

Lutte contre la sédentarité : les jeunes, acteurs du changement

Philippe Furrer,
fondateur insPoweredBy sàrl,
activiste du mouvement et du sport,
Lausanne (Suisse),

Dr Anne W. Bunde-Birouste,
maître de conférences en promotion
de la santé et sport pour
le développement social,
École de santé publique,
université de Nouvelle-Galles du Sud,
Sydney (Australie).

tion ou encore l'émancipation de cette jeunesse. Ce terme trouve de nombreuses traductions, toutes aussi imprécises les unes que les autres¹. Ce sont peut-être les Québécois qui s'en approchent le plus, car certains y parlent là-bas d'« empouvoirement » ou d'« encapacitation » des jeunes, le préfixe « en-/em- » signifiant clairement une action volontaire, un mouvement englobant et bienveillant à la fois.

Or, dans le monde de la promotion des activités physiques et sportives, un élément-moteur pour aller de l'avant est de considérer les jeunes comme une véritable ressource, une force de changement, plutôt que comme une simple cible récipiendaire de programmes ou d'interventions qui leur sont destinés. De nombreuses expériences montrent que la capacité d'influencer positivement

Terme largement utilisé en langue anglaise, l'*empowerment* de jeunes talents consiste à créer les conditions favorables pour développer la responsabilisation, l'autonomisa-

servent de modèles. Poussée à l'extrême, une politique d'engagement de la jeunesse ira jusqu'à identifier des leaders et des artisans du changement qui seront aidés, coachés et parfois même soutenus financièrement à travers une forme de financement d'amorçage, afin qu'ils deviennent de véritables entrepreneurs sociaux par et pour le sport.

capacités managériales et de leadership de jeunes talents, ou encore qui enseignent l'entrepreneuriat social par le sport. En outre, il s'agit d'un enjeu d'« employabilité » pour ces jeunes, relève indispensable pour les organisations sportives.

S'appuyer sur une stratégie de la jeunesse

Pour engager, fidéliser ou encore rendre autonomes et « encapaciter » des jeunes dans et par le sport, il est nécessaire de disposer pour son organisation d'une vision et d'une stratégie de la jeunesse. Il existe depuis 2018 une stratégie « Jeunesse 2030 – Travailler avec et pour les jeunes », établie par les Nations unies [1], et dont le but est d'atteindre les 17 objectifs de développement durable (ODD). Cette stratégie Jeunesse 2030 vise à impliquer les jeunes dans le cadre des ODD et à les rendre autonomes². Parmi les cinq domaines-clés de cette stratégie Jeunesse 2030, le premier appelle à trouver de nouvelles voies pour accroître la participation et l'implication des jeunes dans le développement de solutions aux nombreux défis de nos sociétés, dont le défi sanitaire lié aux modes de vie sédentaires³.

Quelques exemples pertinents

En 2016, le Comité international olympique a mis sur pied un programme de Jeunes Leaders [2 ; 3] qui s'adresse à des jeunes talents (20-30 ans), généralement sélectionnés par leur comité national olympique respectif, prêts à s'appuyer bénévolement sur le pouvoir du sport pour contribuer à résoudre des problématiques sociales locales. Les jeunes candidats soumettent une proposition de projet, dûment renseignée : identification et documentation des cibles prioritaires

L'ESSENTIEL

- Pour développer le sport et l'activité physique, les jeunes peuvent être un vecteur essentiel du changement. Le Comité international olympique (CIO) a créé un programme de Jeunes Leaders qui innovent au niveau local pour lutter contre la sédentarité.

et de la problématique ; propositions d'objectifs et d'indicateurs de mesure d'impact ; établissement du budget ; communication de données chiffrées ; documentation ; etc.

Parmi les catégories et les thèmes proposés par le CIO : la santé et le bien-être des jeunes. Ainsi, certains de ces jeunes entrepreneurs sociaux ont développé des projets liés au sport-santé, puis les ont réalisés, comme :

- **Bien Vieillir (Ageing Well).** Le premier projet de Jeune Leader de Valéry, de l'île Maurice, visait à former des coachs locaux d'activités physiques avec comme objectif principal la lutte contre la prévalence et les méfaits du diabète de type 2 dans cette région du monde ;

- **The Healthy and Active Living Project.** Jeannette sur l'île de Trinidad-et-Tobago, a travaillé avec son ministère de la Santé et de l'Éducation pour proposer des séances de médiation scolaire, orientées sur la nutrition équilibrée et sur le plaisir de bouger et de pratiquer du sport⁴ ;

- **Ski Na Rua (Ski dans la rue).** Pedro, à Sao Paulo, collabore avec un skieur de fond brésilien ayant participé à deux Jeux Olympiques (2010 et 2014) pour initier des jeunes des favelas⁵ au plaisir du ski à roulettes – avant, pour les meilleurs, de pratiquer sur la neige ! – et offre ainsi à ces jeunes un cadre sain, actif et bienveillant, permettant à certains d'entre eux d'éviter une possible chute vers la violence ou des dépendances⁶.

En octobre 2020, après quatre vagues réussies de ce programme et plus de 30 000 jeunes bénéficiaires atteints dans le monde, le CIO a décidé de l'ouvrir à une participation plus large et de renforcer la formation proposée aux jeunes participants [4], dans une première phase, avant un accompagnement plus élaboré, notamment financier, sur une période de quatre années.

Il existe également des organisations non gouvernementales (ONG) qui s'appuient sur la force du sport et sur les capacités uniques de jeunes leaders locaux :

- **Game,** au Danemark et dans une dizaine d'autres pays à fort afflux de migrants. Son programme de *Playmakers* [5] s'appuie sur des jeunes

talents des quartiers qui sont formés pour devenir des coachs de sports urbains (*street football, basket-ball, parkour, breaking, arts urbains...*)⁷ ;

- **Skateistan,** ONG active en Afghanistan, en Afrique du Sud et au Cambodge, utilise la force du skateboard pour attirer les jeunes à l'école et contribuer à l'éducation et à l'*« encapacitation »* de jeunes filles, dans des cultures où elles souffrent souvent d'un manque d'accès au sport⁸. Cette ONG a été lauréate d'un *British Academy of Film and Television Award (Bafta)* et d'un Oscar pour un documentaire récent sur ses activités à Kaboul⁹ ;

- **Laureus Foundation et Streetfootball World,** sont deux réseaux soutenant des ONG actives dans le sport et dans le développement, avec un fort accent mis sur l'*empowerment* et l'*employabilité* de jeunes leaders locaux, via notamment des formations, du « mentorat », la promotion du rôle et du leadership des filles, parfois de l'entreprenariat par le sport. Ces dimensions sont intégrées dans les conditions d'octroi de fonds¹⁰.

Pour et par les jeunes

Aujourd'hui, toutes les politiques de santé publique proposant des réponses aux problématiques de sé-dentarité et de bien-être des jeunes gagneraient en efficacité en impliquant des jeunes talents et des jeunes représentants dans leur conception de projets et d'interventions et dans leur mise en œuvre. S'appuyer sur le rôle de prescripteurs et de leaders

d'opinion de certains jeunes peut devenir un facteur-clé de succès. Les médias sociaux aidant, des modes de vie sains et actifs peuvent ainsi devenir viraux, *mainstream*¹¹, voire même attrayants, car non prescrits par les autorités officielles ou les grands « pontes » de la santé ou des sports. ■

1. « Nombreuses sont les traductions d'*empowerment* qui retiennent la racine “power” – pouvoir : “accès au pouvoir”, “prise de pouvoir” et aussi “pouvoir revendiqué”, “pouvoir négocié”, “pouvoir partagé”. Or l'*empowerment* est également associé à la notion d'autodétermination, de libération de la conscience de l'homme contraint, désormais capable de faire des choix et d'influer sur le cours de sa vie et sur celui de sa communauté. » Source : Freire P., *La Pédagogie des opprimés*. Paris : La Découverte, 1982.

2. « Connectés les uns aux autres comme jamais auparavant, les jeunes veulent eux aussi aider leur communauté à résister à l'adversité. Qu'ils habitent les villes ou les campagnes, ils proposent des solutions innovantes susceptibles de faire évoluer la société et de changer la politique. Atout fondamental et considérable, les jeunes méritent que l'on investisse dans leur avenir, car ils ouvrent la voie à d'innombrables possibilités. » Extrait de la stratégie Jeunesse 2030 des Nations unies.

3. « Construisons un monde dans lequel les jeunes jouissent de leurs droits et ont les moyens de développer pleinement leur potentiel, et qui reconnaît leurs capacités d'action et de réaction à l'adversité, ainsi que leur qualité d'agents du changement. » Extrait de la stratégie Jeunesse 2030 des Nations unies.

4. https://www.youtube.com/watch?v=TnXhyXg_tXo
5. Bidonvilles.

6. <https://www.youtube.com/watch?v=e38wTZYcE1A&t=115s>

7. <http://gamedenmark.org/en/> ; <https://www.youtube.com/watch?v=smR2LJlkIyI&t=14s>

8. <https://www.skateistan.org/>

9. <https://skateistan.org/blog/learning-skateboard-warzone-wins-bafta-and-oscar>

10. <http://streetfootballworld.org/> ; <https://www.laureus.com/>

11. Littéralement:courant dominant.Ici:à la mode.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

[1] Organisation des Nations unies. *Jeunesse 2030 – Travailler avec et pour les jeunes. Stratégie des Nations unies pour la jeunesse.* 16 p. En ligne : https://www.un.org/youthenvoy/wp-content/uploads/2014/09/UN-Youth-Strategy_French.pdf

[2] Comité international olympique (CIO). *Le CIO annonce les dernières initiatives mondiales menées à bien par les Young Change-Makers.* Lausanne : CIO, août 2019. En ligne: <https://www.olympic.org/fr/news/le-cio-annonce-les-dernieres-initiatives-mondiales-menées-a-bien-par-les-young-change-makers>

[3] Comité international olympique (CIO). *Le CIO s'apprête à accueillir une rencontre mondiale de Jeunes Leaders prometteurs en prélude aux JOJ de Lausanne 2020.* Lausanne : CIO, septembre 2019. en ligne : <https://www.olympic.org/fr/news/le-cio-s-apprete-a-accueillir-une-rencontre-mondiale-de-jeunes-leaders-prometteurs-en-prelude-aux-joj-de-lausanne-2020>

[4] Comité international olympique (CIO). *Postulez pour participer au programme des jeunes leaders du CIO, un programme ouvert à tous.* 28 octobre 2020. En ligne : <https://www.olympic.org/fr/news/postulez-pour-participer-au-programme-des-jeunes-leaders-du-cio-un-programme-ouvert-a-tous>

[5] Game. *Playmaker Program.* <http://gamedenmark.org/en/playmakers/>