

Bibliographie indicative : Sport, santé, bien-être et personnes âgées

Octobre 2014

Table des matières

Généralités	5
Ouvrages.....	5
Rapports	5
Dossiers	6
Sport, activité physique et personnes âgées	8
Ouvrages.....	8
Rapports	10
Etudes.....	10
Articles.....	10
Sites internet	12

Note : Certains de ces documents sont disponibles dans nos centres de documentation. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter les documentalistes des centres de documentation de l'IREPS Haute-Normandie de Rouen et Evreux.



Centre de documentation de Rouen :

Adresse :
IREPS de Haute-Normandie
Pôle Régional des Savoirs
115 bd de l'Europe
76100 ROUEN

Tél : 02 32 18 07 60

Du lundi au vendredi, de 10h à 12h30 et de 14h à 16h45

Email : doc76@ireps-hn.org

Centre de documentation d'Evreux :

Adresse :
IREPS de Haute-Normandie
3 bis rue de Verdun
27000 EVREUX

Tél : 02 32 39 05 73

Les mardi, mercredi et jeudi, de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h00

Email : doc27@ireps-hn.org

Généralités

Ouvrages

BACQUAERT Patrick, MATON Frédéric

A vos marques, prêts... Bougez ! Et sportifiez-vous ! La santé et le bien-être par l'activité physique
Chiron, 2009, 288 p.

Cet ouvrage permet de mieux connaître le fonctionnement du corps humain, prouve l'intérêt d'une évaluation d'aptitude physique et montre l'ensemble des bénéfices apportés par une pratique physique ou sportive au quotidien. Il insiste sur la pratique d'une activité physique dans le cas de personnes atteintes de maladies chroniques telles que l'asthme, l'obésité, l'hypertension artérielle... Certains sports sont décrits quant à leurs bénéfices sur la santé, comme la marche, la natation, le vélo, le roller... mais l'ouvrage s'intéresse aussi à des activités du quotidien comme le jardinage, le bricolage ou encore les tâches ménagères.

Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM)

Activité physique. Contextes et effets sur la santé

Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM), 2008, 811 p.

Ce document propose analyse des déterminants individuels et collectifs susceptibles de favoriser l'activité physique, une évaluation des effets de l'activité physique sur la santé, ainsi que l'analyse des contextes sociaux et environnementaux dans lesquels se sont développées les activités physiques et sportives au cours de l'histoire récente.

[Consulter le document sur le site de l'INSERM](#)

PEREIRA Didier

Organiser un évènement sport-santé-bien-être

Publibook, 2013, 159 p.

Cet ouvrage dispense des pistes et conseils pour créer un événement sport-santé-bien-être

Rapports

Agence régionale de santé (ARS) de Haute-Normandie, Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) de Haute-Normandie, GUERENTE Sylvie, LOUDIYI Claire

Plan "Sport, Santé, Bien Être"(SSBE) Haute-Normandie 2013 – 2017

Agence régionale de santé (ARS) de Haute-Normandie, Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) de Haute-Normandie, 2014-02, 54 p.

Le Plan National « Sport, Santé, Bien-Être » (SSBE) est une politique de santé publique mise en place conjointement par Mme Valérie Fourneyron, ministre des sports, de la jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie associative, et par Mme Marisol Touraine, ministre des affaires sociales et de la santé. Il décline les grandes orientations présentées par les ministres lors d'une communication conjointe en octobre 2012. Il vise à promouvoir les activités physiques et sportives (APS) pour tous et à tous les âges de la vie.

[Consulter le document sur le site de l'ARS Haute-Normandie](#)

Académie nationale de médecine, BAZEX Jacques, PENE Pierre (et al.)

Les activités physiques et sportives - la santé - la société

Académie nationale de médecine, 2012, 12 p.

Ces travaux de l'Académie nationale de médecine ont pour objectif d'examiner les avantages d'une pratique "régulière, raisonnée, raisonnable" des activités physiques et sportives (APS), de rappeler la désaffection de la population française vis-à-vis des APS et d'en analyser les causes, d'indiquer le volume d'activités qui offre le meilleur rapport bénéfice-risque, de proposer une organisation nouvelle impliquant les pouvoirs publics pour guider le citoyen vers une pratique bénéfique pour l'organisme.

[Consulter le document sur le site de l'académie de médecine](#)

Ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative, TOUSSAINT Jean-François
Retrouver sa liberté de mouvement. PNAPS Plan National de prévention par l'Activité Physique ou Sportive

Ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative, 2008, 295 p.

Ce rapport d'expertise du PNAPS, plan national de prévention par l'activité physique OU sportive, propose, en s'appuyant sur les conclusions de l'expertise Inserm publiée en mars dernier, d'encourager toutes les situations qui favorisent la pratique au quotidien et permettent d'améliorer notre qualité de vie.

[Consulter le document sur le site du Ministère des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes](#)

NAVES Marie-Cécile

Comment inciter le plus grand nombre à pratiquer un sport ou une activité physique ?

Note d'analyse - Questions sociales, n° 217, 2011-04, 10 p.

A l'heure où le sport et l'activité physique font l'objet d'une attention croissante des acteurs publics (Ministère des sports, collectivités locales, Union européenne) comme privés (fédérations, clubs, entreprises), le Centre d'analyse stratégique s'interroge sur l'offre sportive en France et son adaptation à la pratique de masse non compétitive, les incitations les plus efficaces à la pratique par tous d'un sport ou d'une activité physique, et les types d'acteurs impliqués dans la conciliation entre les objectifs de politique publique et le respect des préférences individuelles.

[Consulter le document sur le site de l'IBMS](#)

Dossiers

Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM), TESTARD-VAILLANT P

Sport : voies du plaisir, revers de la douleur

Science & Santé, n° 15, 2013-08, pp. 22-33

Le N°15 juillet/août 2013 de Science & Santé, publication de l'Inserm, consacre un dossier aux relations entre sport et santé : plaisir, souffrance, dopage, sexe, reconstruction, aliénation... Qui, finalement, du plaisir ou de la douleur, l'emporte dans le sport ? Faut-il décréter le match nul ? En aucun cas. À tout âge et même sur le tard, faire « transpirer la machine » pour se sentir plus fort sur le plan mental, émotionnel et physique, c'est toujours faire le bon choix !

[Consulter le document sur le site de l'Inserm](#)

BENATTAR Francine, GRANIER Jean, LANGLOIS Géraldine (et al.)

Activités physiques et sportives. Dossier

Contact santé, n° 232, 2011-03, pp. 16-50

Ce dossier, composé de 10 articles, est consacré à l'activité physique et sportive. Il aborde les bienfaits et méfaits de l'activité physique, sa relation avec la santé, traite du sport intensif, de l'éducation physique au lycée, de la notion de performance ainsi que son rôle d'intégration. Il s'interroge également sur son impact sur la longévité et évoque pour finir le lien sport-handicap ainsi que le positionnement de l'entreprise dans le sport.

Comité départemental d'éducation pour la santé (CoDES) des Alpes-de-Haute-Provence
Sport et santé : promouvoir la santé à tous les âges de la vie par une activité physique adaptée
CoDES des Alpes-de-Haute-Provence, 2010-10-15, np

Ce dossier documentaire vient en complément des débats abordés lors du colloque "Sport et santé : promouvoir la santé à tous les âges de la vie par une activité physique adaptée", qui s'est déroulé le 15 octobre 2010 à Digne- les-Bains. Il s'articule en 5 parties : l'activité physique dans les textes officiels et les résultats d'études des comportements en France, en PACA et au Québec, les connaissances factuelles au sujet des bienfaits de l'activité physique, les expériences de promotion de l'activité physique, les limites du sports et les questionnaires d'évaluation des aptitudes.

GENET Caroline

Sport et santé. Dossier

Revue de santé scolaire & universitaire, n° 5, 2010-09, pp. 9-25

Ce dossier illustre l'un des cinq axes prioritaires de l'Education nationale pour la rentrée 2010-2011, le renforcement de la pratique du sport à l'école : il est composé d'articles sur des actions de terrain et des programmes valorisant le sport comme facteur de bien-être et de prévention de conduites à risques pour l'enfant, depuis l'école jusqu'à l'université.

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), FAYARD Annick, FRITZ-LEGENDRE Myriam

La santé... par l'activité physique !

La santé de l'homme, n° 387, 2007, pp. 11-44

Quel est l'intérêt de l'activité physique pour la santé ? Comment inciter jeunes et moins jeunes à pratiquer ? C'est le thème du dossier central de ce numéro dans lequel quinze experts présentent l'état des connaissances et pratiques innovantes en la matière. Présentation par ailleurs de l'Espace santé jeunes de Nanterre, une structure innovante de prévention et d'accueil pour les 12-25 ans qui échappent au circuit habituel du soin et du social.

[Consulter le document sur le site de l'INPES](#)

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES)

Activité physique et santé

La santé en action, n° 429, pp. 4-12

Pour cette séquence consacrée à l'activité physique, nous avons mis à contribution trois experts. Le professeur Jean-François Toussaint livre les enseignements des travaux scientifiques les plus récents. Il insiste sur le fait que l'activité physique a des effets bénéfiques sur les personnes bien portantes mais aussi sur celles atteintes de diverses pathologies. Le professeur Daniel Rivière souligne, pour sa part, l'intérêt de l'activité physique pour prévenir et retarder le déclin fonctionnel chez les personnes avançant en âge. Tous deux ont, à la demande des autorités de santé, piloté des rapports d'expertise sur ces sujets. Enfin, le docteur Jean-Luc Grillon fait le point, à partir de l'expérience de la région Champagne-Ardenne, sur les initiatives qui permettent aux personnes souffrant de maladies chroniques d'accéder à une pratique d'activité physique adaptée à leur état de santé. Il est en particulier frappant de constater à quel point ces patients reprennent confiance en eux et développent des liens sociaux. [résumé éditeur]

[Consulter le document sur le site de l'INPES](#)

TOUSSAINT Jean-François

Sport, santé, bien-être : quelques clés européennes

Sport et citoyenneté, n° 23, 2013, pp. 8-12

Ce dossier propose un état des lieux complet de la situation en Europe, et notamment les conclusions du groupe d'experts « Sport, Santé et Participation », mis en place par le Conseil de l'UE

en 2011. Ces dernières devraient servir de base à une future recommandation du Conseil visant à promouvoir les bénéfices de l'activité physique pour la santé.

[Consulter le document sur le site de Sport et citoyenneté](#)

Sport, activité physique et personnes âgées

Ouvrages

BOUDESSEUL G

Activités physiques et sportives et vieillissement. Enjeux sanitaires et sociaux.

Editions Modulaires Européennes, 2009, 182 p.

Cet ouvrage est consacré à l'examen des rapports entre activités physiques et sportives (APS) et vieillissement. La première partie décrit les effets bénéfiques des activités physiques pour le système cardiovasculaire, le tissu osseux ou la mémorisation d'exercices à la fois réguliers et adaptés. La deuxième se focalise sur l'évaluation des dispositifs institutionnels mis en oeuvre, qu'il s'agisse de plans stratégiques, de politiques de formation ou de programme de remise en forme et de prévention. Enfin, les derniers chapitres attirent l'attention sur des composantes démographiques, économiques et socioculturelles (financement des retraites, coûts de la protection sociale et solidarité intergénérationnelle).

DEPIESSE Frédéric

Prescription des activités physiques : en prévention et en thérapie

Masson, 2009, 383 p.

L'objectif de cet ouvrage est de résumer les connaissances nécessaires aux médecins pour qu'ils puissent conseiller des activités physiques en prévention primaire et de prescrire en pratique médicale courante les activités physiques aux patients porteurs de maladies chroniques. La première partie s'intéresse au développement et à la mise en place des activités physiques pour favoriser la promotion de la santé, la seconde propose un classement par pathologie, la troisième un classement par population (femmes enceintes, personnes âgées, enfants).

DIONNE Isabelle, RIESCO Eléonore, BROCHU Martin (et al.)

Santé, Activité physique et bien-être pour les seniors

Chiron, 2012, 132 p.

L'ouvrage aborde notamment les dimensions suivantes : Grands enjeux en activité physique et vieillissement ; fonctions musculaires et vieillissement ; fonctions cardiopulmonaires ; rôle de l'activité physique par rapport à l'ostéoporose et à l'arthrose ; fonctions immunitaires ; cognition et santé psychologique ; limites et perspectives d'avenir.

FEILLET Raymonde

Corps, vieillissement et identité : entre préservation et présentation de soi. Place des activités physiques et sportives

Erès, 2012, 196 p.

Cet ouvrage traite du vieillissement du corps et le rapport à l'avancée en âge. L'auteur s'intéresse aux représentations sociales et culturelles de la vieillesse (diffusées par exemple dans les médias) et à l'expérience corporelle individuelle du vieillissement, notamment à travers l'analyse de la place des activités physiques et sportives.

FEILLET Raymonde

Pratiques sportives et résistance au vieillissement

L'Harmattan, 2010, 242 p.

L'analyse porte sur les pratiques physiques et sportives des retraités, femmes et hommes de toutes conditions sociales. Cependant, l'investissement dans des exercices physiques a un double sens : résister au vieillissement mais aussi avoir une conscience accrue de ses pertes. L'objectif de la recherche a donc été de comprendre quelles étaient les valeurs réelles que les retraités, dans leurs diversités, accordaient à leurs pratiques sportives.

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), BARTHELEMY Lucette, BODARD Julie, FEROLDI Julie

Actions collectives "Bien vieillir". Repères théoriques, méthodologiques et pratiques

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), 2014-04, 107 p.

Les actions collectives de prévention constituent un axe majeur du Bien vieillir, car elles renforcent les comportements protecteurs de santé. L'approche globale et positive de la santé constitue le fil conducteur de ce guide d'aide à l'action prenant en compte l'ensemble des déterminants individuels, sociaux et environnementaux.

[Consulter le document sur le site de l'INPES](#)

JEANDEL Claude, BERNARD Pierrick, SEYNNES Olivier (et al.)

Aptitude physique, santé et vieillissement

Sauramps Médical, 2004, 306 p.

Cet ouvrage présente les moyens favorables au bien vieillir, permettant à l'homme de rester libre de ses mouvements et de garder une qualité de vie aussi bonne que possible et adaptée à son âge. Aborde les notions de vieillissement de la population, l'influence du vieillissement sur l'aptitude physique, l'influence de l'exercice sur la santé...

LECOCQ Jean

Sport, appareil locomoteur et vieillissement

Sauramps Médical, 2007, 171 p.

Le sport est de plus en plus pratiqué par la population de la cinquantaine et jusqu'à des âges très avancés en raison de l'engouement général pour le sport et du vieillissement de la population des pays occidentaux. Le vieillissement naturel altère la composition et la fonction de tous les tissus et organes dont ceux de l'appareil locomoteur mais ces processus peuvent être ralentis ou limités par les activités physiques et sportives.

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), ESCALON Hélène, VUILLEMIN Anne, BECK François

Alimentation et activité physique : pratiques, perceptions et connaissances des recommandations

Les comportements de santé des 55-85 ans. Analyses du Baromètre santé 2010, 2014, pp. 142-163

La pratique d'activité physique des 55-75 ans ne s'avère pas si différente de celle des adultes plus jeunes. Celle-ci, faiblement liée à la connaissance des recommandations, montre l'intérêt d'agir sur l'environnement pour promouvoir l'activité physique des seniors. Ces résultats apparaissent dans l'ensemble plutôt encourageants mais sont susceptibles de se modifier au-delà de 75 ans, période qui nécessiterait des recherches complémentaires.

[Consulter le document sur le site de l'INPES](#)

Rapports

RIVIERE Daniel

Dispositif d'activités physiques et sportives en direction des âgés

Ministère des sports, de la jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie associative, Ministère délégué aux personnes âgées et à l'autonomie, 2013-12, 39 p.

Ce rapport a pour objectif d'alimenter le volet "prévention" du projet de loi concernant l'adaptation de la société au vieillissement. Il a pour objectif de proposer des recommandations pour la mise en oeuvre d'une offre sportive adaptée pour un public de seniors (50 ans et plus) aux caractéristiques suivantes : les seniors sans problèmes de santé identifiés, les seniors à risques identifiés (fragiles ou fragilisés), les seniors dépendants.

[Consulter le document sur le site de la documentation française](#)

Etudes

FEILLET R, RONCIN C

Représentations du vieillissement et du risque dans les activités physiques et sportives à la retraite.

Loisir et société, n°24/1, 2001, pp. 205-222

Cette étude porte sur les représentations du vieillissement sur les pratiques sportives et leur incidence sur le risque à la retraite. Dans cette optique, elle compare la population des retraités sportifs aux retraités non sportifs pour mieux vérifier les effets des pratiques sportives sur la gestion du vieillissement au quotidien.

[Consulter le document sur le site de la BDSP](#)

Articles

BLAIN H, VUILLEMIN A, BLAIN A (et al.)

Médecine préventive chez les personnes âgées. Les effets préventifs de l'activité physique chez les personnes âgées

La presse médicale, volume 29, n° 22, 2000, pp. 1240-1248

De par son action bénéfique sur la capacité aérobie, la fonction musculaire, l'intégration sociale, la cognition et l'autonomie, l'activité physique pourrait avoir un intérêt tout particulier chez les sujets âgés fragiles, à condition que les programmes soient adaptés à leurs capacités physiologiques et qu'ils s'associent à une supplémentation nutritionnelle.

[Consulter le document sur le site de la Faculté de médecine Pierre et Marie Curie](#)

BRECHAT Pierre-Henri

Quelles actions de prévention et quelles organisations pour un vieillissement réussi ?

Santé publique, volume 20, n° 5, 2008, pp. 475-487

Les activités physiques et sportives sont un des déterminants de la santé. L'objectif de cette étude est de faire le bilan des logiques à l'oeuvre pour la construction d'une problématique de santé publique pour ce déterminant et sa prise en compte par des actions nationales.

[Consulter le document sur le site de la BDSP](#)

BURLLOT Fabrice, LEFEVRE Brice

Le sport et les seniors : des pratiques spécifiques ?

Retraite et société, n° 58, 2009-2, pp. 133-158

L'analyse des données met en évidence une rupture non négligeable de l'engagement sportif sur la tranche d'âge 50-54 ans. Cette rupture ne doit cependant pas masquer d'une part, un effritement régulier de l'engagement sportif avec l'âge : dans la continuité des moins de 50 ans, la part des sportifs parmi les non retraités après 50 ans est en effet de moins en moins importante...

[Consulter le document sur le site de la BDSP](#)

COLLINET Cécile, SCHUTT Pierre-Olaf, PIERRE Jérémy (et al.)

L'articulation des temporalités dans les politiques de prévention du vieillissement. La prise en compte des activités physiques et sportives comme outil d'anticipation du bien vieillir

Temporalités, n° 19, 2014, [en ligne].

Dans les plans et programmes pour promouvoir le vieillissement réussi ou le vieillissement actif ou encore le bien vieillir, trois piliers semblent se dégager : la nutrition, l'activité sociale et la pratique des activités physiques et sportives (APS). Cet article porte sur la politique de prévention de la vieillesse en bonne santé de manière générale ainsi que sur l'usage des APS comme outil privilégié de celle-ci et du maintien en bonne santé des personnes âgées et leur articulation avec les parcours de vie individuelle.

[Consulter le document sur le site de la revue Temporalités](#)

HENAFF-PINEAU Pia-Caroline

Vieillesse et pratiques sportives : entre modération et intensification

Lien social et Politiques, n°62, 2009, pp. 71-83

Cet article propose une analyse sociologique des transformations des pratiques sportives avec l'avancée en âge. Si le vieillissement semble inexorablement se traduire par une réduction des activités, de plus en plus nombreux sont les seniors, même âgés, qui persistent dans une pratique physique ou sportive, quelquefois éloignée de la norme médicale de modération. Une enquête par entretiens menée auprès de 124 seniors, hommes et femmes, âgés de 50 à 89 ans, pratiquant notamment des gymnastiques d'entretien, des courses de longue durée, du tennis, permet de mettre en évidence une typologie des trajectoires sportives et des stratégies contrastées d'adaptation au vieillissement, entre économie et surenchère d'efforts.

[Consulter le document sur le site de la BDSP](#)

RIVIERE Daniel

Développer l'activité physique pour la santé des seniors

La santé en action, n° 429, 2014-09, pp. 7-9

Dans cet article, Le professeur Daniel Rivière souligne l'intérêt méconnu de l'activité physique pour prévenir et retarder le déclin fonctionnel.

[Consulter le document sur le site de l'INPES](#)

SWYNGHEDAUW B

L'exercice physique, seul traitement validé du vieillissement. Évidence. Limites. Mécanismes

La revue de gériatrie, volume 34, n° 3, 2009-03, pp. 209-220

Cet article se découpe en trois parties : l'exercice physique en prévention primaire ou secondaire, l'évidence ; l'exercice physique chez le sujet âgé et ses risques ; les cascades métaboliques mises en jeu par l'exercice.

SANTOS-EGGIMANN Brigitte, SEEMATTER-BAGNOUD Laurence, LENOBLE-HOSKOVEC Constanze (et al.)

Promotion de l'activité physique chez les aînés : enjeux et stratégies spécifiques

Revue Médicale Suisse, n° 8, 2012, pp. 1453-1457

Avec l'avance en âge, le maintien d'une activité physique régulière est déterminant pour conserver les capacités fonctionnelles nécessaires aux activités de la vie quotidienne. Cependant, la sédentarité

est encore trop répandue chez les adultes âgés, notamment par crainte de péjorer des problèmes de santé par l'exercice physique, alors même que les symptômes de leurs pathologies chroniques pourraient s'en trouver soulagés. Au vu de ce constat, la promotion de l'activité physique est l'une des cinq thématiques prioritaires du projet «Via» – Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées, mené par Promotion Santé Suisse, dont cet article résume les recommandations. [Consulter le document sur le site de la Revue Médicale Suisse](#)

Sites internet

Fédération nationale du sport en milieu rural (FNSMR)

La FNSMR est une fédération multisports qui a pour mission d'animer et de développer le milieu rural par le biais de la pratique sportive de loisir accessible à tous.

[Consulter le site de la FNSMR](#)

Réseau sport santé bien-être Nord-Pas-de-Calais

Ce réseau coordonne la promotion de l'activité physique ou/et du sport santé afin de lutter contre certaines maladies chroniques comme l'obésité, le diabète, les maladies cardio-vasculaires, certains cancers, l'ostéoporose, les maladies neuro-dégénératives ou plus généralement le mal être.

[Consulter le site du Réseau sport santé bien-être Nord-Pas-de-Calais](#)

INSERM

L'Inserm propose un dossier en ligne sur l'activité physique.

[Consulter le dossier sur le site de l'INSERM](#)

Ministère des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes.

Le site propose un dossier en ligne « Activité physique et santé ». Sont présentés : Les plans nationaux d'actions, des rapports et expertises, ainsi que des outils.

[Consulter le dossier sur le site du Ministère des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes.](#)

DRJSCS Champagne-Ardenne

Ce site propose un dossier sur l'activité physique et le sport

[Consulter la page « sport santé » de la DRJSCS Champagne-Ardenne](#)

Agence de la santé publique du Canada

Ce site propose plusieurs outils téléchargeables sur le thème de l'activité physique à destination des enfants, des adolescents, des adultes et des personnes âgées.

[Consulter le site de l'Agence de la santé publique du Canada](#)

Société canadienne de physiologie de l'exercice (SCPE)

La Société canadienne de physiologie de l'exercice est un organisme bénévole formé de professionnelles et de professionnels qui s'intéressent à la recherche scientifique en physiologie de l'exercice, en biochimie de l'exercice, en condition physique et en santé, et qui s'investissent dans ces domaines.

[Consulter le site de la SCPE](#)

Ministère de la ville, de la jeunesse et des sports

Le site propose une page sur « Pourquoi promouvoir la santé par le sport ? »

[Consulter le site du Ministère de la ville, de la jeunesse et des sports](#)

[Consulter la page dédiée à la campagne « Le sport c'est la santé » sur le site du Ministère de la ville, de la jeunesse et des sports](#)

Site www.des-communes-sengagent.fr

Le site propose une page sur : Activité physique : des bienfaits démontrés

<http://www.des-communes-sengagent.fr/s-informer/>