

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

# *Éléments de compréhension de l'engagement des bénéficiaires dans les actions de « sport-santé »*

Sandrine Knobé

	Laboratoire									
<b>Sport et sciences sociales</b>   UR 1342								Université de Strasbourg		

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Comprendre les logiques sociales d'engagement dans des actions de sport-santé

- ◆ des travaux de recherche sur l'engagement dans la pratique d'activités physiques de **patient.es souffrant d'affections chroniques** (Fuchs, 2011; Barth, 2012; Cazal, 2012; Ferez et Thomas, 2012; Barth et al. 2014; Marcellini et al., 2016)
- ◆ comprendre le **rapport des bénéficiaires** aux recommandations de santé publique et à ces dispositifs de promotion de la santé en fonction du degré de **socialisation sportive** antérieure
- ◆ à partir des **histoires individuelles des bénéficiaires** nous questionnons leurs **rapports à l'activité physique** et les **possibles modifications de pratiques** du fait de leur participation à un dispositif de promotion de la santé

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Deux terrains d'étude

- ◆ Sport-santé sur ordonnance à Strasbourg (SSSO) [2013]
- ◆ Mulhouse sport-santé (MSS) [2021]

*Recueil de **données qualitatives** auprès des bénéficiaires de ces différents dispositifs de sport-santé : entretiens semi-directifs et observations*

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Caractéristiques du public capté par les dispositifs

- ◆ **Orientation par les pathologies chroniques :**  
.multi-pathologies + difficultés psychologiques exprimées
- ◆ **Faibles ressources sociales, culturelles et financières :**  
.situation sociale fragile, faibles revenus, réseau relationnel restreint, peu d'activités culturelles hors domicile : levier d'accessibilité économique
- ◆ **Faible socialisation sportive :**  
.peu ou pas de pratique d'activités sportives pendant l'enfance ; pas de pratique d'activités sportives encadrées (en club et/ou en compétition) ; peu ou pas d'intérêts pour les activités sportives (par exemple à travers des spectacles sportifs)
- ◆ **Événements biographiques impactant les trajectoires :**  
.cumul de difficultés, freins à la pratique physique, différences d'expériences sportives

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Les effets du dispositif sur les bénéficiaires

- ◆ **Bénéfices fonctionnels ressentis de l'activité physique :**
  - .« se sentir mieux », perte de poids, amélioration souffle et sommeil, changement d'habitudes de vie (alimentation, rythme).
  - .apprentissage(s) sportif(s)/apprentissage(s) moteur(s)
- ◆ **Sociabilité, une possible gestion des stigmates de la maladie :**
  - .sortir de l'isolement, être écouté et encadré, partagé ses difficultés, lutter contre les stigmates
- ◆ **Intégration de l'activité physique et/ou sportive dans la vie quotidienne :**
  - .une adaptation de l'emploi du temps pour inclure les activités physiques

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Des profils d'engagement différenciés

### ◆ Renforcement de l'AP :

.bénéficiaires qui augmentent ou diversifient leur pratique physique

### ◆ Remise à l'AP :

.bénéficiaires qui se remettent à l'activité physique après un abandon du à la maladie et/ou à un événement biographique (chômage, divorce, changement de lieu de résidence) ou à des expériences sportives insatisfaisantes

### ◆ Mise à l'AP :

.bénéficiaires qui s'engagent pour la première fois dans une activité physique et/ou sportive

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Renforcement de l'activité physique : une activité parmi d'autres

- ◆ souvent **pratique libre** d'activités telles que la marche, la natation ou le vélo
- ◆ propriétés socio-économiques légèrement **plus favorables**

### Exemple :

*Madame M., âgée de 65 ans, pratique régulièrement de la marche nordique au sein d'une association lorsqu'elle rejoint SSSO. Elle obtient la prescription médicale sur sa demande et commence à pratiquer de l'aquagym et de la natation – où elle estime trop important le nombre de personnes prises en charge –, et abandonnera rapidement ces activités pour privilégier sa pratique associative.*

[née en Alsace, propriétaire de son appartement, retraitée (ouvrière), veuve, 2 enfants, présente du surpoids]

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Remise à l'activité physique

- une reprise de pratique

*Bénéficiaires avec socialisation sportive antérieure  
« précoce »*

- ◆ pratiques d'activités physiques ou sportives **pendant l'enfance** (ou jeune adulte)
- ◆ propriétés socio-économiques **assez hétérogènes**

*Monsieur D., âgé de 47 ans, a pratiqué des sports durant l'enfance. Il se remet à la pratique au sein de SSSO et dit :  
« Franchement, si on repart d'un point zéro, **il vaut mieux être entre personnes souffrant de quelque chose**. Le temps que la personne réussisse à remettre son corps dans l'espace, et se dit que quoi qu'il arrive, elle est normale [.. ] ça permet de **reprogresser** de manière normale ».*

[né à La Réunion, arrivé en métropole à 23 ans, locataire (parc social), célibataire, sans enfant, sans emploi (auparavant cadre)]





## Remise à l'activité physique

- une reprise de pratique

*Bénéficiaires avec socialisation sportive antérieure « précoce »*

- ◆ pratiques d'activités physiques ou sportives **pendant l'enfance** (ou jeune adulte)
- ◆ propriétés socio-économiques **assez hétérogènes**

*Monsieur D., âgé de 47 ans, a pratiqué des sports durant l'enfance. Il se remet à la pratique au sein de SSSO et dit : « Franchement, si on repart d'un point zéro, **il vaut mieux être entre personnes souffrant de quelque chose**. Le temps que la personne réussisse à remettre son corps dans l'espace, et se dit que quoi qu'il arrive, elle est normale [..] ça permet de **reprogresser** de manière normale ».*

[né à La Réunion, arrivé en métropole à 23 ans, locataire (parc social), célibataire, sans enfant, sans emploi (auparavant cadre)]

- un renouvellement des modalités de pratique

*Bénéficiaires avec socialisation sportive antérieure « tardive et/ou discontinuée »*

- ◆ pratique d'activités physiques **démarrée à l'âge adulte**
- ◆ propriétés socio-économiques **assez hétérogènes**

*Grâce à l'encadrement spécifique mis en place et à l'adaptation des séances, Madame R., 61 ans, parvient à **faire du vélo seule** après quelques mois d'apprentissage. Elle explique : « le fait de faire du sport, me permet de **sortir, de prendre l'air**. À ce moment-là, pendant l'heure de sport, je ne m'occupe que de ça, je ne pense qu'à ça. Je viens, **j'oublie le reste** (...) Et après je **me sens bien** ».*

[née en Algérie, arrivée en France à 18 ans, propriétaire de sa maison, veuve et remariée, 3 enfants, sans emploi (auparavant ouvrière), souffre d'HTA]

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg  
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Mise à l'activité physique : une découverte remarquable

### *Bénéficiaires se mettant à l'activité physique*

- ◆ peu ou pas de socialisation sportive
- ◆ propriétés socio-économiques **très faibles**

### Exemple :

*L'entrée de Madame D., âgée de 57 ans, dans le dispositif SSSO constitue pour elle une découverte des activités physiques et sportives. C'est son médecin traitant qui lui rédige sa prescription d'activité physique car elle souffre de diabète de type II et d'hypertension artérielle, et présente du surpoids. Elle estime que ses activités « **ça me fait du bien** », « **je me sens mieux** ». Elle fait aussi état d'un meilleur sommeil et d'une plus grande musculature, et insiste sur les bienfaits sociaux en termes relationnel : « des fois on passait la semaine... quand on ne travaille pas, on voit personne. Et là, **on sort, on voit des gens**, et puis ça fait du bien quoi, ça fait du bien de se lever ».*

[née en Haïti, arrivée en France à 25 ans, locataire (parc social), sans emploi (auparavant employée puis mère au foyer), mariée, 6 enfants, présente du surpoids et souffre de diabète et HTA]

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Pour conclure

- ◆ rapports différenciés aux actions de sport-santé
- ◆ rares bifurcations
- ◆ question de la durabilité

→ persister malgré la contrainte ?

« **Je me force** à le faire. Je ne suis pas très [sportif]. (...) **Je me force** à faire de la marche parce que je me dis **il faut que j'en fasse quand même (...)** ». Pour l'une de ses séances de gymnastique au sein de SSSO : « **j'étais fatigué, j'avais pas envie** mais je l'ai fait quand même. Je me suis dit '**tu t'es engagé, tu dois le faire**' ». « **Je l'ai fait et puis finalement, je l'ai pas regretté après** ». [monsieur F., 63 ans, locataire (parc social), marié, un enfant, retraité (auparavant employé), hypertension artérielle et présente du surpoids].

## → réussir à s'auto-contraindre ?

« Est-ce que malgré mon investissement, mes progrès etc., **est-ce que je saurais faire toute seule**. Alors bien sûr, je sais aller nager toute seule. Sauf que, quand je n'ai pas de rendez-vous, [je n'y vais pas]. Parce que les rendez-vous, ça ponctue le temps d'une part, et **on se fait une obligation de**, j'ai rendez-vous avec quelqu'un et j'honore ce rendez-vous. (...) **Il faut que ce soit inscrit dans l'emploi du temps et avec quelqu'un** ».

[madame C., 63 ans, propriétaire, veuve, sans enfant, retraitée (auparavant profession intermédiaire), maladie cardiovasculaire et surpoids, SSSO]

## → développer les ressources des bénéficiaires

relationnelles, informationnelles, corporelles, matérielles et territoriales, entre autres

### Exemple de l'importance de l'accompagnement :

« J'ai accroché tout de suite [bien que sceptique au départ] parce que le fait qu'on m'explique, qu'on discute un peu avec moi, ça m'a aidé un peu à m'ouvrir, à prendre un peu de confiance », [Raphaël, 28 ans, célibataire, sans enfant, en formation, troubles psychiques, MSS].

« Elle [professionnelle en APA] m'a permis de me rendre compte de ce que je pouvais faire », notamment en me faisant « découvrir des capacités que j'avais et que j'ignorais » [Marine, 68 ans, retraitée (auparavant profession intermédiaire), troubles psychiques, MSS]

## ◆ comprendre la modification durable des pratiques

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

# CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

## Pour aller plus loin



*Avec les contributions de Nathalie Barth, Bienvenu Bongué, Cécile Collinet, Jacques Defrance, Taïeb El Boujjoufi, Alexandre Feltz, Sylvain Ferez, Valérie Fourneyron, William Gasparini, Marine Grassler, Stéphane Héas, Olivier Hoibian, Marina Honta, David Hupin, Frédéric Illivi, Sandrine Knobé, Blandine Lefebvre, Floriane Lutrat, Christelle Marsault, Stefano Martelli, Enric Michelin, Éric Perera, Claire Perrin, Jérémy Pierre, Giovanna Russo, Pierre-Olaf Schut, Gilles Vieille Marchiset.*

CO-ORGANISÉ  
AVEC LES COLLÈGES  
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon  
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS  
NATIONAL**  
CNGE Collège Académique



24<sup>e</sup>

EXERCER  
ET ENSEIGNER  
LA MÉDECINE  
GÉNÉRALE



Strasbourg

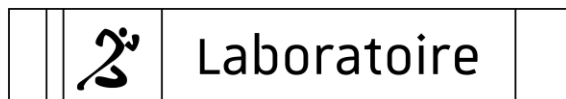
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

# MERCI DE VOTRE ATTENTION

*Éléments de compréhension  
de l'engagement des bénéficiaires  
dans les actions de « sport-santé »*

Sandrine Knobé



Laboratoire

**Sport et sciences sociales** | UR 1342

Université de Strasbourg