



Intervention centrée sur l'activité physique et la sédentarité

Utilisant une approche socio écologique, Icaps est une intervention de prévention universelle qui prend en compte 3 niveaux : l'adolescent, son entourage et son environnement physique et organisationnel. L'intervention qui se déroule

en milieu scolaire, ou extrascolaire ou péri-scolaire, a pour objectif de changer les comportements et de stimuler la motivation des enfants et adolescents pour augmenter leur niveau d'activité physique et réduire leur sédentarité.



Centre Socio-Culturel et Sportif Léo Lagrange

www.leolagrange-colombelles.com

Projet mené par

Commune

Colombelles (Calvados, Normandie)
7 200 habitants, zone péri-urbaine

Référent et contact

j.lemasson.leolagrange.colombelles@gmail.com

Partenaires principaux

- ARS Normandie
- Commune de Colombelles
- Collège Guillemot de Mondeville Préfecture du Calvados

> Actions principales



Les jeunes

- 358 jeunes de niveau collège inclus dans le projet Icaps.
- Pratique d'activité physique quotidienne d'1h sur le temps méridien au collège du secteur.
- Pratique d'activités sports-quartiers tous les mercredis après-midis (1h30/semaine).
- Pratique au cours de stages sportifs gratuits de 5 demi-journées lors de chaque période de vacances scolaires.



Le support social

- Sensibilisation des parents dans le cadre du Contrat Local d'Accompagnement Scolaire (CLAS) à travers des réunions d'information et des conférences débats.
- Dépliants de présentation des offres d'activité physique et sportive mise à disposition des jeunes pour les parents.



L'environnement

- Intégration de la démarche ICAPS au sein du Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté et à l'environnement (CESCE) du collège.
- Mise en place de séances d'activité physique quotidienne et/ou hebdomadaire au collège.
- Mise en place de stages sportifs gratuits de 5 demi-journées lors de chaque période de vacances scolaires.

Au total, 22 actions mises en place en 2021-2022

Coût* : 29 200 €/an

ETP* : 1/5 ETP par an

(financements de l'Agence Régionale de Santé, de la commune, et de l'Agence nationale du sport)

*Le coût et le nombre d'ETP sont donnés à titre indicatifs, ils dépendent de plusieurs facteurs : financements directs et/ou mise à disposition de personnel, d'installation, de matériel ; envergure du projet : nombre et type d'actions, nombre de sites et de jeunes concernés ; temps d'intervention et de coordination.



Centre Socio-Culturel
et Sportif Léo Lagrange

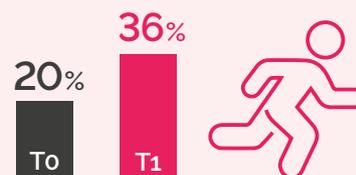
www.leolagrange-colombelles.com

>> Évaluation

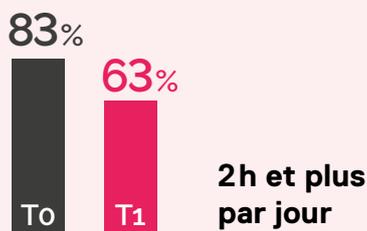
pour les 358 jeunes visés
par le projet ICAPS



■ Évolution du pourcentage d'élèves
ayant atteint la recommandation
d'activité physique d'au moins 1h
par jour entre septembre 2021 (T0)
et juin 2022 (T1)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant 2h et plus devant un écran
chaque jour entre T0 et T1 (marqueur
du comportement sédentaire)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant moins de 2h par devant
un écran chaque jour entre T0 et T1
(recommandation)



Utilisant une approche socio écologique, Icaps est une intervention de prévention universelle qui prend en compte 3 niveaux : l'adolescent, son entourage et son environnement physique et organisationnel. L'intervention qui se déroule

en milieu scolaire, ou extrascolaire ou péri-scolaire, a pour objectif de changer les comportements et de stimuler la motivation des enfants et adolescents pour augmenter leur niveau d'activité physique et réduire leur sédentarité.

Association sportive du collège Eva Thomé

Commune

Attigny (Ardennes, Grand Est)

Partenaires principaux

- ARS Grand Est
- Réseau Sport Santé Bien-être
- UNSS Ardennes

Projet mené par

Référent et contact

Michaël PATTIER,
michael.pattier@orange.fr

> Actions principales



Les jeunes

- 215 jeunes exposés à au moins une action du projet Icaps
- **100 élèves du collège visés par le projet**
- Pratique d'activité physique d'1 h quotidienne sur le temps méridien au collège
- 1 h de pratique d'activité physique et sportive ludique et de découverte le mercredi après-midi
- Pratique d'activité physique-santé pour les élèves (1 à 2 h hebdomadaire)
- Projet pluridisciplinaire sur le temps scolaire et journées événementielles sport-santé



Le support social

- Implication des parents lors des événements ponctuels (cross du collège, journée olympique avec exposition photos)
- Engagement de parents pour un camp vélo



L'environnement

- Programme ICAPS s'intégrant dans l'axe sport santé du Comité d'éducation à la santé et à la citoyenneté et à l'environnement (CESCE)
- Mise en place de séances d'activité physique au collège
- Mise en place d'un groupe activité physique-santé avec aménagements des emplois du temps pour les élèves volontaires
- Dans le cadre de l'UNSS, partenariat avec 3 lycées et 10 collèges

Au total, 12 actions mises en place en 2021-2022

Coût* : 12 000 €/an

(financement de l'ARS - matériel et licences - de l'Agence nationale du sport, du Fonds pour le Développement de la Vie Associative)

ETP* : moins d'1/5 ETP par an

(4 à 5h par semaine)

>> Évaluation

Questionnaires renseignés sur plateforme d'évaluation

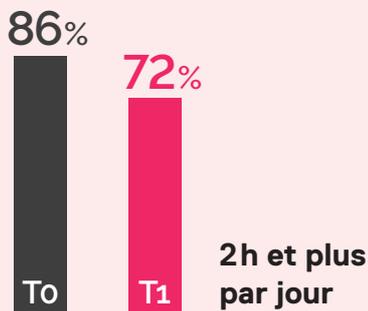
pour les 100 jeunes visés
par le projet ICAPS



■ Évolution du pourcentage d'élèves
ayant atteint la recommandation
d'activité physique d'au moins 1 h
par jour entre septembre 2021 (T0)
et juin 2022 (T1)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant 2h et plus devant un écran
chaque jour entre T0 et T1 (marqueur
du comportement sédentaire)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant moins de 2 h devant un écran
chaque jour entre T0 et T1
(recommandation)



■ Entre septembre 2021 et juin 2022 autre évolution positive : **de plus en plus de jeunes pratiquent pour le plaisir**, et il y a eu une augmentation de 9 points des inscrits à l'association sportive scolaire

L'intervention a été reconduite en 2022-2023.

Utilisant une approche socio écologique, Icaps est une intervention de prévention universelle qui prend en compte 3 niveaux : l'adolescent, son entourage et son environnement physique et organisationnel. L'intervention qui se déroule

en milieu scolaire, ou extrascolaire ou péri-scolaire, a pour objectif de changer les comportements et de stimuler la motivation des enfants et adolescents pour augmenter leur niveau d'activité physique et réduire leur sédentarité.

Projet mené par

Collège Roger Verce, Dinan

Grandir Ensemble, Réussir Ensemble !

Commune

Dinan (Côtes d'Armor, Bretagne)

Référent et contact

Anne-Sophie Aubrun et Claire Reboux,
anne-sophie.aubrun@ac-rennes.fr
claire.reboux@ac-rennes.fr

Partenaires principaux

- Maison Sport-Santé de Dinan
- Représentants des parents d'élèves

> Actions principales



Les jeunes

- 138 jeunes exposés à au moins une action du projet Icaps
- **50 élèves de 4^e inclus dans le projet**
- Pratique d'activité physique d'entretien mixte et encadré avec 1 h de pratique hebdomadaire sur la pause méridienne
- Pratique d'activité physique et sportive encadrée sur les temps de récréation
- Travail autour des compétences psychosociales en lien avec une pratique d'AP encadrée et une sensibilisation écrans/sédentarité
- Utilisation de podomètres et d'un carnet de suivi lors des vacances scolaires



Le support social

- Événements (jeux du collège, course contre la faim, scène ouverte, journée olympique...) impliquant les parents



L'environnement

- Gratuité de la licence de l'association sportive scolaire
- Mise en place d'un groupe d'activité physique d'entretien mixte (1 h de pratique hebdomadaire)
- Mise en place d'offre d'activité physique et sportive pendant les récréations

Au total, 12 actions mises en place en 2021-2022

Coût* : 4 250 €/an
(financement ARS)

ETP* : moins d'1/10 ETP par an
(2h/mois)

>> Évaluation

Questionnaires renseignés sur plateforme d'évaluation

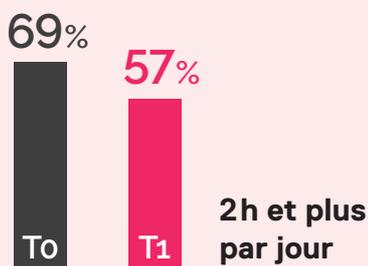
pour les 50 jeunes visés
par le projet ICAPS



■ Entre septembre 2020 et juin 2021
Évolution du nombre d'élèves
atteignant la recommandation
d'AP entre T0 et T1 : de 19 à 34 %
(augmentation de 15 points)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant 2 h et plus devant un écran
chaque jour entre T0 et T1 (marqueur
du comportement sédentaire)



■ Évolution du pourcentage de jeunes
passant moins de 2 h devant un écran
chaque jour entre T0 et T1
(recommandation)



L'intervention a été reconduite en 2022-2023.