



Réponse à l'Appel à Manifestation d'Intérêt : Liv Lab Sport

Exploration de la place des activités physiques auprès
des populations socialement vulnérables :
Enquêtes pluridisciplinaires dans un quartier prioritaire
d'une ancienne ville minière

Version synthétique du rapport de recherche

Atelier SHERPAS URePSSS (URL 7369), Université d'Artois.

Agbangla N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

NOTE DE SYNTHÈSE

Ce document est la version synthétique de l'étude diagnostique effectuée dans le cadre de l'appel à manifestation d'intérêt - Liv Lab Sport par le Laboratoire de recherche « SHERPAS » de l'Université d'Artois (équipe 3 de l'URPSSS, ULR 7369) et le Laboratoire d'Informatique pour la Mécanique et les Sciences de l'Ingénieur (LIMSI - UPR3251) de l'Université Paris-Sud.

POUR EN SAVOIR PLUS ET SUIVRE L'ACTUALITÉ DU SHERPAS

Site internet

sherpas.univ-artois.fr

Twitter

@SHERPASArtois

Atelier Sherpas

Faculté des sports
et de l'éducation
physique
Chemin du Marquage
62800 LIÉVIN

Contacts

Coralie Dabin Reske

Gestionnaire
Tél : 03 21 60 60 44

Nathalie Cabiran

Responsable
Tél : 03 21 60 38 21

Williams Nuytens

Directeur
Tél. : 03 21 45 85 10

ÉQUIPE

AGBANGLA, N.F.

Ingénieur d'étude, Atelier SHERPAS
(ULR 7369), Université d'Artois.

BLONDEL, N.

Maître de conférences en STAPS,
Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université d'Artois.

CABY, I.

Maître de conférences en STAPS,
Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université d'Artois.

CARTON, A.

Maître de conférences en STAPS,
Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université d'Artois.

CLAVEL, C.

Maître de conférences en STAPS,
LIMSI (UPR3251),
Université Paris-Sud.

MARTIN, J-C.

Professeur des universités,
LIMSI (UPR3251),
Université Paris-Sud.

NUYTENS, W.

Professeur des universités, directeur
Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université d'Artois.

PENIN, N.

Maître de conférences en STAPS,
Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université d'Artois.

SALLÉ, L. Maître de Conférences en
STAPS, Atelier SHERPAS (ULR 7369),
Université de Lille.

INTRODUCTION

La sédentarité constitue l'un des facteurs de risque de mortalité sur le plan mondial (De Souto, 2013). Toutefois elle s'observe davantage chez les populations qui viennent d'un milieu précaire (Coulangeon & Lemel, 2009). La réduction du comportement sédentaire constitue un enjeu majeur de santé particulièrement chez les populations socialement vulnérables. Dans cette optique, une étude diagnostique pluridisciplinaire a été effectuée à Saint-Albert, quartier de Liévin, ville du bassin minier, lui-même caractérisé comme étant un secteur sinistré des Hauts de France. En effet, ce quartier est l'un des quartiers les plus déficitaires et les plus carencés de la région aux niveaux socio-économique et sanitaire (taux de chômage élevé et niveau de santé très faible). L'objectif de la présente étude était d'examiner d'une manière générale les caractéristiques physiques des enfants et des adultes. De manière spécifique, il s'agissait d'évaluer chez les élèves les niveaux de condition physique et la participation aux activités physiques encadrées, de loisirs et quotidiennes. En revanche, chez les adultes, il était question d'explorer les caractéristiques psychologiques, sociales et les freins à l'engagement dans la pratique physique afin de proposer ultérieurement une offre intégrée d'activités physiques adaptées.

CARACTÉRISTIQUES SOCIODÉMOGRAPHIQUES ET SANITAIRES

Région jeune, densément peuplée et particulièrement précaire d'un point de vue socio-économique, la région des Hauts de France cumule des indicateurs (indices de pauvreté, taux d'activité, taux de chômage, etc.) qui la situent, presque systématiquement, au dernier rang des régions françaises depuis plusieurs décennies. Dans ce contexte global de fragilité, le quartier de Saint Albert situé dans la ville de Liévin, donne à voir des données encore en-deçà de ces moyennes déjà défavorables : revenus plus faibles, surreprésentation des demandeurs d'emploi, dépendance accrue aux prestations sociales, monoparentalité élevée, taux de scolarisation faible, etc. Ces différents indicateurs pèsent sur l'état de santé de la population. Dans une région où l'espérance de vie est la plus courte et où la surmortalité et la mortalité prématurée sont les plus importantes, la mortalité dans le territoire de la Communauté d'Agglomération de Lens-Liévin est supérieure aux différentes données de comparaison, l'espérance de vie pour les plus de 65 ans est moins longue et les maladies chroniques comme le diabète, l'obésité, les insuffisances cardiaques ou respiratoires plus nombreuses. Aussi, le passé minier et ouvrier du territoire influence la représentation ainsi que le rapport à la santé entretenu par ses habitants, faiblement acculturés à cette question. En effet, ceux-ci n'ont qu'une faible connaissance des dispositifs de prévention et de dépistage existants et n'accèdent aux soins que tardivement, rendant les traitements plus lourds.

Note de Synthèse de l'Appel à Manifestation d'Intérêt – Liv-Lab-Sport, Novembre 2019.

Agbangla N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

Atelier SHERPAS, Faculté des sports et de l'éducation physique, Chemin du Marquage - 62800 LIÉVIN.

MÉTHODE, POPULATION ET OUTILS

Notre population étant constituée des enfants et des adultes, nous avons adopté deux méthodologies distinctes. Pour les enfants l'évaluation de la condition physique a été réalisée pour les classes de grande section de l'École Maternelle Freinet et des classes de CP à CM2 de l'École Primaire Brossolette (n= 242 dont 121 filles, 5 à 11 ans), à l'aide de la batterie de tests Diagnoform Kid (Mouraby et al., 2012). La participation aux activités physiques encadrées, de loisirs et quotidiennes, a également été identifiée pour tous les enfants des classes de CP à CM2 (n=168) de l'École Primaire Brossolette, au moyen d'un questionnaire rempli à la maison avec l'aide des parents. En ce qui concerne les adultes (n = 87, Age moyen = 45,5±15,4 ans), une enquête de terrain menée à l'aide de questionnaires, a permis de recueillir des données sociodémographiques et de pratique d'activités physiques, et de mesurer le niveau d'activité physique (questionnaire de Ricci & Gagnon), la régulation du bien-être (Diagnofeel), la tolérance à l'effort (questionnaire de Préférence et tolérance de l'intensité de l'exercice Ekkekakis et al., 2005) et enfin l'orientation motivationnelle (questionnaire sur l'orientation motivationnelle Faur et al., 2017). Après des analyses descriptives effectuées sur les données pour caractériser les sujets ; deux groupes adultes (actifs et non actifs) ont été constitués à posteriori sur la base des scores du questionnaire de Ricci et Gagnon. Les deux groupes actifs et non actifs ont été par la suite comparés avec les autres variables mesurées précédemment citées par le biais du t-test ou du Mann de Whitney avec un seuil de significativité fixé à $p \leq 0.05$.

RÉSULTATS

▲ ÉTUDE DIAGNOSTIQUE CHEZ LES ENFANTS

Les résultats portant sur la pratique d'activités physiques, montrent **qu'une faible part (35%) des enfants du quartier de Saint-Albert participe aux activités physiques encadrées (en club ou dans les centres sociaux), alors qu'une grande majorité de ceux qui n'en font pas (80%) déclare en avoir envie**. Pour ceux-là, la pratique de loisirs, les activités quotidiennes et les cours d'Éducation Physique représentent les seuls moments de pratique physique. Néanmoins une bonne majorité d'enfants (62%) déclare avoir, plusieurs fois par semaine, une activité physique hors cadre durant leurs temps de loisir.

Ces données peuvent expliquer que les niveaux de condition physique sont, pour une grande majorité des filles (80%) et une bonne majorité des garçons (59%), satisfaisants. Ces données sont cohérentes par rapport aux données d'Indice de Masse Corporelle qui sont satisfaisantes pour 75% des filles et 70% des garçons.

Les taux de pratique encadrée laissent penser que l'offre d'activités physiques demeure insuffisante dans le quartier de Saint-Albert, ce qui peut être en partie expliqué par l'absence d'offre sportive dans les murs (école) et hors les murs (quartier). En effet, l'offre d'activités physiques du centre social est saturée, à l'école il n'y a plus d'Union Sportive Enseignement du Premier degré, ni d'offre d'école de sport municipale. Néanmoins les niveaux de condition physique et d'activité physique de ces enfants de 5 à 11 ans sont globalement satisfaisants. Les résultats de cette enquête pourraient être complétés par des mesures sur les collégiens et lycéens, périodes critiques dans la diminution de la participation aux activités physiques. Les taux de surpoids et d'obésité, qui sont respectivement de 14% et 9,1% chez les filles, et de 18,2 et 7,4% chez les garçons, sont supérieurs aux moyennes nationales.

Note de Synthèse de l'Appel à Manifestation d'Intérêt – Liv-Lab-Sport, Novembre 2019.

Angbanga N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

Atelier SHERPAS, Faculté des sports et de l'éducation physique, Chemin du Marquage - 62800 LIÉVIN.

▲ ÉTUDE DIAGNOSTIQUE CHEZ LES ADULTES

Notre échantillon est dominé par les catégories socio-professionnelles suivantes : les sans emploi (16,09 %) suivis par les mères au foyer (13,79 %) et les ouvriers (10,34 %). En dehors de ces trois catégories dominantes nous avons aussi d'autres catégories dont le pourcentage se situe entre 3 et 8 % (employé administratif, agent d'entretien, retraité, agent de restauration, assistante maternelle, conducteur aide-soignant). Enfin nous notons dix-huit professions dont le pourcentage est de 1% (vendeuse, téléconseillère, technicien de fibre, secrétaire, manager, maitresse de foyer, hôtesse, étudiante, employé libre de service, éducateur spécialisé, consultante RH, auxiliaire de vie, assistante familiale, assistante dentaire, animatrice de danse, agent de production et agent biomédical). En ce qui concerne le niveau d'éducation, les participants ont en majorité le baccalauréat (26,44 %), le BEP (17,24 %) et le CAP (10,34%). Toutefois il faut noter que 14,94 % des participants n'ont aucun diplôme.

Le niveau d'activité physique des pratiquants de manière globale est moyen ($19,55 \pm 7,89$) mais insuffisant pour induire des effets bénéfiques de la pratique de l'activité physique. En revanche, un examen approfondi du niveau d'activité physique montre que certains participants sont actifs ($26,07 \pm 5,28$) tandis que d'autres sont inactifs ($12,88 \pm 2,99$). **Les freins à l'activité physique et sportive cités par les inactifs sont les problèmes de santé ; le manque de temps, de motivation et de moyens financiers ; le travail ; la garde des enfants.** En revanche, **les déclencheurs potentiels de la pratique d'activité physique sont entre autres les infrastructures ; la création d'associations sportives ; une salle de sports ouverte de 8h à 22h avec des encadrants qualifiés.**

Il ressort aussi de nos résultats que pour **réguler leur bien-être, nos participants qu'ils soient actifs ou inactifs utilisent en premier lieu les relations sociales.** Ensuite, vient la prise de distance, la résolution de problème, le plaisir et enfin les activités physiques. Toutefois les actifs font plus recours aux activités physiques que les inactifs dans la régulation de leur bien-être. Le fait que nos participants utilisent en dernière position les activités physiques s'expliquerait par **le fait que le recours aux activités physiques pour réguler le bien-être n'est pas systématique pour ce public en situation de vulnérabilité.** En ce qui concerne la tolérance à l'effort, nos participants ont une tolérance modérée (préférence : $25,3 \pm 5,7$; tolérance : $26,6 \pm 5,7$) puisque le score maximal pouvant être obtenu sur cette échelle est de 40 que cela soit la préférence ou la tolérance. Enfin, à la lumière de nos résultats, il apparaît que d'une manière générale les participants ont une **orientation motivationnelle fondée à parts égales sur une orientation promotion et prévention.**

▲ FIGURE 1 : ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES : DIAGNOSTIC, RECOMMANDATIONS ET PERSPECTIVES



RECOMMANDATIONS

Sur la base des résultats présentés, nous pouvons intégrer certains éléments pour concevoir un programme d'activités physiques adaptées. Il s'agit effectivement de tenir compte de ce que les enquêtes nous ont livré, de ce que les questionnaires ont renseigné. Ces mesures objectives nous informent et nous permettent de faire des propositions qui viennent respecter les particularités, les besoins, les motivations des habitants du quartier de Saint-Albert.

Sans vouloir être trop énumératif, il serait intéressant de construire ce programme en tenant compte des éléments suivants.

▲ 1

Proposer des pratiques dont les intensités d'effort sont modérées, parce que la tolérance face à des exercices d'intensité élevée est faible, parce que leur préférence se porte sur des pratiques dans lesquelles l'engagement physique est limité. Il peut s'agir de marche, de marche nordique, de formes plus ludiques (boules, jeu traditionnel de javelot...) pour que chacun puisse s'y investir.

▲ 2

Intégrer la dimension collective dans les activités pour reconstruire des relations sociales qui sont limitées, parce que la plupart des gens du quartier sortent peu de chez eux, parce qu'ils ne parviennent plus à nourrir ou pas suffisamment leur besoin d'affiliation (le besoin d'être ensemble). Ceci revient à privilégier des activités qui sans être nécessairement collectives amènent des liens d'interdépendance ou de coopération entre leurs membres.

▲ 3

Garder une stabilité parmi les intervenants pour construire une relation de confiance, pour que chacun se connaisse et se comprenne pour que les interactions deviennent plus spontanées, non calculées. Former les intervenants à ces publics, parce qu'au-delà des pratiques se jouent d'autres enjeux. Il est important que leurs relations soient aidantes, positives, flexibles pour restaurer par exemple l'efficacité personnelle des participants, pour les rendre moins méfiants à l'égard de ceux qu'ils ne connaissent pas et qui les incitent à la pratique d'activités physiques.

▲ 4

Construire un lieu de pratique pour que les habitants s'y retrouvent pour partager, échanger, discuter, c'est à dire trouver des ressources humaines de proximité. On peut aussi trouver une autre fonction du lieu plus pratique, pour trouver du matériel, pour le gérer, pour initier une forme de pratique plus autonome, plus solidaire, mêlant les plus jeunes et les plus anciens, les membres d'une même famille : « les maisons solidaires ».

▲ 5

S'appuyer sur des partenaires locaux, des acteurs relais qui agissent sur le territoire pour que les activités physiques s'insèrent au sein d'un projet plus global. L'ensemble de ces recommandations est synthétisé dans la Figure 2. maisons solidaires ».

Note de Synthèse de l'Appel à Manifestation d'Intérêt – Liv-Lab-Sport, Novembre 2019.

Agbangla N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

Atelier SHERPAS, Faculté des sports et de l'éducation physique, Chemin du Marquage - 62800 LIÉVIN.

▲ FIGURE 2 : VERS UN MODÈLE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE INTÉGRÉE



Note de Synthèse de l'Appel à Manifestation d'Intérêt – Liv-Lab-Sport, Novembre 2019.

Angangla N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

Atelier SHERPAS, Faculté des sports et de l'éducation physique, Chemin du Marquage - 62800 LIÉVIN.

CONCLUSION

Ce travail montre que le quartier Saint-Albert s'inscrit pleinement dans les problématiques liées à la vulnérabilité sociale et vient directement questionner la place accordée à l'activité physique et sportive par des personnes en situation de vulnérabilité. Si les données sociodémographiques recueillies sont proches de la littérature, nous constatons que les sujets adultes sont dans l'ensemble faiblement actifs et ont un niveau de tolérance à l'effort physique modéré. En revanche, les niveaux de condition physique et d'activité physique des enfants sont satisfaisants. Enfin, cette étude révèle que **les habitants adultes enquêtés régulent leur bien-être prioritairement par les relations sociales** et utilisent l'activité physique en dernier recours. **En somme, l'activité physique adaptée d'intensité modérée en quartier prioritaire pourrait et devrait assurer un rôle principal, encore plus important demain, dans la construction ou la recomposition du lien social et permettre ainsi l'amélioration des conditions sociales d'existence de populations très vulnérables.**

Note de Synthèse de l'Appel à Manifestation d'Intérêt – Liv-Lab-Sport, Novembre 2019.

Agbangla N.F., Blondel N., Caby I., Carton A., Clavel C., Martin J-C., Nuytens W., Penin N. & Sallé L.

Atelier SHERPAS, Faculté des sports et de l'éducation physique, Chemin du Marquage - 62800 LIÉVIN.

BIBLIOGRAPHIE

- **De Souto Barreto, P. (2013).** *Pourquoi ne parvenons-nous pas à promouvoir l'activité physique au niveau mondial ?* Bulletin de l'Organisation mondiale de la Santé. 91, 390-390A.
- **Coulangeon, P. & Lemel, Y. (2009).** *Les pratiques culturelles et sportives des Français.* Economie et statistique, 423.
- **Mouraby, R., Tafflet, M., Nassif, H., Toussaint, J.F., & Desgorces, F.D.** *Reliability and validity of Diagnoform fitness test procedure.* Science & Sports, Elsevier 2012, 27 (1), 50-53.
- **Ekkekakis, P., Hall, E.E., & Petruzzello, S.J. (2005).** "Some like it vigorous: Measuring individual differences in the preference for and tolerance of exercise intensity". *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(3), 350-374.
- **Faur, C., Martin, J.-C., Clavel, C. (2017).** « *Measuring Chronic Regulatory Focus with Proverbs: The Developmental and Psychometric Properties of a French Scale* », *Journal of Personality and Individual Differences*. 107, 137-145.



CONTACTS :

Direction Atelier Sherpas :
Williams NUYTENS
Tél : 03 21 45 85 10

Administration de la Recherche :
Nathalie CABIRAN, Responsable - 03 21 60 38 21
Coralie DABIN RESKE, Gestionnaire - 03 21 60 60 44

POUR CONTACTER LES CHERCHEURS :

Williams NUYTENS
williams.nuytens@univ-artois.fr

Nicolas Blondel
nicolas.blondel@univ-artois.fr

PARTENAIRES



DERNIERS CONTRATS DE RECHERCHE RÉALISÉS PAR L'ATELIER SHERPAS :

- Élaborer un schéma de développement d'APS, communauté de communes OSARTIS, 2018-2019.
- Étudier l'influence des pratiques sportives sur l'intégration en quartiers sensibles à Roubaix, ANR, 2016-19.
- Construire un programme d'activités physiques adaptées en direction des milieux populaires UFOLEP, Pas-de-Calais 2016-2018.
- Évaluer et accompagner le dispositif des M3S de l'UFOLEP sur le territoire français, 2019-2022.