

Activité physique et sédentarité des jeunes en Nouvelle-Aquitaine

Enquête auprès des lycéens, des apprentis et des jeunes suivis en mission locale



Une enquête pour quel objectif ?

Identifier les jeunes les plus éloignés de la pratique d'activités physiques ainsi que les jeunes les plus fréquemment concernés par la sédentarité au sein de trois publics :

Lycéens, Apprentis, Jeunes suivis en mission locale

Pour quelle finalité ?

Accompagner le développement et la priorisation des actions de promotion de l'activité physique en ciblant les jeunes les plus concernés au sein des trois publics

📍 Quelle méthode ?

VOLET 1

Enquête régionale par
questionnaire



Données représentatives de l'ensemble des jeunes de la région sur les enjeux globaux de pratique et les facteurs associés
(déclaratif)

- Décrire les niveaux et la nature des AP
- Identifier les freins et leviers à la pratique d'AP
- Décrire les niveaux de sédentarité des jeunes
- Étudier la qualité de sommeil

VOLET 2

Enquête par mesures/test et
entretiens



Données plus précises sur la condition physique, l'activité physique, la sédentarité et le sommeil **(mesures et tests)**

Données qualitatives sur les barrières et les facilitateurs, actions à mettre en œuvre
(entretiens)

Quelle méthode de recueil ?

Un recueil organisé au sein des structures

- Une implication forte des partenaires
- Des référents d'enquête identifiés dans chaque structure concernée
- Une passation des questionnaires en classe sur un heure de cours au **lycée** ou **CFA** / à la suite d'un rendez-vous ou en atelier dans les **Missions locales**

Période de recueil

- Du 30/09/2024 au 28/02/2025

Un recueil par questionnaire en ligne

- Un lien Internet pour un recueil en ligne sur une plateforme certifiée et sécurisée
- Un questionnaire multi thématique :



Caractéristiques,
situation socio familiale



**Activités physiques
et sédentarité**



Santé physique, maladies
chroniques, handicap



Usage de produits



Santé mentale, qualité
de vie, estime de soi,
image corporelle

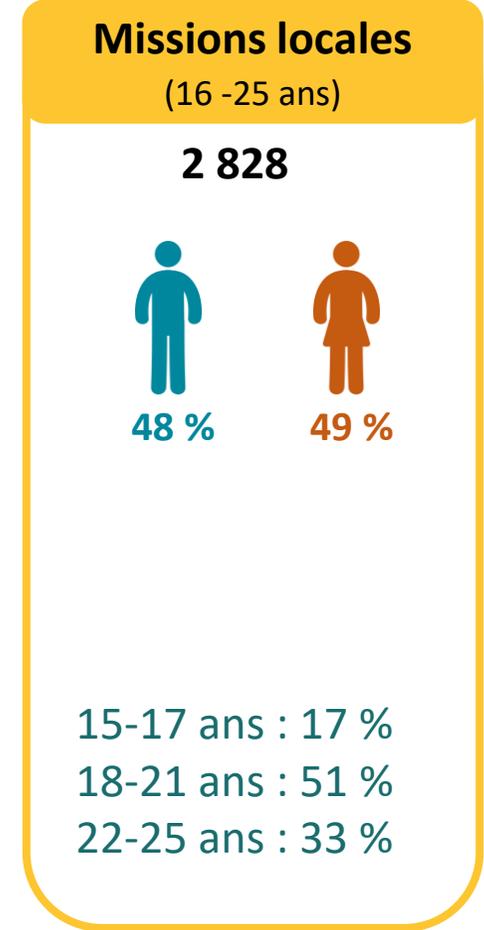
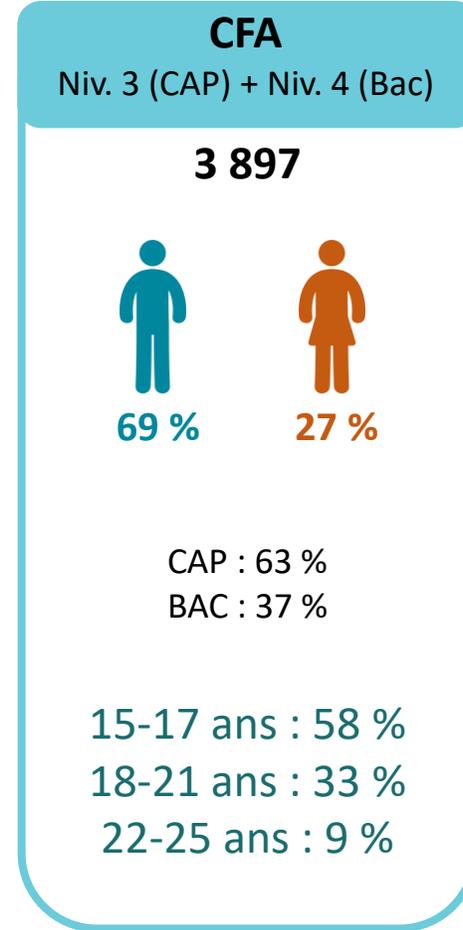
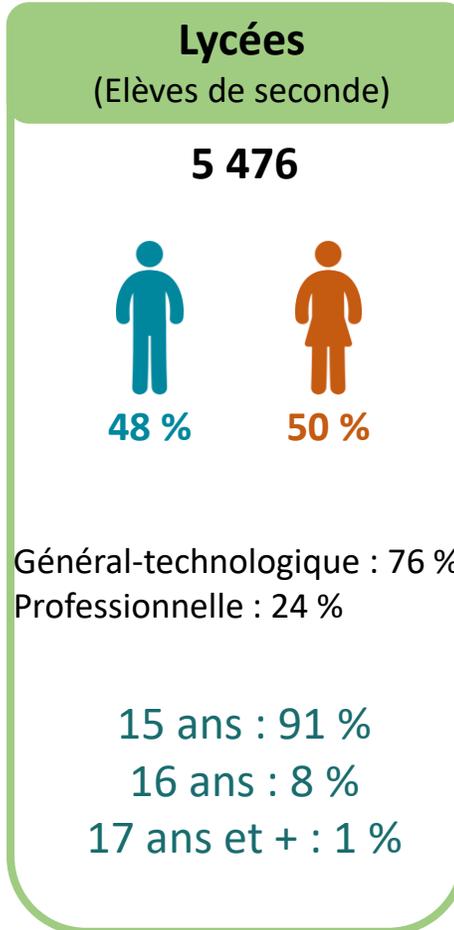


Sommeil

Plus de 12 000 jeunes de la région ont participé à l'enquête

Leurs caractéristiques :
 (Données redressées)

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas directement comparables
 - échantillonnages différents
 - caractéristiques différentes (âges, sexe...)



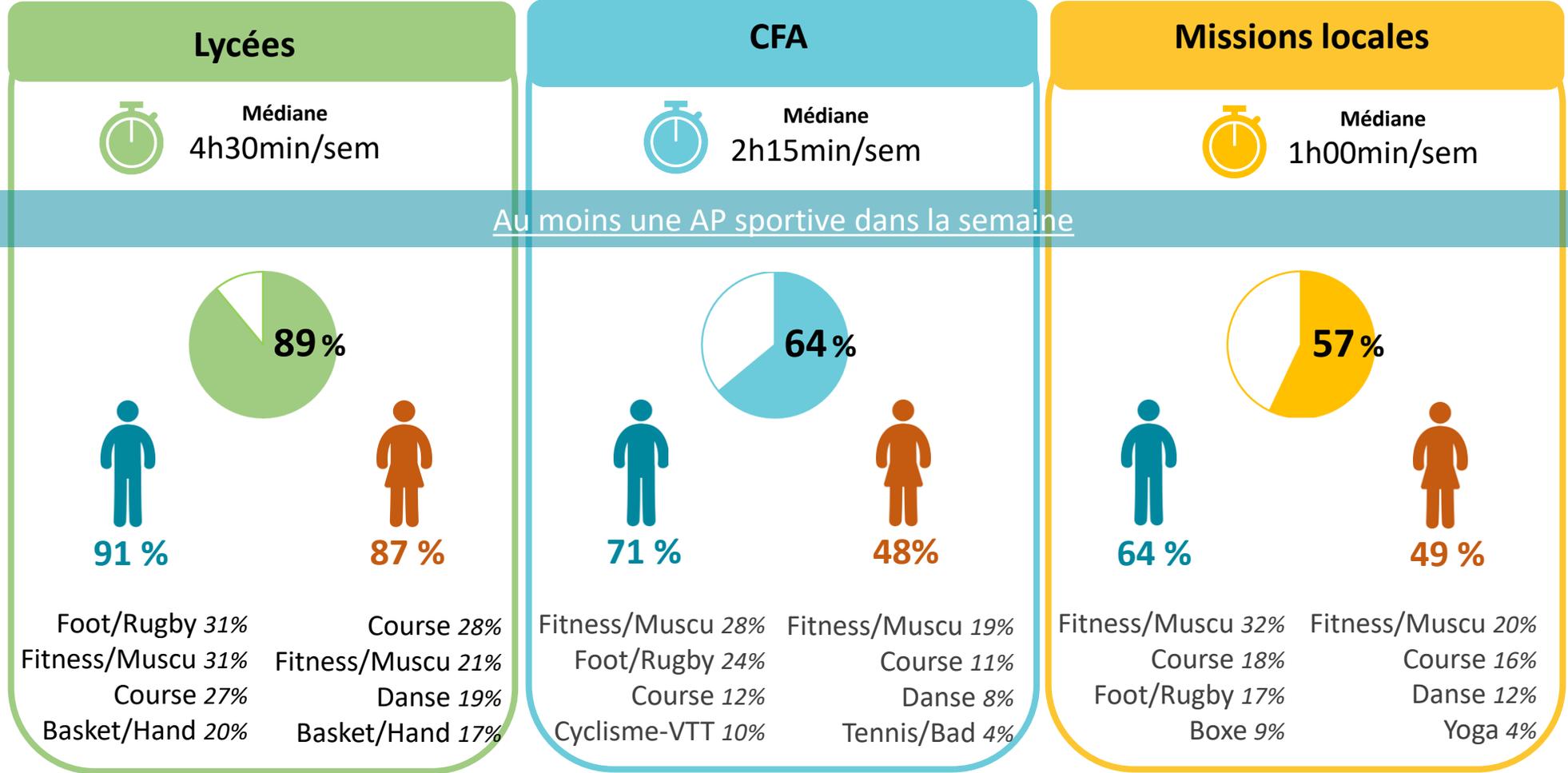
Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les activités physiques (AP) « sportives » :

- 16 sports proposés
- Nombre de fois dans la semaine et dans le week-end et temps en heures et minutes consacré pour chaque sport
- Possibilité d'ajouter des sports à la liste

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas directement comparables

- échantillonnages différents
- caractéristiques différentes (âges, sexe...)

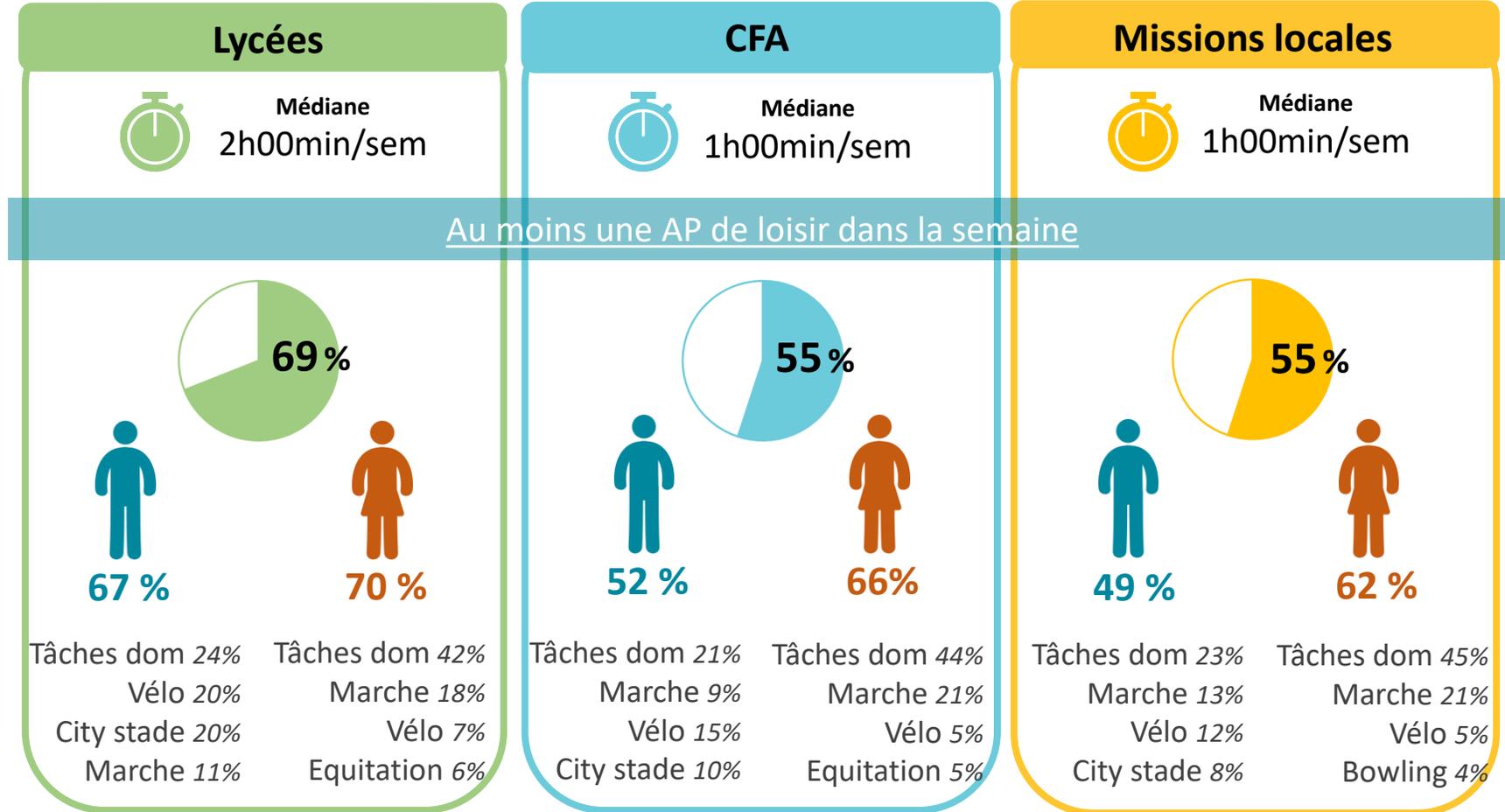


Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les activités physiques (AP) « de loisir » :

- **9 loisirs** proposés : Vélo, roller/skate/BMX, trottinette, city stade, équitation, randonnée/marche, trampoline, bowling, tâches ménagères/jardinage/bricolage
- **Nombre de fois** dans la semaine et dans le week-end et **temps en heures et minutes** consacré pour chaque sport
- Possibilité d'ajouter des loisirs à la liste

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas directement comparables
 - échantillonnages différents
 - caractéristiques différentes (âges, sexe...)



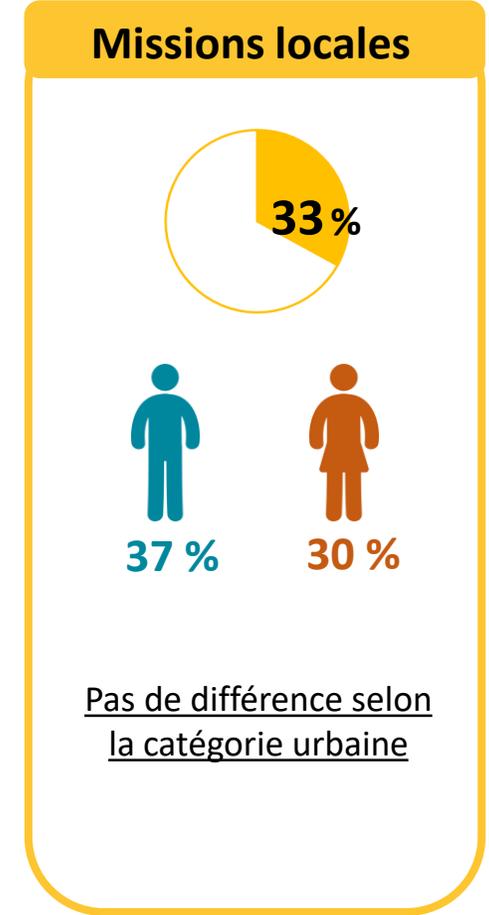
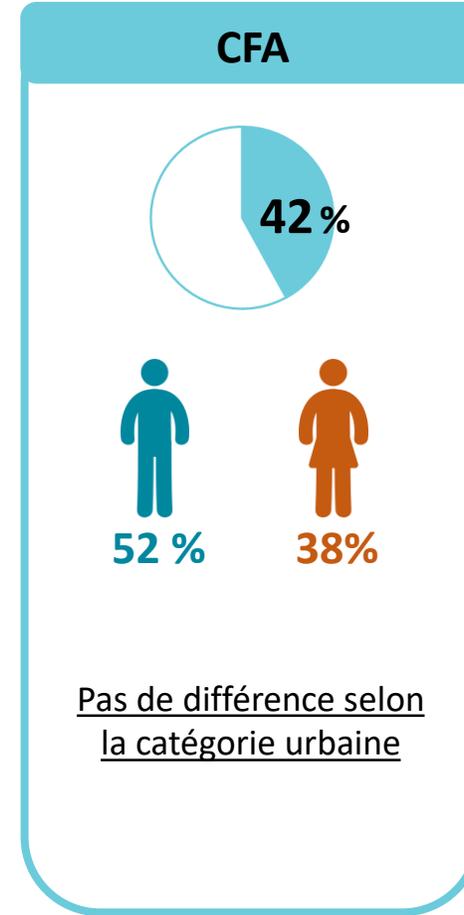
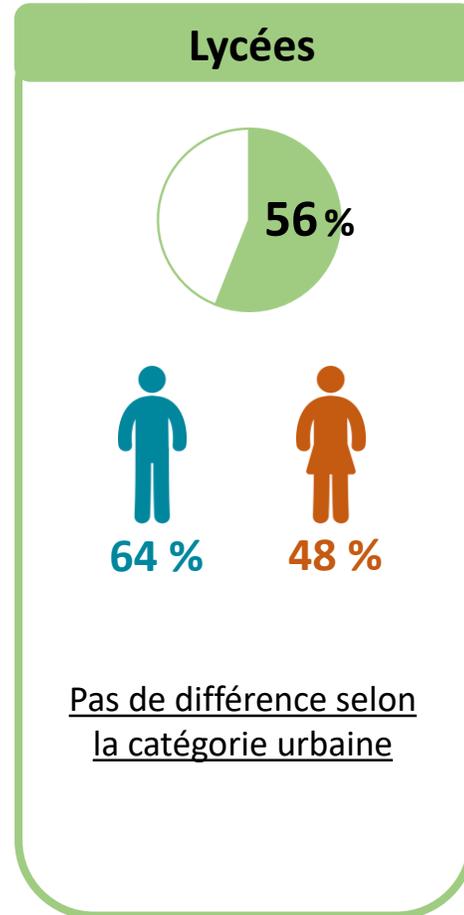
Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Atteinte du seuil d'activité physique minimum

Seuil utilisé :
Au moins 60 minutes d'activité physique par jour

Recommandation OMS pour les adolescents de moins de 18 ans

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas directement comparables
 - échantillonnages différents
 - caractéristiques différentes (âges, sexe...)



Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les activités sédentaires les plus fréquentes

Pendant le temps libre

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas
 directement comparables
 - échantillonnages différents
 - caractéristiques différentes (âges, sexe...)

Au moins 1 fois/sem
 (et ayant déclaré un temps)

En %

- Activités assises ou allongées pendant le **temps libre** (liste de 14 activités)

- temps en heures et minutes dans les 7 derniers jours

	Lycées		CFA		Missions locales	
						
Activités sur écrans	93		81	87	84	
Ecouter de la musique	71	84	57	70	61	
Rester assis à discuter	52	67	34	50	36	44
Lire	33	52	14	32	29	43

Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les profils d'activité

les résultats issus des trois enquêtes ne sont pas directement comparables
 - échantillonnages différents
 - caractéristiques différentes (âges, sexe...)

+ éloigné d'un comportement favorable

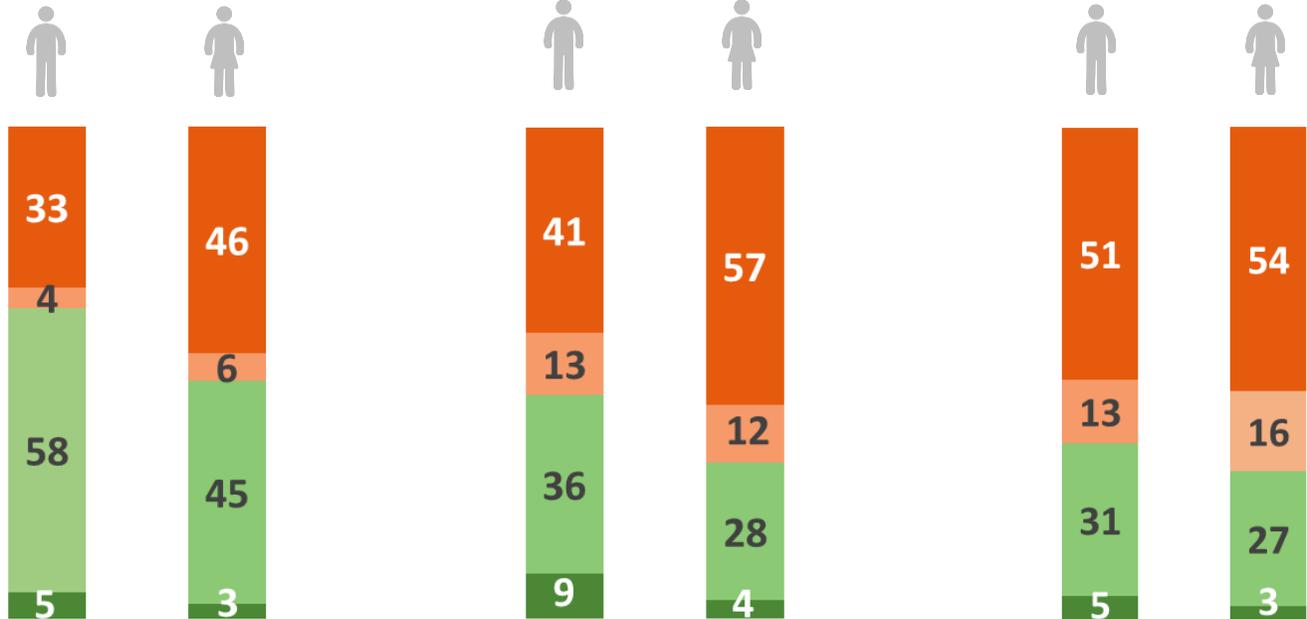
- Éloigné d'un comportement favorable

Inactif – Sédentaire AP < 1h/j – Ecran ≥ 2h/j
Inactif – Non sédentaire AP < 1h/j – Ecran < 2h/j
Actif – Sédentaire AP ≥ 1h/j – Ecran ≥ 2h/j
Actif – Non sédentaire AP ≥ 1h/j – Ecran < 2h/j

Lycées

CFA

Missions locales



Pas de différence mise en évidence selon la zone d'habitat

Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les freins les plus fréquents

Lycées		
		
Contraintes formation	19	24
Ne pas être au niveau	10	26
Image corporelle	9	23
La disponibilité	13	17
Le coût	11	15
N'aime pas AP/sport	7	16

CFA		
		
Contraintes formation	13	26
La disponibilité	13	24
Le coût	12	23
Image corporelle	6	22
Santé	6	17
N'aime pas AP/sport	5	19

Missions locales		
		
Le coût	23	33
Image corporelle	11	25
Santé	12	21
Ne pas être au niveau	10	21
Ne connaît personne	14	20
Mobilité	14	18

Volet 1 : Enquête régionale par questionnaire

Résultats : Les motivations les plus fréquentes

Lycées		
		
S'amuser / plaisir	50	
Améliorer apparence	49	
Améliorer condition phy.	51	39
Performer/Compétition	26	15
Être avec des amis	16	22
Se détendre	11	18

CFA		
		
Améliorer apparence	41	46
S'amuser / plaisir	41	35
Améliorer condition phy.	41	33
Améliorer ma santé		36
Se détendre	15	28
Être avec des amis		18

Missions locales		
		
Améliorer ma santé		46
Améliorer condition phy.	49	38
S'amuser / plaisir		36
Améliorer apparence		31
Se détendre	21	31
Être avec des amis		12

Les perspectives et les analyses à suivre ...

- Préciser le ciblage des publics à prioriser (profils, territoires)
- Déterminer les freins et leviers sur lesquels agir pour la promotion de l'AP
- Analyser les spécificités départementales (lycéens) ou liées aux filières (apprentis)
- Etudier les liens entre les niveaux d'activités et la qualité de sommeil
- Etudier les liens entre les niveaux d'activités et les indicateurs de santé ressentie (physique et mentale), les environnements familiaux ...

...

Merci aux partenaires du programme « tu bouges t'es bien ! » pour le déploiement de cette enquête :

Région Nouvelle-Aquitaine

L'Agence régionale de santé (**ARS**)

Les **Rectorats** de Bordeaux, Limoges et Poitiers

La délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et au sport (**DRAJES**)

L'Association régionale des Missions locales (**ARML**)

La Fédération nationale des directeurs de CFA (**FNADIR**)

Des représentants du **Conseil régional des jeunes**

Le Comité régional de l'enseignement catholique (**CREC**)

La Direction régionale de l'agriculture, l'alimentation et des forêts (**DRAAF**)

Merci aux référents d'enquête et aux jeunes pour leur participation