

PLAN D'ACTION MONDIAL POUR PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE 2018-2030

UNE POPULATION PLUS ACTIVE POUR UN MONDE EN MEILLEURE SANTÉ



UNE VISION POUR UN MONDE PLUS ACTIF

Il est prouvé que l'activité physique régulière aide à prévenir et à traiter les maladies non transmissibles (MNT) comme les cardiopathies, les accidents vasculaires cérébraux, le diabète et les cancers du sein et du colon. Elle aide aussi à prévenir l'hypertension, le surpoids et l'obésité et peut améliorer la santé mentale, la qualité de vie et le bien-être. Pourtant, dans une grande partie du monde, les gens sont de moins en moins actifs. Les taux d'inactivité augmentent parallèlement au développement économique des pays. Dans certains pays, ils peuvent atteindre 70 % sous l'effet de l'évolution des modes de transport, de l'utilisation accrue des technologies, des valeurs culturelles et de l'urbanisation.

Si l'on n'agit pas pour accroître les niveaux d'activité physique, les coûts liés à ce problème continueront d'augmenter, ce qui aura des conséquences négatives sur les systèmes de santé, l'environnement, le développement économique, le bien-être de la communauté et la qualité de vie.

Ce nouveau Plan d'action mondial pour promouvoir l'activité physique répond à la demande des pays qui voulaient disposer d'orientations actualisées et d'un cadre de mesures efficaces et réalistes pour développer l'activité physique à tous les niveaux. Ce plan fixe quatre objectifs et recommande 20 actions applicables dans tous les pays. Il englobe les multiples déterminants culturels, environnementaux et individuels de l'inactivité.

Pour le mettre efficacement en œuvre, il faudra un leadership audacieux associé à des partenariats pangouvernementaux et multisectoriels à tous les niveaux, le but étant de parvenir à une action coordonnée à l'échelle du système tout entier.

L'Organisation mondiale de la Santé aidera les pays à renforcer leur action et à l'appliquer à plus grande échelle, au moyen de solutions, de lignes directrices et d'outils de mise en œuvre à bases factuelles, et elle effectuera un suivi des progrès et de l'impact au niveau mondial.

On peut être actif de nombreuses manières – la marche, le vélo, la natation, le sport, le jeu et les loisirs actifs –, et il existe bien des moyens d'accroître la participation.

LE BUT : RÉDUIRE L'INACTIVITÉ PHYSIQUE

**D'ICI À 2025
10%**

**D'ICI À 2030
15%**

1 CRÉER UNE SOCIÉTÉ ACTIVE

NORMES ET ATTITUDES SOCIALES

Créer un changement de paradigme dans l'ensemble de la société en renforçant la connaissance, la compréhension et la prise de conscience des avantages multiples d'une activité physique régulière, selon les capacités de chacun et à tous âges.



2 CRÉER DES ENVIRONNEMENTS ACTIFS

ESPACES ET LIEUX SPÉCIFIQUES

Créer et entretenir des environnements de nature à promouvoir et à protéger le droit de chacun, quel que soit son âge, d'accéder équitablement, dans sa ville et sa communauté, à des lieux et des espaces sûrs dans lesquels il peut pratiquer une activité physique régulière, selon ses capacités.



3 INCITER À ÊTRE ACTIF

PROGRAMMES ET FILIÈRES

Créer et promouvoir l'accès à des filières et programmes, dans différents contextes, afin d'aider les personnes de tous âges et de toutes capacités à pratiquer une activité physique régulière aux niveaux individuel, familial et communautaire.



4 CRÉER DES SYSTÈMES ACTIFS

DE NATURE À CATALYSER LA GOUVERNANCE ET LES POLITIQUES

Mettre en place, dans les différents secteurs, des systèmes d'encadrement, de gouvernance, de partenariats multisectoriels, de ressources humaines, de sensibilisation et d'information permettant d'atteindre l'excellence dans le domaine de la mobilisation des ressources et de la mise en œuvre d'actions infranationales, nationales et internationales coordonnées en vue d'accroître l'activité physique et de réduire la sédentarité.



L'ACTIVITÉ PHYSIQUE PRÉSENTE DES AVANTAGES MULTIPLES POUR LA SANTÉ DU POINT DE VUE SOCIAL ET ECONOMIQUE

ET PEUT CONTRIBUER À LA RÉALISATION DES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE (ODD) FIXÉS POUR 2030.

Les mesures visant à promouvoir l'activité physique sont liées à 13 ODD.



Les partenariats et les investissements dans les mesures visant à promouvoir la marche, le vélo, le sport, les loisirs actifs et le jeu peuvent favoriser le bien-être des communautés et la qualité de vie pour tous.

COMMENT L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ ENTEND AGIR ?

Dans le cadre de partenariats, l'OMS aidera les pays à mettre en œuvre une approche englobant l'ensemble de la communauté pour accroître les niveaux d'activité physique chez les personnes de tous âges et de toutes capacités. La coordination et les capacités mondiales, régionales et nationales seront renforcées afin de répondre aux besoins en soutien technique, en innovations et en orientations.

L'OMS se concentrera sur les domaines suivants :



Faciliter et promouvoir des partenariats multisectoriels



Élaborer et diffuser des politiques, des lignes directrices et des outils



Servir de catalyseur pour l'innovation et les solutions numériques



Plaider pour l'action, la mise en place de partenariats et la participation de la communauté



Soutenir le transfert de connaissances



Promouvoir l'investissement dans la recherche et l'évaluation



Soutenir la mobilisation des ressources



Apporter un soutien technique



Jouer un rôle de partenaire pour renforcer les moyens humains



Effectuer un suivi des progrès et de l'impact

DES SOLUTIONS PANGOUVERNMENTALES CONTRE L'INACTIVITÉ PHYSIQUE

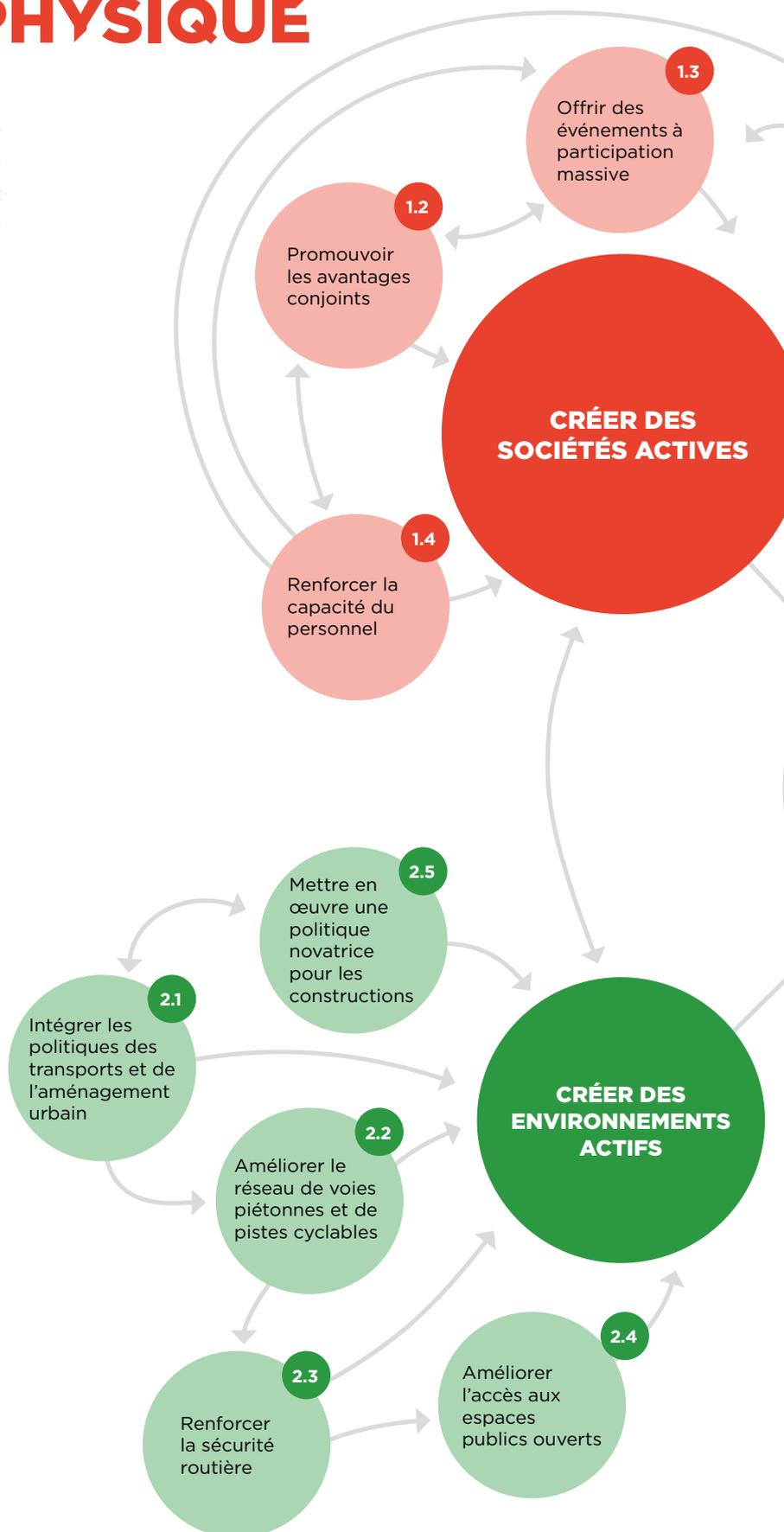
Ce plan d'action mondial fournit une feuille de route « systémique » à l'intention de l'ensemble des pays, en vue de permettre une action nationale et infranationale pour accroître l'activité physique et réduire les comportements sédentaires.

Une approche systémique est nécessaire pour accroître l'activité physique - il n'existe pas de solution unique.

QUE FAUT-IL ENTENDRE PAR APPROCHE « SYSTÉMIQUE » ?

Une approche systémique reconnaît que les possibilités d'activité physique sont déterminées par plusieurs influences qui sont interdépendantes et entrent en interaction dans un processus d'adaptation. Elle montre que les différentes parties prenantes ont de nombreuses occasions d'agir pour inverser les tendances actuelles en matière d'inactivité, et l'interdépendance qui existe entre ces mesures, à de multiples niveaux.

Pour mettre en œuvre cette approche, il faut que toutes les parties prenantes, à tous les niveaux, agissent de façon collective et coordonnée pour un avenir dans lequel la population sera plus active.







www.who.int/lets-be-active/en/
#Beactive
Nous contacter : letsbeactive@who.int

