

Clubs sportifs promoteurs de santé : les stratégies d'intervention

Aurélien Van Hove,
maître de conférences,
Laboratoire « Adaptation, mesure
et évaluation en santé. Approches
interdisciplinaires » (Apemac),
université de Lorraine, Nancy,
Stacey Johnson,
doctorante, Laboratoire motricité
humaine expertise sport santé (Lamhess),
université Côte d'Azur, Nice,
Fabienne Lemonnier,
chargée de projet et d'expertise
en promotion de la santé,
Florence Rostan,
nutritionniste, chargée de mission
en promotion de la santé,
Santé publique France, Saint-Maurice,
Benjamin Tezier,
doctorant, Laboratoire « Adaptation,
mesure et évaluation en santé.
Approches interdisciplinaires » (Apemac),
université de Lorraine, Nancy,
Anne Vuillemin,
directrice de l'école universitaire
de recherche – Healthy écosystèmes
des sciences de la santé, Laboratoire
motricité humaine expertise sport santé
(Lamhess), université Côte d'Azur, Nice.

Pratiquer un sport au sein d'un club de sport contribue à atteindre les recommandations sur l'activité physique [1 ; 2], la recommandation des pouvoirs publics pour une bonne santé [3], et engendre des bénéfices sociaux et psychologiques [4]. Néanmoins, ces bénéfices dépendent de la capacité des clubs à proposer un environnement sûr – sécurisant, accueillant, bienveillant et propre –, des ressources – humaines et financières –, une organisation – participative, équitable et cohérente – et un encadrement de qualité – respect des

valeurs, formation à la santé, soutien du pouvoir d'agir des individus. Afin d'encourager les clubs de sport dans cette démarche, le projet PROMotion de la Santé dans les Clubs Sportifs (PROSCeSS) a identifié 13 stratégies porteuses pour promouvoir la santé, issues d'une revue de littérature [5], et d'une étude des besoins des clubs de sport français [6]. Les 13 stratégies définies ci-après sont étayées d'exemples, issus du groupe de travail ou collectés par l'équipe du projet PROSCeSS.

Expérience : Identifier les expériences antérieures, la volonté organisationnelle, les raisons et la qualité d'un engagement du club de sport en faveur de la promotion de la santé. Une étape préalable et importante dans la mise en place d'un projet ou d'une approche du club sportif promoteur de santé est de considérer ce qui est déjà fait au sein du club. Dans une majorité de clubs de sport, des actions de promotion de la santé sont mises en place (hydratation lors des entraînements,

petit déjeuner avant une compétition, affiche sur le fair-play, etc.). Ces actions mériteraient d'être structurées et reconnues promotrices de santé par le club de sport, ses acteurs et la communauté. Enfin, l'expérience peut prendre la forme également de compétences ou de ressources spécifiques au club de sport.

Objectifs : Écrire les objectifs de promotion de la santé du club de sport, en utilisant des messages positifs, adaptés au langage du club, à la culture et à la place de la promotion de la santé dans le club, en tenant compte des inégalités sociales de santé.

Afin de pouvoir mettre en œuvre un projet ou des actions promotrices de santé, il est important de créer des objectifs, qui soient spécifiques, mesurables, acceptables, réalistes, temporellement définis (SMART), et qui soient également adaptés à l'identité et aux habitudes du club de sport. Ces objectifs peuvent être écrits dans le projet éducatif du club, ou encore prendre forme de charte, de règlement, ou de valeurs partagées au sein du club de sport. Ils peuvent cibler la prise en compte de la santé dans la mise en place de l'offre sportive, l'inclusion, le développement durable, un ou plusieurs comportements spécifiques (alimentation, prévention des violences, de la consommation de substances).

Planification : Créer un plan de mise en œuvre pour atteindre les objectifs de promotion de la santé fixés.

Une fois les objectifs fixés, il est important de définir par quelles actions et quels moyens (financiers, matériels et humains), selon quel calendrier le club pourrait les atteindre, en tenant compte des capacités du club et des différents publics (catégorie d'âge, besoins, etc.). Souvent, cette planification se fait sur une saison.

Ressources : Identifier, développer ou évaluer les ressources financières, matérielles, humaines et les possibilités d'actions pour investir dans la promotion de la santé.

À tout moment du projet, mais plus particulièrement au lancement, il est important d'identifier les ressources financières (budget),

matérielles (outils, kits, transports, etc.) et humaines (encadrement) qui seront dédiées au projet. C'est également l'occasion d'identifier des partenaires spécifiques ou des appels à projet qui pourraient être mobilisables pour le projet.

Motivation : Comprendre ce qui motive les entraîneurs et les dirigeants à mettre en place des actions de promotion de la santé et leur donner les capacités d'agir.

Pour mettre en œuvre le projet, les acteurs au plus proche des pratiquants sont les entraîneurs ou les éducateurs sportifs. Il est donc important de connaître leurs volontés, compétences, motivations pour investir dans la promotion de la santé. Il convient de pouvoir les accompagner en interne et de ne pas uniquement les envoyer vers des formations externes, pour renforcer les relations au sein du club et leur sentiment d'appartenance, tout en les rendant autonomes vis-à-vis de la promotion de la santé.

Mobilisation : Mobiliser des personnes pour soutenir le développement de la promotion de la santé.

En interne et dans l'environnement du club de sport, différentes personnes pourraient être mobilisées. Évidemment, cette approche n'intéresse pas toutes les personnes au sein du club, et le degré d'investissement de chacun est variable. Dès lors, il est important de mobiliser différents types de personnes : un ambassadeur (sportif de l'équipe première, icône du club, etc.) qui peut faire passer les messages ; des parents ou des bénévoles volontaires pour s'investir ; un responsable/chef de projet, qui sera la personne référente pour la promotion de la santé.

Dans l'environnement du club, les élus locaux ou des experts en promotion de la santé peuvent être mobilisés.

Partenariats : Lier des partenariats avec d'autres organisations pour créer une culture commune et des processus collaboratifs pour promouvoir la santé.

Dans la création de partenariats, il est important, d'une part, d'être capable d'identifier des

ressources (d'autres clubs, des professionnels de santé, des collectivités territoriales, etc.), et, d'autre part, de bien définir les modes de collaboration acceptables et faisables pour le club de sport, ainsi que de construire une relation de confiance et une culture commune avec les partenaires.

Approche participative : Valoriser une approche participative pour promouvoir la santé à travers le club de sport et au-delà.

Afin de développer une approche participative – impliquant dirigeants, parents, pratiquants, entraîneurs, partenaires – et de mobiliser un maximum de personnes au sein du club, il est important d'identifier et de valoriser chaque action de promotion de la santé – quelle que soit son importance ou son ampleur – venant des pratiquants, des dirigeants, des entraîneurs, par la reconnaissance des avancées réalisées, de la communication, et aussi l'intégration de ces actions dans le projet sportif du club. Pour faciliter une meilleure identification des besoins et une adhésion à la démarche, il est important que le club (son bureau ou ses dirigeants) implique chaque type d'acteur dans le processus de décision. Leur implication peut prendre des formes diverses, allant de la consultation à la co-construction.

Communication : Développer et mettre en place une communication afin de valoriser les actions entreprises pour promouvoir la santé et le bien-être au sein du club de sport. Pour cibler les moyens de communication, le calendrier et les destinataires (à l'intérieur ou à l'extérieur du club), il est important de créer un plan de communication. Par ailleurs, un slogan, un message unique (exemple du SAS Épinal : « La sécurité, notre priorité ») permet aux personnes d'identifier facilement le projet. Il est nécessaire de communiquer sur les actions (sur le site Internet du club, sur les réseaux sociaux, dans la presse), et également sur les bénéfices qu'elles apportent au club de sport et à ses adhérents.

Dynamique : Créer des stratégies d'amélioration du sentiment d'appartenance au club de sport en tenant compte des individus et de leur environnement (approche socio-écologique) pour définir les objectifs de promotion de la santé les plus pertinents.

Un des facteurs majeurs pour développer l'approche du club de sport promoteur de santé est la prise en compte des interactions entre pratiquants, entraîneurs, dirigeants et de la capacité à fédérer autour d'une dynamique collective, par des temps de rencontre, et aussi par le renforcement de l'appartenance au groupe (réseaux sociaux, t-shirt promouvant la démarche, etc.).

Éducation : Soutenir les clubs de sport pour que les équipes puissent être formées : dirigeants, entraîneurs et éducateurs, et que les formations soient diversifiées en tenant compte des besoins et des spécificités des pratiquants encadrés. Il est important également de générer une dynamique d'échange de pratiques et d'outils, de tutorat, de sensibilisation à la promotion de la santé par des réunions, des moments informels, des outils, des kits.

Faisabilité : Évaluer régulièrement la capacité du club de sport à atteindre ses objectifs de promotion de la santé.

À plusieurs moments dans la saison (lors de l'assemblée générale, lors de réunions), il est important d'évaluer si le club a toujours les ressources et la motivation pour atteindre les objectifs, pour réajuster le calendrier ou par exemple pour amplifier les actions envisagées.

Monitoring : Faire le suivi des activités de promotion de la santé au quotidien, en appliquant une philosophie – « chaque petit progrès est important » – et analyser chaque changement.

Au-delà de l'évaluation de la faisabilité, des indicateurs de réussite des actions (nombre de participants, satisfaction, investissement

L'ESSENTIEL

■ Dans le cadre du projet **PROMotion de la Santé dans les ClubS Sportifs (PROSCeSS)**, un collectif d'experts a réalisé une revue scientifique de la littérature internationale pour identifier les modalités de mise en œuvre d'actions de promotion de la santé. À l'issue de ces travaux, 13 stratégies ont été définies à destination des clubs qui souhaitent promouvoir la santé globale de leurs adhérents, au-delà de la seule performance sportive.

des acteurs du club, bénéfices financiers, effet sur la santé) peuvent servir plusieurs objectifs majeurs : connaître les effets des actions mises en place et la capacité d'investissement du club dans ces actions ; communiquer sur les actions à partir de données de suivi (incluant des chiffres, qui sont importants pour les financeurs notamment). ■

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Kokko S., Martin L., Geidne S., Van Hoya A., Lane A., Meganck J. *et al.* Does sports club participation contribute to physical activity among children and adolescents? A comparison across six European countries. *Scandinavian Journal of Public Health*, 2019, vol. 47, n° 8 : p. 851-858. En ligne : <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1403494818786110>
- [2] Van Hoya A., Fenton S., Krommidas C., Heuzé J.-P., Qvested E., Papaioannou A. *et al.* Physical activity and sedentary behaviours among grassroots football players: A comparison across three European countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2013, vol. 11, n° 4 : p. 341-350. En ligne : <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1612197X.2013.830432>
- [3] Delamaire C., Escalon H., Noirot L. *Recommandations relatives à l'alimentation, à l'activité physique et à la sédentarité pour les adultes*. Saint-Maurice : Santé publique France, 2019 : 62 p. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/documents/rapport-synthese/recommand>

- ations-relatives-a-l-alimentation-a-l-activite-physique-et-a-la-sedentarite-pour-les-adultes
- [4] Eime R. M., Young J. A., Harvey J. T., Charity M. J., Payne W. R. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2013, vol. 10, n° 1 : p. 98. En ligne : <https://ijnbpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-10-98>
 - [5] Geidne S., Kokko S., Lane A., Ooms L., Vuillemin A., Seghers J. *et al.* Health promotion interventions in sports clubs: Can we talk about a setting-based approach? A systematic mapping review. *Health Education & Behavior*, 2019, vol. 46, n° 4 : p. 592-601. En ligne : <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1090198119831749>
 - [6] Johnson S., Van Hoya A., Donaldson A., Lemonnier F., Rostan F., Vuillemin A. Building health-promoting sports clubs: a participative concept mapping approach. *Public Health*, novembre 2020, vol. 188 : p. 8-17.