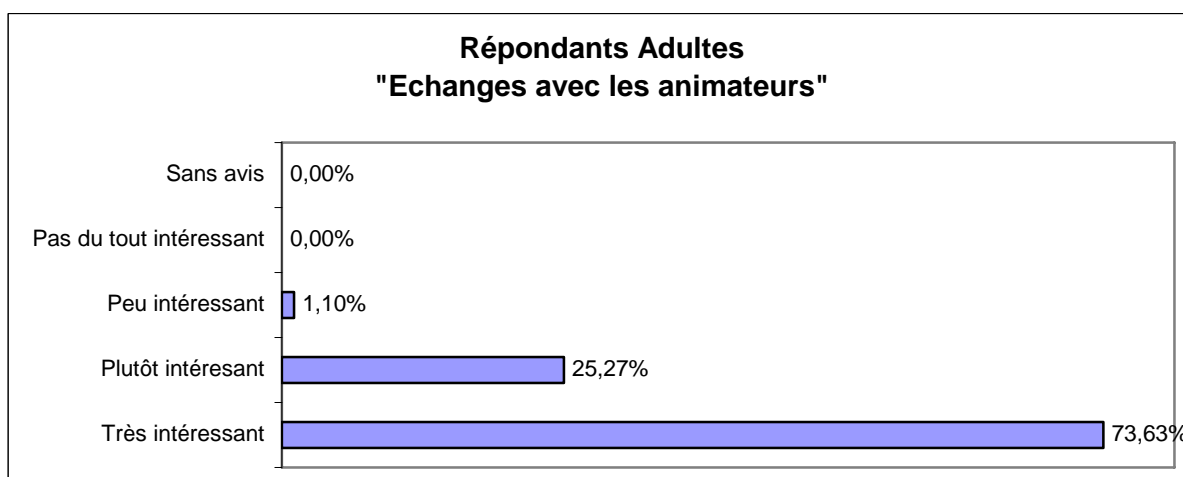
La fréquentation a semble-t-il été meilleure chez les jeunes (92%) que chez les adultes (91%).

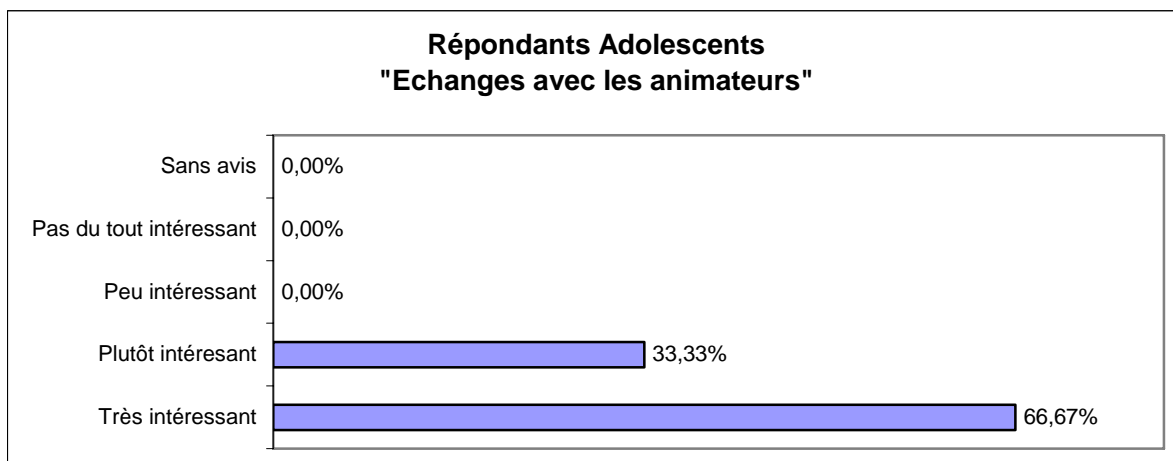
L'indice de satisfaction est toutefois identique dans les deux populations, de l'ordre de 91% de personnes très satisfaites.



### ✕ Qualité des échanges avec les animateurs

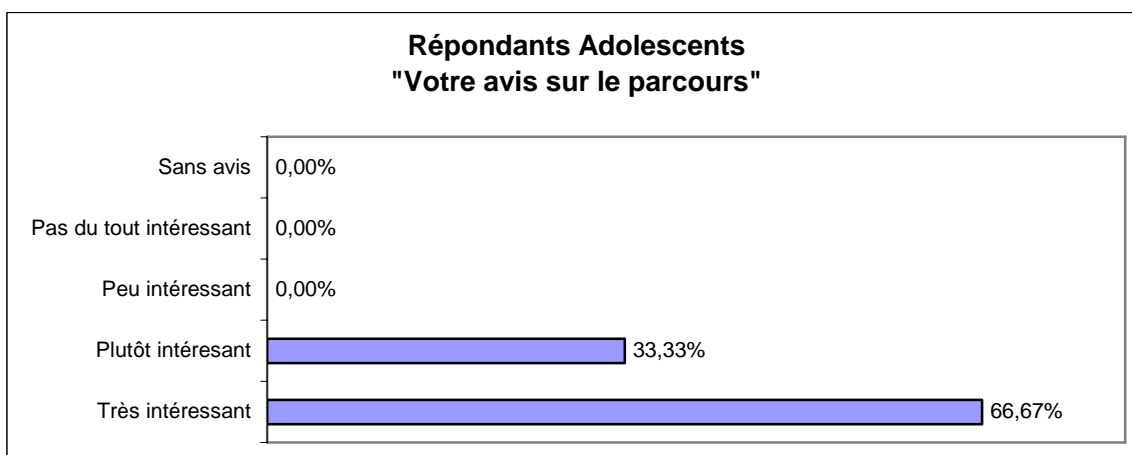
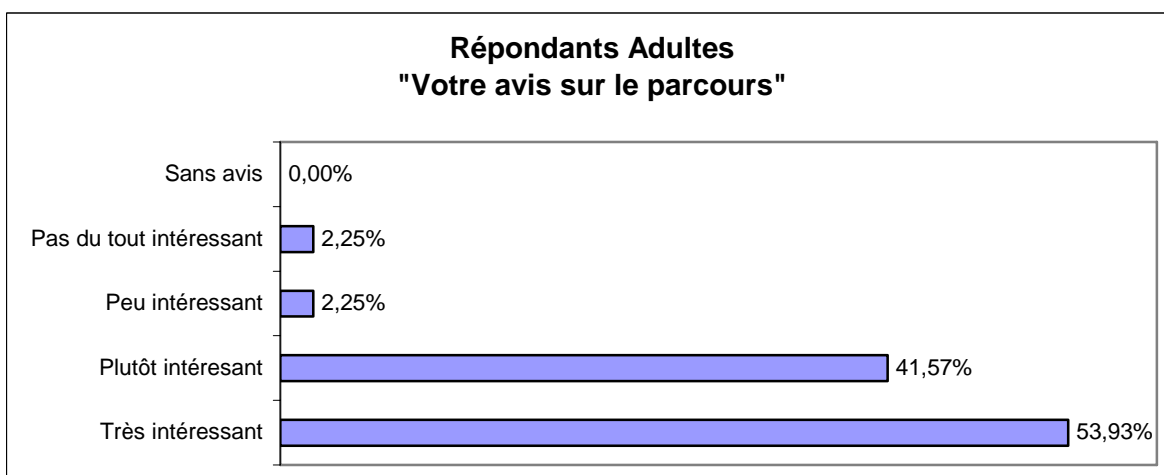
Les échanges ont été de très bonne qualité, mais surtout en parfaite symbiose avec les attentes du public. En effet, 67% des jeunes et 74% des adultes avouent être très satisfaits des conseils prodigués.





✕ **Le parcours**

Le parcours a ainsi été apprécié de la presque totalité du public. Seuls 4,5% des adultes ont été peu ou pas satisfaits.



✕ **Ateliers supplémentaires**

L'avis des adolescents reste trop diversifié, sur un échantillon restreint, ce qui rend l'analyse non significative. L'opinion des adultes est également très diversifiée, les

thèmes proposés révèlent certaines interrogations sur l'état de santé des visiteurs. En effet, ceux-ci expriment le souhait de pouvoir bénéficier de tests de dépistage, test d'évaluation afin de vérifier leur « bonne santé ».

La recherche d'un bien être est également exprimée par certaines demandes d'ateliers de relaxation, de gestion du stress, hygiène de vie à la maison, ... D'autres thèmes de prévention sont également proposés : problèmes alimentaires et facteurs de risques cardio-vasculaires, obésité, podologie, problèmes auditifs ...

### ✕ Amélioration des connaissances

Le parcours a eu un impact positif chez 85% des jeunes et 75% des adultes, qui déclarent avoir amélioré leurs connaissances, par les activités proposées aux ateliers, mais surtout par le dialogue avec les professionnels de santé. La majorité d'entre eux (67% des jeunes et 85% des adultes) s'apprêtent à modifier leur comportement et suivre les conseils prodigués.

## ☒ CONCLUSION

Le parcours « Bougez, c'est la Santé® » est une opération qui a globalement satisfait les visiteurs. La multiplicité des ateliers proposés a permis à chaque classe d'âge de trouver les informations la concernant. La fréquentation de ce salon reste très honorable compte tenu de l'absence d'efforts de promotion engagée pour développer l'impact de la manifestation.

Ce salon met en évidence le fait que les problèmes de santé et d'hygiène de vie restent une préoccupation majeure de la population tant adulte que adolescente.

Les différents ateliers proposés semblaient répondre aux attentes des visiteurs mais l'enquête de satisfaction ne peut que nous inciter à améliorer le dispositif, en proposant par exemple d'avantage de tests de dépistage, des conseils plus pertinents pour corriger certaines habitudes et facteurs de risque dans la vie de tous les jours.

Les visiteurs ont particulièrement apprécié l'originalité de ce salon, qui repose sur la rencontre avec des professionnels de santé, par l'intermédiaire d'un dialogue médical, partant d'une base de prévention générale pour déboucher secondairement sur des conseils personnalisés. L'environnement accueillant et convivial dans un contexte de détente facilite ce dialogue qui devient plus accessible et compréhensible. Cet échange s'inscrit dans le cadre d'une compétence spécifique des intervenants qui semblent avoir séduit la majorité du public.

Le succès de cette première opération de ce type ne peut que nous encourager à renouveler celle ci. Les remarques faites sur ce salon sont riches d'informations quant aux attentes du public et pourront servir de base de réflexion pour optimiser les prochaines interventions.

## 7. CONCLUSION

On constate un essor des actions de prévention. Celles-ci se diversifient pour toucher des populations différentes mais restent toutes centrées sur la promotion des activités physiques et de l'hygiène de vie dans un but de santé.

Le salon grand public « Bougez, c'est la Santé® » a été une expérience très enrichissante pour cette première édition. Ce salon a réussi à sensibiliser un important public en utilisant un mode de communication spécifique et particulièrement efficace basé sur un échange avec des professionnels de santé. La compétence des intervenants et le cadre convivial de détente dans lequel s'inscrit ce salon semble être un atout essentiel pour la réussite d'une telle opération.

Parmi les autres actions de prévention engagées, on peut insister également sur le succès des conférences publiques et des formations au sein des clubs et des stages d'entraînement. Ces opérations s'adressent à un public préoccupé par les problèmes de santé et d'hygiène de vie, raison pour laquelle nos actions sont particulièrement ciblées et efficaces.

La prévention en milieu scolaire au sein des classes sportives se poursuit depuis plusieurs années et évolue vers une meilleure formation des élèves, grâce à une méthode pédagogique qui semble plus performante. Ces actions sont également particulièrement intéressantes car elles sont le support d'enquêtes épidémiologiques. Celles-ci apportent une importante base de données particulièrement sur les habitudes de pratiques sportives et d'hygiène de vie de cette population. C'est la raison pour laquelle la qualité de ces enquêtes doit continuer à s'améliorer pour en permettre la diffusion lors de congrès scientifiques ou sous forme de publications.

Il semble donc que la diversité des actions de prévention a réussi d'une part à s'adapter à des populations de nature différente, et d'autre part à répondre aux demandes d'informations spécifiques des différents publics.

Ce programme de prévention est également le support de certaines études épidémiologiques. La conférence publique diffusée à Cambrai a en effet été l'occasion d'évaluer les habitudes sportives et d'hygiène de vie d'une population adulte. Ces travaux ont révélé d'une part l'existence de certaines erreurs de comportement pouvant avoir des répercussions sur la santé et d'autre part une motivation et un souhait du public à vouloir s'informer.

Celle du salon « Bougez, c'est la Santé® » met en évidence une attente d'un public peu concerné par le sport mais désireux de s'intégrer dans une action de lutte contre la sédentarité par la pratique d'activités physiques et sportives.

## Rapport d'activités des Actions « Sport Passion Sport Santé » Année 2002



Institut Régional de Biologie et de Médecine du Sport  
Centre Vauban – 201 rue Colbert  
59800 LILLE

Téléphone : 03.20.40.29.79  
Fax : 03.20.40.21.43  
Email : [irbms@nordnet.fr](mailto:irbms@nordnet.fr)  
Site Internet : [www.irbms.com](http://www.irbms.com)

SPORT PASSION ANNEE 2002

**Conception** : Patrick BACQUAERT – Frédéric MATON

**Rédaction** : Sylvine RADOLA

Collaborations extérieures : Observatoire Statistique de la CRAM Nord-Picardie