



Le CNDAPS, avec son réseau de référents régionaux intervient en appui des ARS, des DRJSCS, des rectorats... pour :

- **Promouvoir** la démarche ICAPS et valoriser les projets en région
- **Former*** les acteurs à la démarche ICAPS (2 jours de formation)
- **Accompagner** :
 - Les acteurs à la mise en œuvre, le suivi et l'évaluation des projets ICAPS
 - Les ARS pour développer des projets ICAPS sur un territoire
- **Labelliser** les projets ICAPS
- **Évaluer** et monitorer le déploiement au niveau local, régional et national

*Une formation de 2 jours pour développer les compétences nécessaires à la mise en œuvre d'une démarche ICAPS (conception et réalisation de projet, évaluations et suivi, communication).

ICAPS MEDIAPILOTE

VOUS ÊTES INTÉRESSÉS

pour déployer ce dispositif ou souhaitez plus d'informations :



www.cndaps.fr



contact@cndaps.fr

CNDAPS

activateur de santé

Centre National d'appui au
Déploiement en Activité Physique
et lutte contre la Sédentarité

MISSIONS

Promouvoir, former, accompagner, évaluer
et monitorer le déploiement de projets **ICAPS**.





Les dernières données de l'étude Esteban* menée par Santé publique France montrent que **l'inactivité physique et la sédentarité gagnent du terrain dans la population française.**

La grande majorité des enfants de 6 à 17 ans ne sont pas suffisamment actifs pour atteindre les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) en matière d'activité physique (au moins 60 minutes par jour d'activité physique). De plus, le temps quotidien face aux écrans est en forte augmentation ces 10 dernières années et est aujourd'hui nettement supérieur aux recommandations¹.

Ces comportements et ces loisirs passifs ne sont pas sans conséquence pour la santé des jeunes puisqu'ils favorisent la sédentarité. Les risques sont nombreux² : obésité, diabète, risques cardiaques mais aussi troubles du sommeil, anxiété...

Collectivités, institutions, associations et établissements scolaires, ensemble nous avons un rôle à jouer.

Prévenir le surpoids, augmenter l'activité physique et réduire la sédentarité des jeunes sont des priorités de santé publique. L'intervention auprès des Collégiens Centrée sur l'Activité Physique et la Sédentarité, **ICAPS**³, a été reconnue efficace, à ce titre par l'OMS⁴.

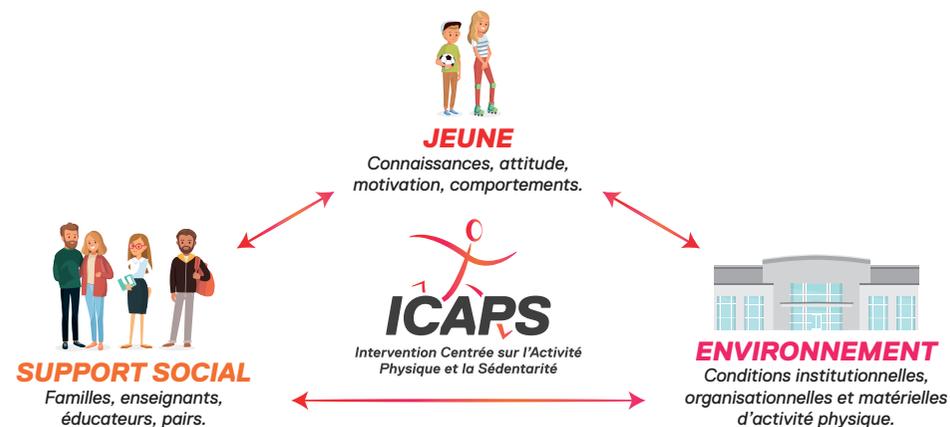


Le Centre Socio-Culturel et Sportif Léo Lagrange de Colombelles a été désigné par Santé Publique France pour être le Centre National d'appui au Déploiement en Activité Physique et lutte contre la Sédentarité (**CNDAPS**).

Son objectif est d'assurer un appui au déploiement, sur le territoire national, de projets fondés sur la démarche de "type" **ICAPS**.



UNE DÉMARCHÉ SOCIO-ÉCOLOGIQUE



La démarche de "type" **ICAPS** est la continuité de l'intervention ICAPS, dans la mesure où elle s'adresse désormais aux **jeunes de 3 à 18 ans**. Elle vise à **augmenter l'activité physique** (d'une heure/semaine) et à **réduire le temps passé devant les écrans** (de 20 min/jour).

S'inscrivant dans une approche socio-écologique, elle a toutes ses chances d'être plus efficace si elle intègre les jeunes, les parents, les enseignants, les éducateurs, mais aussi des conditions environnementales propices à l'activité physique à l'école et en dehors.

* Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition (Esteban) 2014-2016. Saint-Maurice : Santé publique France.

¹ Équipe de Surveillance et d'Épidémiologie Nutritionnelle (2017).

² INSERM (2008). Activité physique. Contextes et effets sur la santé. Paris : Les éditions INSERM.

³ Simon C. et al. (2008). Successful overweight prevention in adolescents by increasing physical activity: a 4-year randomized controlled intervention. Int J Obes (Lond), 32, 1489-98.

⁴ World Health Organization (2009). Interventions on diet and physical activity : what works. Evidence tables.