

Policy recommendations for more active and inclusive communities in Europe

Work Package 4, Deliverable: 4.2

Lead: SportDrenthe

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Contenu:

Résumé exécutif 4

1. Pourquoi l'Europe a besoin d'un environnement actif au quotidien 7
2. De la preuve à la pratique : ce qu'a fait l'EHLA 10
3. Les enseignements tirés par l'EHLA : des résultats aux politiques 13

4. Principe politique 1 : Faire du mouvement une partie intégrante de la vie quotidienne 16
5. Principe politique 2 : Atteindre tout le monde 17
6. Principe politique 3 : Faire des écoles des piliers pour des communautés actives 18
7. Principe politique 4 : Partager l'ambition, localiser la solution 20
8. Principe politique 5 - Investir dans le personnel, la coordination et la capacité de changement 22
9. Principe politique 6 - La technologie doit faire ses preuves 23
10. Principe politique 7 - Relier le mouvement au développement au sens large 24
11. Principe politique 8 - Construire pour le long terme 25

12. Recommandations politiques de l'EHLA formulées par les parties prenantes 30
13. Du projet pilote à la politique : la feuille de route de mise en œuvre de l'EHLA 33
14. Trois pays, trois leçons politiques 36
15. Au-delà de l'enfance ; ce que l'EHLA peut dire de manière responsable 38
16. Mesurer ce qui compte 40
17. L'appel à l'action de l'EHLA 43

Faire du mode de vie actif un choix facile, normal et inclusif – chaque jour, pour tous.

Financé par l'Union européenne. Les opinions exprimées n'engagent que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ni de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne sauraient en être tenues responsables.

État du document

Champ	Version finale 1.0
Livrable	D4.2 — Livre blanc : recommandations politiques
But	Livre blanc public consolidé — révision éditoriale finale
Bénéficiaire principal	SportDrenthe
Lot de travaux	WP4
Dissémination	PU — Public
Projet	Actions européennes pour un mode de vie sain (EHLA), identifiant de projet 101184145
Statut	Recommandations politiques consolidées approuvées dans leur substance par le consortium EHLA.

Les données probantes et la participation qui ont éclairé le Livre blanc

Le programme EHLA était participatif à plusieurs niveaux. L'évaluation de la Journée active a recueilli les points de vue des enfants, des enseignants/entraîneurs et des parents, l'importance accordée à chaque aspect variant selon les pays. La mise en œuvre locale a également impliqué les écoles, les animateurs communautaires, les municipalités et les partenaires du projet. La réflexion des partenaires, notamment à

travers le processus d'évaluation des résultats d'EHLA et des webinaires, a permis d'enrichir les enseignements tirés de la mise en œuvre en matière de coordination, de leadership, d'outils pratiques, de soutien numérique et de pérennisation.

Ce livre blanc ne mentionne que les groupes de parties prenantes recensés dans les documents de l'EHLA. Il ne prétend pas, à ce jour, dresser une liste exhaustive des décideurs consultés. Aucun registre de consultation complet n'étant disponible, le livre blanc ne fait état d'aucun contributeur, d'aucune date ni d'aucune approbation politique.

Résumé exécutif

L'Europe n'a pas besoin d'une nouvelle campagne se contentant d'inciter les gens à bouger davantage. Le défi politique consiste à créer les conditions permettant à l'activité physique de devenir possible, attrayante, inclusive et normale au quotidien.

Le programme EHLA a permis de relier la recherche, les outils pratiques, le renforcement des capacités et la mise en œuvre concrète. Le document D3.1 a défini les principes fondés sur des données probantes : équité et inclusion, changement de comportement, environnements favorables, mobilisation des parties prenantes et RE-AIM. Le document D3.2 a exploré comment un outil numérique pouvait faciliter la participation et la communication, tandis que le document D3.3 s'est concentré sur les ressources humaines et organisationnelles nécessaires à la mise en œuvre du changement. Le document D4.1 et les projets pilotes nationaux ont ensuite démontré l'efficacité de ces idées une fois adaptées à des contextes réels. Les résultats du programme EHLA apportent un éclairage final : ce qui a facilité la mise en œuvre, ce qui a engendré des difficultés et les pistes d'amélioration.

Le principal objectif du programme EHLA n'est donc pas une intervention isolée, mais une méthode de travail : créer une ambition partagée, favoriser l'appropriation locale, donner aux acteurs du changement les moyens d'agir, s'adapter au contexte, tirer des enseignements de la mise en œuvre et pérenniser les bonnes pratiques avant la fin du soutien temporaire au projet.

Cessez de considérer l'activité physique comme une activité supplémentaire. Commencez à l'intégrer à votre quotidien.

Ce livre blanc traduit ces enseignements en politiques publiques. Il soutient que les administrations publiques devraient dépasser les projets isolés et créer des écosystèmes dynamiques autour des écoles, des familles, des communautés, du sport, de la santé, des services à la jeunesse, de la mobilité et de l'espace public.

Intégration mise à jour de D4.1 (Version finale 0.6) : Les quatre recommandations du chapitre 8 de D4.1 — s'appuyer sur les atouts existants, adapter au contexte local, investir dans les personnes et les environnements connectés, et planifier la continuité dès le départ — sont traduites en instruments politiques concrets dans la section 11A. Le Livre blanc conserve ses dix grands messages politiques.

Dix messages politiques

1. Intégrer le mouvement dans le quotidien.
La politique en matière d'activité physique doit façonner les environnements et les routines quotidiennes, et non se limiter au financement de séances sportives ou d'exercices spécifiques.

2. Faire des écoles un pilier pour des communautés dynamiques.
Les écoles touchent la quasi-totalité des enfants. Tirons parti de cette portée universelle et établissons des liens concrets entre l'école, la famille, le quartier, le sport, la santé et l'espace public.

3. Concevoir en tenant compte des personnes les plus susceptibles d'être oubliées.
L'équité ne s'improvise pas. Le genre, le handicap, le revenu, la confiance en soi, la culture, l'accessibilité et la sécurité doivent influencer la conception dès le départ.

4. Partagez l'ambition, adaptez la solution au contexte local.
Transmettez les principes et les résultats, et non des programmes rigides. Ce qui fonctionne dans un pays ou une organisation doit être adapté avant d'être adopté.

5. Faire de la promotion d'un mode de vie actif l'affaire de tous.
L'éducation, le sport, la santé, la jeunesse, les politiques sociales, la mobilité et l'aménagement du territoire devraient partager les responsabilités et les budgets, le cas échéant.

6. Désigner un coordonnateur de la journée scolaire active dans chaque école.
Le changement nécessite une appropriation par l'établissement. Chaque école devrait désigner un coordonnateur doté du mandat, du temps et du soutien nécessaires pour assurer la liaison entre les personnes et la poursuite de la mise en œuvre.

7. Investissez dans les personnes qui mettent en œuvre les politiques.
Les enseignants, les entraîneurs, les animateurs jeunesse et les professionnels communautaires ont besoin d'outils pratiques, de formation, de soutien entre pairs, de temps et de confiance – et non d'un simple document de plus.

8. Utiliser l'activité physique comme tremplin pour un développement plus global.
Le mouvement peut favoriser l'apprentissage, le bien-être, les liens sociaux, la confiance en soi, les valeurs et les compétences de vie lorsque ces objectifs sont intégrés intentionnellement à la mise en œuvre.

9. N'utilisez la technologie que lorsqu'elle lève un obstacle.
Les outils numériques doivent faciliter les relations humaines et la mise en œuvre. Si un outil engendre de la confusion, une surcharge de travail ou une dépendance, simplifiez-le, repensez-le ou supprimez-le.

10. Financer la transition du projet pilote à la pratique courante.
La pérennité commence dès le premier jour : les rôles, le leadership, les politiques, les budgets, le suivi et les routines organisationnelles doivent être mis en place avant la fin du financement du projet.

Le changement de politique proposé par l'EHLA

Éloignez-vous de	Se diriger vers
Les campagnes qui demandent aux individus de changer	Des environnements qui facilitent les choix actifs
Activités à court terme	Routines et systèmes actifs au quotidien
Réplication universelle	Principes partagés avec adaptation locale
Propriété du secteur sportif	Responsabilité intersectorielle
Un projet qui repose sur un seul passionné.	Propriété distribuée avec coordination nommée
Les outils numériques comme objectif	La technologie comme facilitateur optionnel

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

Éloignez-vous de	Se diriger vers
Seule la participation compte	Portée, expérience, équité, qualité et maintenance
Projets pilotes de financement	Financement, mise en œuvre, intégration et continuité

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

1. Pourquoi l'Europe a besoin d'environnements actifs au quotidien

L'inactivité physique ne se résume pas à un simple manque de motivation individuelle. Les possibilités de bouger sont influencées par le rythme scolaire, la situation familiale, le quartier, les transports, l'espace public, les moyens financiers, l'accessibilité, la confiance en soi et les normes sociales. Les politiques publiques déterminent donc si un choix actif est réaliste.

EHLA aborde l'activité physique comme un défi systémique. Ses lignes directrices associent équité et inclusion, changement de comportement, environnements favorables, mobilisation des parties prenantes et suivi. Le point D3.3 ajoute une dimension supplémentaire : les organisations doivent être en mesure de transformer les bonnes intentions en pratiques courantes. Cela requiert du leadership, des ambassadeurs, de la communication, de la formation, des ressources, de la coordination et une institutionnalisation.

> **Une bonne politique autorise les initiatives. Une bonne mise en œuvre encourage les pratiques. La durabilité exige les deux.**

1.1 L'équité est une question de conception

L'accès universel à un programme ne garantit pas automatiquement son équité. Un programme peut être ouvert à tous et pourtant difficile d'accès pour les familles confrontées à des obstacles financiers, de transport, de handicap, linguistiques, culturels, de sécurité ou de confiance. Les administrations publiques devraient donc s'interroger non seulement sur l'existence d'une activité, mais aussi sur les participants, les personnes qui s'y sentent les bienvenues, celles qui en bénéficient et celles qui en restent exclues.

1.2 De la prise de conscience aux conditions

La communication peut sensibiliser et encourager la participation, mais elle ne suffit pas à elle seule pour surmonter les obstacles structurels. Le travail de renforcement des capacités d'EHLA met l'accent sur une communication positive, adaptée au public et bidirectionnelle, mais il démontre également que la communication est plus efficace lorsqu'elle présente une opportunité véritablement accessible, accueillante et bien organisée.

1.3 Une perspective de parcours de vie — avec des limites honnêtes

La description formelle D4.2 fait référence à l'engagement des personnes âgées de l'enfance jusqu'à un âge avancé. Les principaux résultats concrets du projet EHLA concernent les enfants, en particulier ceux d'âge primaire. Le document D3.3 permet néanmoins de tirer des enseignements pratiques sur les personnes âgées, notamment l'importance des activités adaptées, des liens sociaux, de l'accessibilité, des avantages fonctionnels et de l'intégration aux structures communautaires et de santé. Ce livre blanc adopte donc une perspective de politique axée sur le parcours de vie lorsque cela s'avère pertinent, tout en distinguant clairement les enseignements plus généraux en matière de renforcement des capacités des résultats du projet pilote EHLA centré sur l'enfant.

Étape de la vie	Traduction de la politique	État des preuves EHLA
Enfants (environ 6-12 ans)	Utiliser les écoles comme points d'ancrage universels ; intégrer le mouvement dans l'apprentissage, le jeu, les déplacements et les liens communautaires ; impliquer les familles et les services locaux.	Base EHLA directe la plus solide : D3.1 et les trois réglages pilotes WP4.
Jeunes / adolescents	Maintenir des opportunités inclusives et agréables ; créer des liens entre l'école, le travail auprès des jeunes et le sport ; renforcer l'autonomie, le sentiment d'appartenance, la confiance en soi et les compétences de vie.	Des orientations plus larges en matière d'EHLA et un apprentissage axé sur le renforcement des capacités ; et non une population pilote dédiée au WP4.

Adultes	Faciliter l'activité physique grâce aux structures communautaires, aux espaces publics, aux déplacements actifs, aux lieux de travail et aux routines familiales ; réduire les coûts et les obstacles à l'accès.	Extrapolation des politiques à partir des principes des systèmes EHLA ; preuves pilotes directes limitées.
Les personnes âgées	Prioriser les activités accessibles et appropriées, les liens sociaux, la confiance en soi, l'autonomie fonctionnelle, les solutions de transport et les liens avec les services de santé et communautaires.	Appuyé par les recommandations de pratique D3.3 ; non testé directement dans les projets pilotes axés sur l'enfant du WP4.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

Extrait de D2.1 : Pourquoi ces interventions ont été sélectionnées

Le rapport d'analyse de l'état de l'art (D2.1, 2025) présente à EHLA un processus de sélection documenté, et non une justification a posteriori des projets pilotes. Les partenaires ont répertorié les mesures innovantes candidates à l'aide d'un modèle commun couvrant les groupes cibles, les environnements de mise en œuvre, les coûts, l'inclusion, les obstacles et la faisabilité. Les représentants des partenaires désignés ont ensuite évalué les mesures selon leur applicabilité, leur caractère innovant, les obstacles rencontrés et leur praticabilité, un score de préférence supplémentaire servant à départager les candidats (D2.1, p. 10-12).

Les trois mesures les mieux classées étaient « Écoles finlandaises en mouvement » (10,93), BASE (9,07) et « Parcs en mouvement » (8,655). Ces chiffres correspondent à des évaluations réalisées par les partenaires et non à des estimations de l'impact des interventions. Leur intérêt politique réside dans la prise en compte de la faisabilité pratique et des obstacles, parallèlement à l'innovation. Les mises en œuvre nationales ultérieures doivent donc être perçues comme des adaptations locales des approches sélectionnées, et non comme une simple reproduction à l'identique (D2.1, p. 13 ; D4.1).

Le document D2.1 situe également ces travaux dans le cadre du suivi de l'activité physique bénéfique pour la santé au sein de l'UE. Il indique que la part moyenne de 23 indicateurs politiques atteints par les États membres de l'UE est passée de 64,7 % en 2015 à 81,8 % en 2024, tandis qu'une activité insuffisante demeure largement répandue. Ces chiffres concernent respectivement la mise en œuvre des politiques et l'activité physique au niveau de la population ; ils ne doivent pas être interprétés comme une évaluation causale de l'efficacité de l'activité physique bénéfique pour la santé (D2.1, p. 4-6, d'après le suivi OMS/Commission européenne).

Une conclusion pratique s'impose : avant de décider des interventions à transférer, il convient d'évaluer les solutions envisagées en fonction du contexte, des obstacles à l'inclusion, des compétences du personnel et des perspectives de continuité. L'EHLA recommande de privilégier le transfert de principes éprouvés et de savoir-faire en matière de mise en œuvre plutôt que l'exportation d'un programme standardisé sans adaptation locale.

2. De la théorie à la pratique : ce qu'a fait l'EHLA

Le projet EHLA a été conçu pour faciliter le passage de la connaissance à la mise en œuvre. Le WP2 a recensé les pratiques prometteuses et a permis l'échange de connaissances. Le WP3 a traduit les enseignements tirés en un guide, des ressources numériques et un programme de renforcement des capacités. Le WP4 s'est ensuite concentré sur la mise en œuvre pratique et la sensibilisation grâce à la Journée active EHLA.

D3.3 décrit explicitement ce parcours comme allant de la recherche et des échanges au renforcement des compétences du personnel, puis à la pratique quotidienne. Sa contribution essentielle à D4.2 est importante : une intervention ne devient pas pérenne du seul fait qu'elle repose sur des données probantes. Les organisations doivent pouvoir l'adopter, l'adapter, la financer et l'intégrer à leurs activités courantes.

> **La question politique de l'EHLA n'est pas seulement « Qu'est-ce qui fonctionne ? » mais aussi « De quoi une organisation a-t-elle besoin pour que cela fonctionne ici — et pour que cela continue à fonctionner ? »**

2.1 De la théorie à la pratique : ce que les pilotes ont testé

Les projets pilotes n'ont pas testé le guide comme une intervention unique et figée. Ils ont vérifié si ses principes fondamentaux pouvaient être transposés en pratique locale concrète. Le tableau ci-dessous illustre ce lien. Le document D3.2 est présenté comme un outil de mise en œuvre plutôt que comme un cadre théorique : son objectif initial était de faciliter la communication, la participation et le traitement des données, tandis que les résultats ultérieurs montrent que le soutien numérique n'apporte de valeur ajoutée que s'il est simple et utile en pratique.

Principe/défi EHLA	Que s'est-il passé lors de la mise en œuvre ?	implications politiques
Environnements favorables : le mouvement doit être intégré au quotidien.	Pays-Bas : quatre écoles primaires ont utilisé la journée scolaire dynamique et l'apprentissage actif ; les enseignants ont reçu une formation et des outils pratiques ; environ 900 enfants ont été touchés.	Intégrer l'apprentissage actif à l'ensemble de l'établissement, et non le considérer comme une option supplémentaire en classe. Financer le soutien et la coordination des enseignants. Source : D3.1, p. 6-7 et 69-70 ; D4.1/Rapport Christel, § 3.3.
Adaptation locale : les principes communs doivent être adaptés au contexte.	Italie : Parchi in Movimento a mis en relation des écoles, des parcs publics, des animateurs communautaires et la municipalité de Vérone ; plus de 600 enfants y ont participé.	Les municipalités peuvent transformer l'espace public en un atout pour un mode de vie actif en reliant l'éducation, la famille et les services communautaires. Source : Rapport D4.1/Christel, § 3.3–3.4.
L'activité physique peut favoriser un développement plus global lorsqu'elle est conçue intentionnellement.	Türkiye: le sport extrascolaire était associé à un contenu de protection de l'enfance / valeurs et compétences de vie; 676 et 808 participations au programme ont été signalées sur deux trimestres.	Fournir aux entraîneurs des outils et une formation structurés ; évaluer avec prudence les résultats en matière de développement et distinguer la participation de l'impact. Source : Rapport D4.1/Christel, § 3.3–3.4.
La science de la mise en œuvre : le changement nécessite des compétences, des opportunités, de la motivation et un soutien organisationnel.	Au sein d'EHLA, les réflexions des partenaires ont mis l'accent sur la coordination, l'introduction progressive, les outils pratiques, le leadership et le suivi à long terme.	Renforcement des capacités de mise en œuvre des fonds (personnel, temps, formation et appropriation) en parallèle des activités. Source : Feuille de route de mise en œuvre D3.1 ; sections D3.3 sur le renforcement des capacités et la gestion du changement ; Résultats EHLA.

Lignes directrices / outils	Ce que l'EHLA a proposé	Ce que les pilotes/résultats ont montré	implications politiques
D3.1 : Équité et inclusion	Concevoir des solutions adaptées aux inégalités d'accès et surveiller qui est atteint.	Les contextes universels tels que les écoles permettent d'accroître la portée des actions, mais les barrières locales nécessitent toujours une adaptation.	Utiliser des plateformes universelles et supprimer les barrières de manière ciblée ; surveiller les personnes disparues.
D3.1 : COM-B / changement de comportement	Les compétences, les opportunités et la motivation sont toutes importantes.	La formation, le matériel pratique, les routines de soutien et les expériences agréables ont facilité la mise en œuvre.	Financer les compétences professionnelles et les environnements favorables, et pas seulement la sensibilisation.
D3.1 : Environnements favorables	Facilitez les choix actifs au quotidien.	Le mouvement s'effectuait par le biais de l'apprentissage, des parcs/de la communauté et du sport organisé plutôt que par une seule activité standard.	Intégrer le mouvement dans les environnements et les routines ordinaires.
D3.1 : REVISER	Évaluer la portée, l'efficacité, l'adoption, la mise en œuvre et la maintenance.	Les chiffres de participation étaient utiles, mais n'expliquaient pas l'adoption, la charge de travail, les	Évaluer la qualité de la mise en œuvre, l'équité et le maintien, ainsi que la participation.

		difficultés numériques ni la durabilité.	
D3.2 : Support numérique	Utilisez l'application pour communiquer, relever les défis et obtenir de l'aide concernant les processus.	Les résultats ont fait état de coûts en temps, de confusion et d'une valeur ajoutée limitée en pratique.	La technologie doit faire ses preuves : expérimenter, simplifier et ne conserver que ce qui résout un problème réel.
D3.3 : Renforcement des capacités	Le leadership, les champions, la formation, les ressources et l'institutionnalisation permettent le changement.	La coordination, l'introduction progressive, les supports utilisables et un engagement généralisé sont apparus à maintes reprises comme des facteurs de succès.	Renforcer les capacités de mise en œuvre et la coordination des activités.

2.2 Trois décors, une ambition

Pays	Cadre principal	Expression d'EHLA	Perspective politique
Pays-Bas	Écoles primaires	Journée scolaire dynamique / apprentissage actif	Mouvement × Éducation
Italie	Écoles, parcs et communautés	Parcs en mouvement	Mouvement × Communauté
Turquie	Sport organisé / développement de l'enfant	Sport + valeurs / compétences de vie	Mouvement × Développement personnel

Ces approches sont délibérément différentes. Leur intérêt pour les politiques publiques réside précisément dans cette différence : EHLA n'a pas cherché à reproduire une activité européenne unique. Elle a démontré l'importance de principes communs associés à une conception locale.

2.3 Le renforcement des capacités n'était pas une activité parallèle

Le document D3.3 considère le renforcement des capacités comme un mécanisme de pérennisation. Il identifie une vision claire, le soutien de la direction, des référents, la communication, la formation, les ressources, l'institutionnalisation, le suivi et le renforcement comme autant de conditions nécessaires au changement organisationnel. Il recommande également d'échelonner les changements

importants, de désigner des coordinateurs, d'intégrer les responsabilités aux rôles et budgets habituels et de développer le soutien entre pairs afin qu'aucun professionnel ne soit laissé à lui-même.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

3. Les enseignements de l'EHLA : des résultats aux politiques

Les notes sur les résultats du projet EHLA ajoutent une dimension essentielle aux livrables officiels : la réflexion sur la mise en œuvre. Elles rendent compte des observations des partenaires lors de la réalisation du projet au sein d'organisations réelles. Ces observations ne doivent pas toutes être présentées comme des conclusions scientifiques. Il s'agit de leçons tirées de la mise en œuvre, ce qui les rend particulièrement pertinentes pour un livre blanc sur les politiques publiques.

- **Les différences locales sont normales ; la coopération crée de la valeur .**
  Les pays et les organisations diffèrent. La valeur ajoutée européenne provient de l'apprentissage mutuel au travers de ces différences, et non de leur élimination.
- **La coordination est une condition de mise en œuvre.**
  Les résultats soulignent explicitement qu'elle constitue un facteur de réussite majeur. Le document D3.3 réaffirme indépendamment la nécessité d'une coordination, d'un leadership et de référents désignés.
- **L'enthousiasme est important, certes, mais les systèmes doivent lui survivre.**
  Les enfants, les enseignants et les parents peuvent insuffler une dynamique, mais un changement durable exige des rôles définis, des politiques claires et une appropriation par l'organisation.
- **L'apprentissage actif devrait être introduit comme un processus de changement.**
  Les résultats préconisent une mise en œuvre progressive, au rythme des établissements et des enseignants. La recommandation D3.3 préconise également d'échelonner les changements importants et d'accompagner le personnel par le biais de formations, de retours d'information et de premiers succès.
- **Les supports concrets facilitent le changement.**
  Les cartes turques et les boîtes néerlandaises illustrent un point plus général : les professionnels adoptent plus facilement le changement lorsque les idées sont traduites en outils utilisables.

- **Une journée scolaire active ne se limite pas à l'EPS.**
  Le mouvement peut s'intégrer aux apprentissages, aux récréations, aux jeux, aux déplacements, aux activités de plein air et à la culture scolaire. Il doit compléter une EPS de qualité, et non s'y réduire.
- **Le leadership et l'adhésion générale sont essentiels.**
  Les conseils scolaires, les directeurs, les enseignants, les parents et les enfants ont tous une influence sur la transformation d'une ambition en pratique courante.
- **Les politiques scolaires favorisant l'activité physique doivent s'inscrire dans un cadre de politiques publiques plus larges.**
  La politique sportive à elle seule est insuffisante. L'éducation, la santé, la jeunesse, la mobilité et les politiques d'aménagement du territoire locales contribuent toutes à façonner les possibilités de déplacement.

- **Un suivi à long terme est essentiel.**
  Les résultats du programme EHLA préconisent explicitement sa poursuite. Le document D3.3 montre comment institutionnaliser le changement grâce à des plans, des rôles professionnels, des budgets, des routines et un renforcement continu des capacités.
- **Les outils numériques ne sont pas automatiquement utiles.**
  Les résultats indiquent que l'application EHLA a engendré des pertes de temps et de la confusion lors de sa mise en œuvre. Il convient d'y voir un enseignement précieux : la technologie doit résoudre un problème de mise en œuvre, et non en créer un nouveau.



Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain
Co-funded by the European Union

4. Principe politique n° 1 — Intégrer le mouvement à la vie quotidienne

On ne peut pas créer une société physiquement active uniquement grâce à des programmes sportifs. Les gens passent la majeure partie de leur temps dans des lieux publics : écoles, rues, lieux de travail, domiciles, quartiers et espaces publics. Les politiques publiques devraient donc multiplier les occasions de bouger dans ces environnements.

Pour les enfants, l'expression la plus concrète de ce principe selon l'EHLA est la journée scolaire active. Cela va bien au-delà de l'EPS et des activités énergisantes ponctuelles. Le mouvement peut être intégré aux apprentissages scolaires, aux récréations, aux jeux, aux activités de plein air, aux déplacements actifs et à l'environnement physique et social de l'école.

> **N'ajoutez pas simplement du mouvement à l'emploi du temps. Intégrez le mouvement au déroulement de la journée.**

Mesures politiques

- Examiner les routines scolaires et municipales afin d'identifier les périodes de sédentarité évitables.
- Soutenir l'apprentissage physiquement actif parallèlement à une éducation physique de qualité.
- Inclut les déplacements actifs, les jeux et l'apprentissage en plein air dans les stratégies scolaires et municipales.
- Utilisez les paramètres et routines existants avant de créer des programmes parallèles.
- Relier les politiques d'école active aux politiques de santé, de jeunesse, de sport, de mobilité et d'aménagement du territoire.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

5. Principe politique n° 2 — Toucher tout le monde

Le principal atout d'EHLA en matière d'équité réside dans l'accès universel aux établissements scolaires. L'école est particulièrement importante car elle permet de toucher des enfants qui n'auraient peut-être jamais accès à un club sportif ou à un programme d'activités structurées. Toutefois, cet accès universel doit s'accompagner d'une conception inclusive.

Les enseignements tirés du projet D3.3 en matière de partage de connaissances soulignent l'importance de faciliter l'accès aux services : gratuité ou prix abordable, lieux familiers et accessibles, inscription simplifiée et solutions pratiques pour le transport ou le matériel. Pour les personnes âgées, ce même principe s'applique différemment : intensité adaptée, réconfort, lien social et relations avec des structures communautaires ou de santé de confiance.

Mesures politiques

- Inclut des objectifs et des indicateurs d'équité dans les critères de financement.
- Concevez avec les groupes moins actifs et mal desservis, et pas seulement pour eux.
- Dans la mesure du possible, maintenez les coûts de participation bas ou gratuits et fournissez le matériel nécessaire.
- Utilisez des paramètres sûrs, familiers et accessibles.
- Surveillez les personnes absentes et adaptez la livraison en conséquence.

6. Principe politique 3 — Faire des écoles des piliers pour des communautés actives

L'école constitue une plateforme exceptionnelle pour les politiques publiques, car elle touche des enfants issus de tous les milieux sociaux. L'expérience néerlandaise d'EHLA montre comment le mouvement peut être intégré à l'apprentissage plutôt que d'être ajouté comme un programme distinct. L'Italie démontre comment l'engagement scolaire peut créer des liens avec la famille et la communauté.

L'enjeu politique dépasse donc largement le simple cadre d'un renforcement de l'éducation physique. L'école peut devenir un pilier d'un écosystème local dynamique, en lien avec les familles, le sport, l'espace public, la santé, les services jeunesse et les politiques municipales.

Recommandation de l'EHLA : un coordinateur de journée scolaire active dans chaque école

Les objectifs de l'EHLA proposent la nomination d'un coordinateur pour la journée scolaire active dans chaque établissement et suggèrent que ce rôle ne soit pas automatiquement confié au professeur d'éducation physique. Il s'agit d'une proposition pertinente car la journée scolaire active concerne l'ensemble de l'organisation, et non une seule discipline. Le point D3.3 soutient le mécanisme sous-jacent : désigner un coordinateur, constituer une équipe de conduite du changement, préserver le temps et éviter que cette initiative ne reste l'apanage d'une seule personne.

Pour la conclusion D4.2, EHLA pourrait recommander que les politiques éducatives nationales ou régionales encouragent chaque établissement scolaire à désigner un coordinateur pour la Journée scolaire active, ou une fonction équivalente adaptée au système scolaire national. Cela ne nécessite pas forcément la création d'un nouveau poste. La coordination peut être assurée par une personne occupant déjà une fonction – par exemple, un enseignant, un responsable santé scolaire, un coordinateur bien-être, un cadre supérieur ou un autre membre du personnel – à condition que cette personne dispose d'un mandat clair, de temps protégé, d'un accès à la direction et de la capacité de mettre en relation ses collègues et les partenaires externes. Ce rôle doit coordonner le dispositif, et non pas prendre en charge personnellement toutes les activités.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

Mesures politiques

- Privilégier les approches à l'échelle de l'établissement plutôt que les activités isolées.
- Confiez explicitement à la direction de l'établissement la responsabilité de cette ambition.
- Identifiez un coordinateur désigné, indiquez l'heure et envoyez-lui l'information.
- Implique les enseignants, les élèves, les parents et la direction de l'établissement dans la conception et la révision.
- Mettre l'école en relation avec les partenaires communautaires dans les domaines du sport, de la santé, de la jeunesse et du quartier.

Coordonnateur de la journée scolaire active : norme minimale en matière de politique

Chaque école devrait désigner un coordonnateur des journées scolaires actives. Il peut s'agir d'un membre du personnel déjà en poste, plutôt que d'un poste nouvellement créé. La direction de l'école devrait fournir un mandat écrit, du temps de coordination protégé, un accès au perfectionnement professionnel et un lien clair avec les partenaires municipaux ou communautaires. Le coordonnateur soutient les enseignants, intègre les routines scolaires à l'éducation physique, aux pauses et aux déplacements actifs, lève les obstacles à l'inclusion, suit la participation et rend compte des progrès. Cette recommandation concerne une fonction qui peut s'adapter à différents modèles de gouvernance nationaux ; elle ne prescrit pas un modèle d'emploi unique.

Test de mise en œuvre : Une personne est-elle désignée comme responsable ? Dispose-t-elle du temps et de l'autorité nécessaires ? Le personnel et les familles peuvent-ils la contacter ? Existe-t-il des procédures, des partenariats et des indicateurs de performance convenus ? Dans le cas contraire, le coordinateur n'existe que sur le papier.

7. Principe politique n° 4 — Partager l'ambition, localiser la solution

Les trois approches nationales d'EHLA différaient sensiblement, mais reposaient sur des objectifs et des principes communs. Les conclusions de l'échange de connaissances du projet D3.3 aboutissent à la même conclusion, sous un angle différent : un transfert réussi exige une adaptation culturelle et un retour d'information local.

Il ne faut donc pas confondre transférabilité et reproduction. Les administrations publiques peuvent définir l'objectif – inclusion, mobilité quotidienne, qualité, durabilité – sans pour autant prescrire chaque activité.

Gardez l'essentiel. Changez la forme.

Mesures politiques

- Co-créez avec les personnes qui mettront en œuvre et vivront l'action.
- Définir les principes communs et les résultats escomptés avant de sélectionner les activités.
- Le pilote a transféré les approches localement avant de les généraliser.
- Permettre l'adaptation à la culture, aux infrastructures, aux rôles institutionnels et aux ressources.
- Mettre en place un apprentissage structuré entre les organisations et les pays.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

A coordinator in every school

01 — Secure leadership mandate

A clear responsibility and authority to convene staff.

02 — Connect partners

Link school, families, municipality and local sport.

03 — Equip professionals

Provide tools, training and peer support.

04 — Embed daily routines

Integrate movement into learning, breaks and travel.

05 — Monitor inclusion and reach

Notice who participates and who is missing.

06 — Protect continuity

Build the role into normal plans and budgets.

A named function • mandate • time • training • support

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

8. Principe politique 5 — Investir dans le personnel, la coordination et le changement

La mise en œuvre dépend des personnes. Le modèle D3.3 est particulièrement pertinent à cet égard : le changement exige une vision convaincante, un leadership visible, des ambassadeurs, une communication transparente, une formation pratique, des ressources, des systèmes de soutien, des succès rapides et une institutionnalisation.

Cela renforce la recommandation du projet 0.1 d'« investir dans les personnes, et pas seulement dans les programmes ». La portée politique est plus large : financer l'activité physique sans financer les capacités de mise en œuvre est insuffisant.

Ce que les administrations publiques devraient financer

- Coordination désignée au niveau de l'école, de la municipalité ou du programme.
- Développement professionnel en matière d'apprentissage actif, de prestation inclusive et de changement de comportement.
- Matériel de démarrage pratique et ressources adaptables.
- Réseaux d'apprentissage entre pairs et communautés de pratique.
- Délai de mise en œuvre protégé pour les professionnels.
- Échange de connaissances locales et mentorat entre sites expérimentés et nouveaux.
- Accompagnement à la gestion du changement lorsque de nouvelles routines affectent l'ensemble des organisations.

Le point D3.3 met également en garde contre les changements dépendants de la personnalité. Les connaissances et les responsabilités doivent être réparties afin que le roulement du personnel ou le départ d'un responsable ne mette pas fin à l'initiative.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

9. Principe politique 6 — La technologie doit mériter sa place

Le document D3.3 décrit le potentiel des applications, des communautés en ligne, du suivi et de la communication numérique, tout en mettant en garde contre la nouveauté pour elle-même. Le document D3.1 positionne également l'application Active for Health comme un élément d'une boîte à outils de mise en œuvre plus large. Le rôle escompté du soutien numérique était donc légitime : faciliter la communication, la coordination et l'engagement là où il apporte une valeur ajoutée.

Les résultats du projet EHLA apportent un éclairage plus nuancé sur sa mise en œuvre. Les partenaires du projet ont indiqué que l'utilisation de l'application EHLA pouvait s'avérer chronophage et complexe, et que sa valeur ajoutée était limitée dans les contextes où elle a été déployée. Ces observations ne constituent pas une évaluation formelle de l'efficacité de l'application auprès des utilisateurs finaux. Les conditions de mise en œuvre étaient elles-mêmes loin d'être optimales, ce qui a probablement influencé l'adoption et l'expérience utilisateur. La leçon à tirer est donc nuancée : les outils numériques doivent être testés dans des conditions réalistes, bénéficier d'un accompagnement adéquat et être évalués selon leur capacité à réduire les obstacles ou à en créer de nouveaux.

> **Le numérique n'est pas automatiquement innovant. Un outil n'est innovant que s'il améliore l'expérience, la portée, la qualité ou l'efficacité de l'intervention.**

Mesures politiques

- Commencez par le problème de l'utilisateur et de la mise en œuvre, et non par la technologie.
- Tester les outils numériques auprès d'un petit groupe avant de les intégrer pleinement à la prestation de services.
- Fournir une assistance technique de base et protéger la confidentialité des données.
- Évitez la dépendance au numérique lorsque la même fonction peut être assurée plus simplement.
- Mesurer si l'outil réduit ou augmente la charge de travail et l'exclusion.
- Maintenir les relations humaines, le jugement professionnel et la qualité des programmes au cœur du dispositif.

10. Principe politique n° 7 — Relier le mouvement au développement au sens large

L'activité physique a une valeur intrinsèque, mais l'EHLA démontre également qu'elle peut servir de tremplin à un développement plus large. Aux Pays-Bas, le mouvement d'apprentissage actif a été intégré à l'éducation. En Italie, l'activité physique a créé des liens entre l'école, la famille et la communauté. En Turquie, le sport a été associé à l'éducation aux valeurs, au bien-être et aux compétences de vie.

Cela ne signifie pas que chaque programme d'activité physique doive revendiquer tous les résultats possibles. Cela signifie que les politiques peuvent intentionnellement associer le mouvement à des objectifs complémentaires lorsque leur conception le permet.

Mesures politiques

- Aligner les objectifs du programme sur le contexte : apprentissage à l'école, liens au sein des communautés, acquisition de compétences de vie par le sport chez les jeunes.
- Former les professionnels au rôle plus large de développement attendu d'eux.
- Privilégiez les expériences positives et inclusives plutôt que les modèles axés uniquement sur la performance.
- Évitez de surestimer les résultats qui n'ont pas été mesurés.
- Utiliser les retours d'information qualitatifs et les données de mise en œuvre en parallèle des indicateurs quantitatifs.

11. Principe politique n° 8 — Construire pour le long terme

Les projets pilotes sont utiles lorsqu'ils permettent d'apprendre. Ils sont en revanche contre-productifs lorsque des pratiques prometteuses disparaissent dès la fin du financement temporaire. Les objectifs de l'EHLA et le document D3.3 font de la durabilité une préoccupation centrale.

D3.3 recommande d'institutionnaliser le changement par le biais de plans annuels, de descriptions de poste, de lignes budgétaires récurrentes, de procédures standardisées, de programmes d'intégration et de formation professionnelle continue. C'est précisément la transition que D4.2 devrait inciter les décideurs politiques à soutenir.

> **Un projet pilote prouve la faisabilité. La politique doit assurer la continuité.**

Mesures politiques

- Exiger une stratégie de développement durable dès le lancement des projets pilotes financés.
- Intégrez les éléments performants dans les plans annuels, les rôles et les routines organisationnelles.
- Créer des lignes budgétaires récurrentes pour la coordination, la formation et le matériel essentiel.
- Inclut les attentes en matière de vie active dans le cadre de l'intégration et du développement professionnel.
- Effectuer un suivi de la maintenance 6 à 12 mois après la mise en œuvre et au-delà.
- Pour décider de ce qu'il faut étendre, il convient d'utiliser des preuves de mise en œuvre et d'équité — et non pas seulement l'enthousiasme.

11a. Traduction des recommandations D4.1 mises à jour en politiques

Le rapport actualisé de la campagne de sensibilisation D4.1 contient désormais un ensemble de recommandations explicites (chapitre 8, p. 29-31). Celles-ci ne remplacent pas les dix messages stratégiques du présent Livre blanc, mais en renforcent les fondements. Le rapport D4.1 présente les recommandations des

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

partenaires suite à trois projets pilotes adaptés au contexte local ; le rapport D4.2 précise les décisions politiques et financières susceptibles de rendre ces enseignements transférables et pérennes.

11a1 Commencez par définir des objectifs clairs et par vous appuyer sur les forces locales existantes.

La recommandation 8.1 du document D4.1 invite les responsables de la mise en œuvre à partir d'une ambition commune, à examiner l'existant, à identifier les lacunes et à améliorer les structures en place plutôt que de créer automatiquement des programmes parallèles. L'Italie en offre un exemple particulièrement éloquent : le programme EHLA a connecté des écoles à l'initiative Parchi in Movimento et aux parcs publics de Vérone. Il en découle qu'une évaluation locale des atouts et des obstacles doit être réalisée avant tout financement public d'une nouvelle intervention en matière d'activité physique. Les municipalités et les autorités éducatives doivent recenser les dispositifs existants, les espaces disponibles, les organismes de confiance et les groupes sous-représentés ; elles doivent ensuite justifier si la réponse appropriée consiste à renforcer, connecter, adapter ou créer des dispositifs.

Instrument politique suggéré : une brève « évaluation locale de l'environnement actif » dans les plans municipaux et les accords de partenariat scolaire, avec des objectifs explicites, des opportunités de référence, des écarts en matière d'équité et des partenaires responsables. [D4.1, §§4.2, 8.1 ; p. 17-19, 29.]

11a2 Transférer les composantes efficaces, et non les programmes nationaux fixes

La recommandation 8.2 de la directive D4.1 et son chapitre sur la valeur ajoutée européenne soulignent que les trois interventions nationales constituent des éléments constitutifs et non des modèles prêts à l'emploi pour une reproduction à l'identique. L'approche néerlandaise d'apprentissage actif, le lien école-parc italien et les supports sportifs et de valeurs turcs représentent différents mécanismes susceptibles d'être adaptés à d'autres contextes. Il en découle, sur le plan politique, le financement de l'adaptation et de l'apprentissage structuré entre pairs, tout en définissant des objectifs communs et en garantissant l'inclusion, la qualité de la mise en œuvre et l'évaluation.

Instrument politique suggéré : petites subventions d'adaptation ou partenariats d'apprentissage intercommunaux qui exigent des demandeurs qu'ils décrivent le

principe EHLA qu'ils transfèrent, ce qui doit être adapté, qui est impliqué et comment le changement sera évalué. [D4.1, §§8.2, 9.1–9.2 ; pp. 29–33.]

11a3 Équiper les responsables de la mise en œuvre et connecter les environnements de l'enfant

La recommandation D4.1, point 8.3, établit un lien entre les compétences professionnelles et l'environnement de l'enfant. Aux Pays-Bas, les enseignants ont bénéficié d'un court atelier pratique, de matériel Beweegbox prêt à l'emploi et d'un soutien local. En Italie, la participation scolaire a été associée aux activités proposées aux familles et aux espaces publics. En Turquie, les entraîneurs ont utilisé des supports structurés pour associer le sport aux valeurs et aux thèmes d'un mode de vie sain. Il en découle que l'investissement dans les activités seules est insuffisant : il est nécessaire de financer conjointement la formation, le matériel, la coordination et les collaborations intersectorielles.

Instrument politique suggéré : un ensemble minimal de mesures d'appui à la mise en œuvre destiné aux écoles et aux prestataires communautaires, comprenant une responsabilité clairement définie (pouvant relever d'une fonction existante), du temps protégé, des ressources accessibles, une introduction pratique et une mise en relation avec des partenaires locaux. [D4.1, §§3.3, 4.1–4.3, 8.3 ; pp. 12, 15–20, 30.]

11a4 Faire de la poursuite du financement une condition dès le départ

La recommandation 8.4 du document D4.1 stipule clairement que la pérennisation ne doit pas être reportée à la fin du projet pilote. L'appropriation locale, la coordination, les ressources, l'évaluation et la continuité doivent être intégrées dès la conception. Ceci renforce l'accent mis par le document D3.3 sur le renforcement des capacités et le dixième message politique du Livre blanc. Une subvention publique devrait donc exiger une transition réaliste du projet pilote, soutenu par des fonds externes, vers la pratique courante, sans pour autant présumer que toutes les activités doivent se poursuivre sans modification.

Instrument politique suggéré : un plan de continuité proportionné au stade de la demande, suivi d'un examen de maintien à six ou douze mois évaluant l'adoption, la charge de travail, l'inclusion, l'intégration régulière, les responsabilités et le budget. [D4.1, §8.4 ; pp. 30–31 ; D3.3 Programme de renforcement des capacités.]

11a5 Les quatre décisions que les décideurs politiques peuvent prendre maintenant

- **Carte avant financement —**
  Municipalité / autorité scolaire. Dans un délai de 30 jours, identifier les écoles, les partenaires sportifs, sanitaires et communautaires les plus proches afin de recenser les ressources existantes et les groupes mal desservis.

- **Les ressources pour le peuple —**
  Responsable de l'établissement / prestataire / financeur. Désigner un coordinateur ou une personne occupant un poste existant avec un mandat ; convenir d'une formation succincte et d'un ensemble d'outils pratiques.

- **Activer l'adaptation —**
  Responsable de programme régional/national. Lancer un appel à propositions visant à transférer un principe de l'EHLA, et non un programme prescrit ; exiger une justification locale.

- **Plan d'entretien —**
  Organisme financeur / responsable institutionnel. Définir les responsabilités, examiner les indicateurs et prendre une décision quant à la poursuite du projet pilote avant son lancement.

Il s'agit de propositions de mesures politiques découlant des recommandations actualisées du document D4.1, et non de mesures déjà mises en œuvre ou dont l'efficacité a été démontrée indépendamment. Leur faisabilité et leurs implications en termes de ressources devraient être discutées avec les administrations concernées.

11a6 Traçabilité des données probantes aux politiques

Pays-Bas | Routines scolaires de soutien

Problématique : le mouvement était souvent dissocié de l'enseignement quotidien. Expérience : apprentissage actif dans quatre écoles primaires, avec formation des enseignants et utilisation de la Beweegbox ; les points de vue des élèves, des enseignants et des parents ont été recueillis. Recommandation : intégrer l'apprentissage actif dans les plans d'établissement et apporter un soutien pratique aux enseignants. [D4.1, §§3.3, 4.1, 8.3 ; p. 12, 15-16, 30.]

Italie | Pont école-communauté

Problématique : les activités scolaires ne se poursuivent pas automatiquement en dehors des heures de classe. Expérience : les écoles ont initié les enfants à un programme existant dans un parc public, en partenariat avec la municipalité et la communauté. Recommandation : utiliser l'espace public comme ressource pour un mode de vie actif et financer les liens école-famille-communauté. [D4.1, §§4.2, 8.1–8.3 ; p. 17–19, 29–30.]

Turquie | Le sport comme cadre d'apprentissage élargi

Défi : traduire les valeurs et les objectifs de bien-être en séances sportives concrètes. Expérience : les entraîneurs ont utilisé des cartes et du matériel ludique dans le cadre d'activités sportives périscolaires ; le questionnaire final destiné aux parents a recueilli 36 réponses valides, soit un taux de réponse de 2,5 %. Recommandation : fournir aux entraîneurs des ressources structurées et évaluer avec prudence les affirmations relatives au développement, sans considérer les retours d'information limités comme représentatifs. [D4.1, §4.3 ; p. 20.]

12. Recommandations politiques de l'EHLA formulées par les parties prenantes

décideurs politiques européens et nationaux

Définir des objectifs intersectoriels cohérents ; soutenir les politiques d'école et de communauté actives ; rendre explicites l'équité, la capacité de mise en œuvre et la durabilité dans le financement ; encourager une coordination désignée ; financer l'apprentissage et la continuité ainsi que les projets pilotes.

Les municipalités et les autorités régionales

Assurer la coordination des efforts dans les domaines de l'éducation, du sport, de la santé, de la jeunesse, de la mobilité et de l'aménagement du territoire ; recenser les obstacles et les atouts ; protéger les espaces publics accessibles ; connecter les écoles aux opportunités communautaires ; soutenir les coordinateurs locaux et les budgets à long terme.

Écoles et autorités éducatives

Intégrer le mouvement dans l'ensemble de la journée scolaire et de l'environnement d'apprentissage ; préserver la qualité de l'EPS tout en étendant le mouvement au-delà de l'EPS ; désigner un coordinateur ; former le personnel ; impliquer les élèves et les parents ; mettre en œuvre le plan par étapes, à un rythme que l'école peut absorber.

organisations sportives

Offrir des opportunités accessibles et accueillantes ; établir des liens avec les écoles et les communautés ; former des entraîneurs en matière de communication, d'inclusion et de développement plus large des jeunes ; proposer des parcours pour les enfants qui ne s'identifient pas au sport de compétition.

organisations de santé et de protection de la jeunesse

Reconnaître l'activité physique comme un élément de prévention et de bien-être ; aider à identifier les obstacles ; orienter les familles vers les opportunités locales appropriées et les mettre en relation avec elles ; travailler en amont avec les écoles et les municipalités plutôt qu'avec les seuls individus.

Familles, enfants et communautés

Concevoir conjointement des programmes et des approches scolaires ; identifier les obstacles et les facteurs qui rendent la participation agréable ; contribuer au retour d'information et à l'amélioration ; aider à relier les activités scolaires aux routines quotidiennes de la famille et de la communauté.

Bailleurs de fonds et concepteurs de programmes

Financer la coordination, la formation et l'appui à la mise en œuvre ; exiger des plans de durabilité réalistes ; éviter d'imposer des technologies sans valeur démontrée ; permettre l'adaptation locale tout en protégeant les principes fondamentaux.

From pilot to lasting policy

01 PREPARE

Agree objectives; map needs and existing strengths.

OUTPUT: baseline and shared mandate

02 DESIGN

Co-create accessible activities; assign coordinator.

OUTPUT: local implementation plan

03 LEARN

Test, listen, adapt; monitor reach and workload.

OUTPUT: improvement decisions

04 EMBED

Allocate budget; train staff; secure partnerships.

OUTPUT: permanent routines and ownership

A practical sequence for schools, municipalities and partners

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

13. Du projet pilote à la politique : Feuille de route pour la mise en œuvre de l'EHLA

Cinq actions prioritaires pour les 90 premiers jours

Action prioritaire	Acteur responsable principal	Première étape pratique
Propriété du nom	Responsable de l'école/de la municipalité/du programme	Désignez un coordinateur au sein d'un rôle existant ou nouveau et définissez son mandat, son échéancier et sa ligne hiérarchique.
Cartographier le système local	Municipalité avec des écoles/partenaires communautaires	Créez une carte d'une page recensant les initiatives existantes, les obstacles, les groupes mal desservis et les ministères/organisations concernés.
Convenir d'un résultat commun	coalition locale / leadership	Choisissez une priorité mesurable (par exemple, plus de mouvement pendant la journée scolaire ou un meilleur accès pour un groupe défavorisé).
Équiper les responsables de la mise en œuvre	chefs d'établissement, organisations sportives/communautaires, bailleurs de fonds	Sélectionnez ou créez un petit kit de démarrage pratique et planifiez la première séance de formation/apprentissage entre pairs.
Poursuite du plan avant le lancement	Organisme financeur + organisme de mise en œuvre	Identifier le rôle, la ligne budgétaire ou la routine qui pourrait mener l'action après le financement pilote et fixer une date de révision.

Ces actions sont volontairement modestes. L'expérience d'EHLA montre qu'il est plus utile de clarifier rapidement la question de la propriété, du contexte, du soutien et de la continuité que de lancer un programme de grande envergure avant que le système local ne soit prêt.

1. Comprendre —

Cartographier les activités locales, les inégalités, le contexte, les atouts, le niveau de préparation organisationnelle et les obstacles. Écouter avant de concevoir.

2. Constituer la coalition —

Obtenir l'engagement de la direction et créer un groupe de pilotage comprenant les responsables de la mise en œuvre et les utilisateurs finaux.

3. Définir l'ambition commune —

Définissez ce qui doit changer et pourquoi. Reliez cela aux objectifs en matière d'éducation, de santé, de communauté et d'organisation.

4. Concevoir localement —

Il s'agit de sélectionner des composantes fondées sur des données probantes et adaptées aux pratiques, aux ressources et à la culture locales. Cela permet de déterminer ce qui doit rester constant et ce qui peut s'adapter.

5. Préparer les personnes et les lieux —

Désigner des coordinateurs, former des professionnels, fournir du matériel pratique, adapter les horaires et lever les obstacles.

6. Commencez par quelque chose de gérable et apprenez —

Mettez en œuvre des changements importants par étapes. Obtenez des résultats rapides, recueillez des commentaires et ajustez votre stratégie sans perdre de vue l'objectif principal.

7. Évaluez ce qui compte —

Évaluer la portée, l'équité, l'expérience, l'adoption, la qualité de la mise en œuvre, les résultats et les effets indésirables, y compris l'utilité des outils numériques.

8. Institutionnaliser —

Intégrez les bonnes pratiques dans les plans, les rôles, les budgets, les routines, l'intégration et le développement professionnel.

9. Évoluer avec du soutien —

Développer progressivement, en maintenant la formation, la coordination et l'apprentissage entre les sites.

10. Revisiter et renouveler —

Vérifiez le niveau de maintenance après la fin du financement et poursuivez votre apprentissage en fonction de l'évolution du personnel, des communautés et des circonstances.

Three countries. One ambition.

NETHERLANDS

Movement × Education

Dynamic School Day and active learning; four primary schools; approximately 900 children.

POLICY LESSON Make movement a whole-school routine.

ITALY

Movement × Community

Parchi in Movimento links schools, parks, families and local partners; more than 600 children.

POLICY LESSON Connect school activity to public space.

TÜRKIYE

Movement × Development

After-school sport with values and life skills; 676 and 808 unique children in respective terms.

POLICY LESSON Combine physical activity with intentional developmental goals.

Shared principles • distinct national implementation settings

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

14. Trois pays – Trois leçons de politique

14.1 Pays-Bas — Mouvement × Éducation

Le projet pilote néerlandais a mis en œuvre la Journée scolaire dynamique et l'apprentissage actif dans quatre écoles primaires, touchant environ 900 enfants. Cette expérience confirme l'importance d'introduire l'apprentissage actif progressivement, en respectant la sérénité et la confiance des enseignants, et en fournissant du matériel pratique.

Leçon à retenir : l'apprentissage actif n'est pas une simple astuce pédagogique. C'est un processus de transformation organisationnelle. Les politiques éducatives doivent soutenir la mise en œuvre à l'échelle de l'établissement, le développement professionnel des enseignants, des outils pratiques et une coordination ciblée.

14.2 Italie — Mouvement × Communauté

Le projet Parchi in Movimento a mis en relation des écoles avec des parcs publics, des animateurs communautaires et des structures municipales, et a impliqué plus de 600 enfants. D3.3 utilise également Vérone comme exemple de communication, d'accessibilité, de coopération multipartite et d'harmonisation des politiques.

Leçon à tirer : l'espace public devient un atout pour la santé lorsque les municipalités l'intègrent délibérément aux écoles, aux familles, aux organismes de communication et aux associations communautaires. L'accès libre ou facilité d'accès fait partie intégrante de l'intervention et n'est pas un simple argument marketing.

14.3 Türkiye — Mouvement × Développement personnel

L'intervention turque a combiné le sport et l'activité physique avec l'éducation à la culture sportive et aux valeurs. L'utilisation de fiches structurées et de matériel pratique constitue en soi une leçon de mise en œuvre : les valeurs et les thèmes liés à un mode de vie sain deviennent plus faciles à aborder pour les entraîneurs lorsqu'ils sont traduits en ressources concrètes pour les séances.

Leçon à tirer : le sport organisé peut favoriser le développement global de l'enfant lorsque les entraîneurs sont bien formés et que les objectifs de développement sont clairement définis. Les retours positifs des parents sont encourageants, mais le

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

faible taux de réponse signifie que ces résultats doivent rester indicatifs plutôt que représentatifs.

Movement across the life course

CHILDREN

Active learning, play, active journeys, family links.

EVIDENCE: Direct EHLA pilot basis

ADOLESCENTS

Choice, belonging, youth work and accessible sport.

EVIDENCE: Broader EHLA guidance

ADULTS

Workplaces, active travel, neighbourhood opportunity.

EVIDENCE: Policy extrapolation

OLDER ADULTS

Accessible activity, social connection, independence.

EVIDENCE: D3.3 capacity-building guidance

Policy translation with transparent evidence limits

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

15. Au-delà de l'enfance : ce que l'EHLA peut dire de manière responsable

Le descriptif de la tâche D4.2 demande des recommandations politiques couvrant l'ensemble du cycle de vie, de l'enfance à la vieillesse. L'EHLA devrait atteindre cet objectif sans prétendre que les résultats de son étude pilote sont tout aussi probants tout au long de la vie.

D3.3 fournit des conseils pratiques utiles pour les personnes âgées : adapter l'intensité et le type d'activité ; intégrer les liens sociaux à la conception ; aborder les obstacles liés à la peur, au transport et à la santé ; mettre l'accent sur les avantages fonctionnels tels que l'indépendance ; et relier les programmes communautaires aux soins de santé et aux institutions locales de confiance.

Ces enseignements appuient un principe plus général de la politique relative aux activités de la vie active : cette politique doit tenir compte du parcours de vie. Les mécanismes – lieux accessibles, soutien social, professionnels de confiance, faible seuil d'accès, appropriation locale et continuité – demeurent pertinents, mais leur mise en œuvre doit être adaptée à l'âge, aux capacités, à la motivation et au contexte.

Une même ambition politique peut s'étendre sur tout le cycle de vie. L'intervention, elle, ne devrait pas.

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

Measure what matters

REACH

Who takes part? Who is missing? Equity breakdown.

EFFECTIVENESS

Enjoyment, wellbeing and meaningful outcomes.

ADOPTION

Which schools and partners adopt the approach?

IMPLEMENTATION

Quality, adaptation, resources and staff workload.

MAINTENANCE

Which routines and budgets remain after the pilot?

RE-AIM-informed learning beyond headline participation totals

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union

16. Mesurer ce qui compte

Les décideurs politiques ont besoin de plus que de simples chiffres de participation. L'EHLA recommande une approche d'évaluation pragmatique inspirée du modèle RE-AIM : Portée, Efficacité, Adoption, Mise en œuvre et Pérennisation. Le point D3.3 ajoute une perspective organisationnelle : le suivi doit également contribuer à la gestion du changement, à la mise en évidence des premiers succès et à l'identification des besoins de soutien du personnel.

Question	Que faut-il examiner ?	Exemples
Qui avons-nous atteint ?	Portée et équité	Genre, groupes socio-économiques, handicap, zones locales, groupes moins actifs
Qu'ont vécu les gens ?	Acceptabilité et engagement	Plaisir, confiance, sentiment d'appartenance, pertinence perçue
Qu'est-ce qui a changé ?	Signaux de résultats	Mouvement, apprentissage, bien-être, lien social, résultats fonctionnels le cas échéant
Qui l'a adopté ?	Adoption organisationnelle	Écoles, équipes, départements, organisations communautaires
La livraison s'est-elle bien déroulée ?	Mise en œuvre	Formation, rôle du coordinateur, charge de travail, matériel, adaptations, obstacles
La technologie a-t-elle été utile ?	valeur ajoutée numérique	Utilité, confusion, charge de travail, inclusion, qualité des données
Cela a-t-il duré ?	Entretien	Continuité, résilience face au roulement du personnel, routines, politiques, budgets après 6 à 12 mois

Une question centrale d'équité devrait se poser à chaque étape : qui n'en bénéficie pas encore, et que faut-il changer ?

Hiérarchie des sources et limites des preuves

Preuves directes du programme EHLA : mise en œuvre et évaluation (D4.1) aux Pays-Bas, en Italie et en Turquie, appuyées par les résultats du programme EHLA. Preuves relatives à la conception et au renforcement des capacités du programme EHLA : D2.1, D3.1, D3.2 et D3.3. Alignement avec les politiques externes : cadres de l'OMS et de l'UE mentionnés ci-dessous. La présence d'un coordinateur pour une journée scolaire active dans chaque établissement est une recommandation politique approuvée par le consortium, et non un résultat testé en tant qu'intervention universelle en matière de personnel.

Précisions de la Turquie : les chiffres de 676 et 808 sont confirmés par le consortium comme correspondant au nombre d'enfants uniques au cours de leurs périodes respectives. En l'absence de déduplication vérifiée entre les périodes, ces chiffres ne doivent pas être additionnés pour obtenir le nombre d'enfants uniques sur l'ensemble du programme.

Évaluation de la mise en œuvre numérique : EHLA a constaté des difficultés et une faible valeur ajoutée perçue dans des conditions sous-optimales. Ces résultats justifient une meilleure intégration, des ressources adéquates et une évaluation préalable au déploiement à plus grande échelle ; ils ne prouvent pas que les outils numériques ne peuvent pas être efficaces dans des contextes mieux accompagnés. Les conclusions spécifiques à chaque pays et répondant nécessitent une analyse détaillée et vérifiée des données.

État du livrable D2.2 : ce livrable n'était pas disponible lors de la finalisation du D4.2. Aucune conclusion ni citation n'est attribuée au D2.2. Le livre blanc pourra être mis à jour par voie d'addendum si le D2.2 fournit ultérieurement des éléments de preuve pertinents et vérifiés.

Références sélectionnées en matière de politiques et de projets

EHLA (2025). D2.1 Rapport d'analyse de l'état de l'art, v1.0. Surpass Sport Systems. Voir notamment les pages 4 à 6, 10 à 13 et 18 à 27.

EHLA. D3.1 Lignes directrices ; D3.2 Application mobile – Active for Health ; D3.3 Programme de renforcement des capacités ; D4.1 Campagne de sensibilisation ; Résultats d'EHLA. Se référer aux livrables du projet pour la méthodologie et les détails par pays.

Organisation mondiale de la Santé (2018). Plan d'action mondial pour l'activité physique 2018-2030 : Plus de personnes actives pour un monde en meilleure santé. https://www.who.int/initiatives/gappa/action-plan

Organisation mondiale de la Santé (2020). Directives de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

Commission européenne (2008). Recommandations de l'UE en matière d'activité physique. https://health.ec.europa.eu/publications/eu-physical-activity-guidelines_en

Conseil de l'Union européenne (2013). Recommandation du Conseil relative à la promotion de l'activité physique bénéfique pour la santé dans tous les secteurs. https://health.ec.europa.eu/publications/council-recommendation-promoting-health-enhancing-physical-activity-across-sectors_en

Bureau régional de l'OMS pour l'Europe et Commission européenne (2024). Activité physique bénéfique pour la santé dans l'Union européenne, 2024. Discuté dans EHLA D2.1, pp. 4–6.



17. L'appel à l'action de l'EHLA

17.1 Comment les commentaires des parties prenantes sont-ils pris en compte dans les recommandations ?

Les recommandations de ce document s'appuient sur trois types de contributions des parties prenantes déjà documentées dans le cadre de l'EHLA : (1) les commentaires d'évaluation des enfants, des enseignants/entraîneurs et des parents dans le cadre du travail sur la Journée active ; (2) l'expérience de mise en œuvre des écoles, des entraîneurs communautaires, de la collaboration municipale et des partenaires du projet ; et (3) la réflexion du consortium recueillie à travers les résultats de l'EHLA et les activités d'apprentissage du projet, y compris les webinaires.

Ces contributions se traduisent concrètement par des modifications apportées aux recommandations politiques. L'expérience des enseignants et de la mise en œuvre conforte l'accent mis sur les outils pratiques et le changement progressif ; l'expérience des partenariats locaux favorise la coordination et l'adaptation intersectorielles ; les points de vue des parents et des enfants renforcent l'accessibilité et une expérience positive ; et la réflexion des partenaires consolide les recommandations relatives à la coordination, à la pérennité et à l'utilisation raisonnée des outils numériques.

EHLA est né d'un défi pratique : comment les connaissances sur les modes de vie sains et actifs peuvent-elles se traduire en actions concrètes dans les lieux où les gens vivent, apprennent, jouent et interagissent ?

L'expérience acquise avec ce projet nous éloigne de la recherche d'une solution miracle. Un changement durable repose sur des systèmes qui facilitent un mode de vie actif : des écoles qui intègrent le mouvement dans le quotidien ; des espaces publics qui invitent à la participation ; un sport qui favorise le développement global de la personne ; des professionnels dotés des compétences et des outils nécessaires pour agir ; et des administrations publiques qui coordonnent les différents secteurs au lieu de considérer l'activité physique comme la responsabilité d'autrui.

La prochaine étape n'est pas de lancer une nouvelle campagne incitant les gens à déménager. Il s'agit plutôt de faciliter le choix du déménagement et de rendre plus difficile son acceptation par les institutions.

L'EHLA appelle donc les pouvoirs publics à passer d'activités temporaires à des environnements actifs et durables : partager l'ambition, concevoir pour l'inclusion, localiser la solution, coordonner le changement, outiller les professionnels, utiliser la technologie uniquement là où elle apporte une valeur ajoutée, mesurer ce qui compte et financer la continuité.

Chaque geste compte. Chaque acteur a son importance. Et chaque choix politique peut contribuer à rendre la vie active plus normale, plus inclusive et plus durable.

Base de données probantes	Quelles preuves existantes et quelles recherches sur l'EHLA soutiennent	D3.1 ; État de l'art ; sources externes UE/OMS
Connaissances en matière de renforcement des capacités	Quelles organisations doivent mettre en œuvre le changement	D3.3 ; échange de connaissances ; matériel de formation
Preuves pilotes	Que s'est-il passé lors de la mise en œuvre de l'EHLA ?	D4.1 ; évaluations par pays
Résultats de la mise en œuvre	Ce que les partenaires ont appris en le faisant fonctionner	Notes sur les résultats de l'EHLA ; commentaires des parties prenantes ; réflexions sur le webinaire
Recommandation politique	Que devraient faire les décideurs de cet apprentissage combiné ?	Recommandations et feuille de route D4.2
Priorité	Acteur responsable	Première étape pratique
Nommez un coordinateur de journée scolaire active	Chef d'établissement / autorité éducative	Attribuer un rôle, des heures protégées et un mandat court
Identifier les obstacles à la participation	Municipalité + école + familles	Examiner l'accessibilité, le coût, l'accessibilité aux personnes handicapées, la sécurité et les transports
Convenir de partenaires intersectoriels	administration publique locale	Réunir les partenaires des secteurs de l'éducation, du sport, de la santé et de la communauté
Sélectionnez des mesures simples	Coordonnateur + Responsable de l'évaluation	Choisissez les indicateurs de portée, d'expérience, d'équité et de maintien
Poursuite du plan	conseil scolaire / municipalité / bailleur de fonds	Ajouter des responsabilités et des ressources à la planification annuelle

Identifiant du projet : 101184145 Actions européennes pour un mode de vie sain

Co-funded by the European Union