

Dijon, le 15 mai 2024

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Les Journées pour une France en forme : étape à Dijon ce 23 mai 2024

« Obtenez les clés pour vivre en meilleure santé grâce aux conseils d'experts réputés sur les bonnes pratiques en matière de sport et d'activité physique ! »

Dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2024 dédiée à la promotion de l'activité physique et sportive, de nombreux évènements sont prévus tout au long de l'année pour rassembler les citoyens autour du sport et les inciter à inscrire la pratique physique et sportive dans leur quotidien.

C'est le cas des **Journées pour une France en forme** organisées grâce à la mobilisation des **ARS et des DRAJES, en partenariat avec le Collectif pour une France en forme**, la CNAM, Harmonie Mutuelle, l'ANESTAPS, GL event, Intersport, Engie, l'ANDES, France urbaine *.

Face à l'urgence sanitaire que représente la sédentarité, aggravée par l'addiction aux écrans, **ce programme de rendez-vous, soutenu et labellisé dans le cadre de la GCN2024, appelle les acteurs du monde sportif et de la santé à unir leurs forces** pour aller à la rencontre de tous les Français sur l'ensemble du territoire. Ambition : **impulser une prise de conscience collective quant aux dangers de la sédentarité.**

- **Les Journées pour une France en forme : étape à Dijon ce 23 mai 2024**

Les Journées pour une France en forme font étape à Dijon ce jeudi 23 mai à Dijon avec un colloque régional, de 9h30 à 12h30 au CREPS, et des animations sportives ouvertes à tous de 14 heures à 16 heures (inscription et programme ci-dessous).

Cette journée régionale donnera l'occasion à la DRAJES et à l'ARS **de dresser un état des lieux de l'inactivité physique, et de partager des bonnes pratiques en matière de sport santé** en présence du mouvement sportif, des professionnels de la santé, des collectivités, des institutions et des citoyens...Objectif : faire prendre conscience des voies de rebond face à la sédentarité.

Pour sensibiliser aux bienfaits du sport et de l'activité physique de manière ludique, **chaque temps d'échange sera suivi de pauses actives** afin de faire bouger les participants. Des rendez-vous organisés **par les UFR STAPS de Bourgogne-Franche-Comté.**

* CNAM : caisse nationale d'Assurance maladie ; ANESTAPS : association nationale des étudiants en sciences et techniques des activités physiques et sportives, ANDES : association nationale des élus en charge du sport ; ARS : agence régionale de santé ; DRAJES : direction régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports.

Le programme de la journée ([inscription en ligne](#))



Chiffres-clés sur la sédentarité

- **95%** des adultes sont exposés à un risque sanitaire par manque d'activité physique ou un trop long temps passé assis
- **80%** des 11-17 ans sont en dessous des seuils d'activité physique recommandés par l'OMS
- **66%** des adolescents font face à un risque sanitaire préoccupant du fait de la combinaison entre la trop grande inactivité et la dépendance aux écrans.

La Grande Cause Nationale 2024 : la promotion de l'activité physique et sportive

Dans la dynamique des Jeux Olympiques et Paralympiques, le Président de la République a décidé de dédier la Grande Cause Nationale 2024 à la promotion de l'activité physique et sportive pour mieux faire connaître les bienfaits du sport à nos concitoyens et répondre à l'urgence sanitaire liée à l'explosion de la sédentarité.

Trois objectifs ont été fixés dans le cadre de la GCN 2024 :

- **Mettre le sport au cœur de nos politiques publiques et de notre pacte républicain**, tout particulièrement en matière d'éducation, d'inclusion et de santé pour nos compatriotes ;
- **Mobiliser l'ensemble des acteurs du sport français**, et, au-delà, toutes les forces vives du pays, afin de promouvoir ensemble les valeurs, les bienfaits et la pratique du sport ;
- **Inciter tous les Français à pratiquer davantage**, en ancrant dans la conscience collective un marqueur fort, appelé à devenir un réflexe : 30 minutes d'activité physique et sportive par jour. **30 minutes quotidiennes, c'est simple, ça fait du bien et ça peut tout changer !**

Pour plus d'informations sur la GCN 2024, [cliquez ici](#).

Contacts presse

ARS Bourgogne-Franche-Comté

Lauranne Cournault-06 43 64 20 24 lauranne.cournault@ars.sante.fr

Région académique Bourgogne-Franche-Comté

Guillaume Rivoire-06 76 62 69 81 guillaume.rivoire@ac-besancon.fr