

APPEL À PROJETS

Alimentation et activité physique des jeunes de 16 à 25 ans

I. Contexte et enjeux

Les consommations alimentaires, l'activité physique et la sédentarité, sont à la fois des facteurs de risque et de protection de nombreuses maladies chroniques, telles que les maladies cardiovasculaires, le cancer, l'obésité ou encore le diabète de type 2.

L'amélioration de l'état nutritionnel mais aussi la pratique d'activité physique ainsi que la réduction de la sédentarité sont devenues des enjeux majeurs pour les politiques de santé publique menées en France, et s'adressent délibérément à toute la population, dès le plus jeune âge jusqu'à la fin de vie.

L'alimentation et l'activité physique sont au carrefour de nombreuses politiques publiques. Plusieurs plans et feuilles de route nationaux publiés ces dernières années, le 4^{ème} Plan National Nutrition Santé et le 3^{ème} Plan National Alimentation notamment, témoignent d'une mobilisation gouvernementale forte en réponse aux problématiques de santé identifiées.

Au cours des dix dernières années, les comportements alimentaires ont relativement peu évolué en France, la pratique d'activités physiques demeure insuffisante et la sédentarité a progressé, avec le développement des nouvelles technologies et des outils numériques.

En termes de santé, les études¹ montrent que :

- ✓ Près de la moitié des adultes français sont en surpoids ou obèses (un tiers en surpoids, 17% obèses) ;
- ✓ Près de 18% des enfants de 6 à 17 ans sont en surpoids ou obèses. Cette situation stagne depuis 10 ans ;
- ✓ Des inégalités sociales de santé augmentent ;
- ✓ L'activité physique des Français est encore faible et la sédentarité est élevée chez les adultes et les enfants résidant en France métropolitaine. Cette situation se dégrade en particulier chez les femmes et les enfants ces dix dernières années.

Ces résultats soulignent l'importance d'améliorer les pratiques alimentaires et l'activité physique des enfants et des adolescents, car les habitudes acquises pendant l'enfance conditionnent les comportements et la santé à l'âge adulte.

Une alimentation variée et équilibrée, combinée à une activité physique régulière quotidienne, contribue à une bonne santé physique (limitation de la prise de poids, amélioration du sommeil, renforcement du système cardio vasculaire, préservation du capital osseux, réduction du risque de cancer...) et psychique (lutte contre le stress, l'anxiété, la dépression...).

En Bretagne, le Comité Régional Alimentation Nutrition Santé déploie un plan d'actions transversal et partenarial, à partir des 5 orientations suivantes :

- Améliorer les environnements favorables à la santé
- Encourager les comportements favorables à la santé
- Améliorer la prévention, le dépistage et la prise en charge des personnes en surpoids ou obèses, des personnes dénutries et des malades chroniques
- Développer l'innovation, la recherche et la surveillance de l'état nutritionnel
- Promouvoir l'effort engagé en faveur des dynamiques territoriales

Pour les années 2021 et 2022, la santé des jeunes est une priorité identifiée, et l'accent est ici porté sur l'adoption de comportements favorables à la santé, via l'alimentation et l'activité physique, deux déterminants majeurs de santé.

Le comportement alimentaire des jeunes évolue davantage dans la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte ; il est influencé par de nombreux facteurs comme l'acquisition progressive de l'autonomie, l'opposition aux parents, l'envie d'expérimenter mais aussi la publicité et surtout l'importance de l'environnement socioculturel. A cette période l'alimentation est souvent déséquilibrée : les repas ne sont pas variés et/ou le recours aux produits ultra-transformés est fréquent. Les lieux de repas changent aussi : la prise au domicile, qui

¹ Etude INCA3 et Esteban

reste néanmoins la plus fréquente, diminue légèrement au profit des repas pris chez des amis, au restaurant ou au fast-food.

Ces différents contextes sont tout autant d'opportunités de leviers pour transmettre des messages encourageants une alimentation saine et durable. Ils sont aussi l'occasion d'associer à cette démarche nombres d'acteurs, impliqués de près ou de loin sur la thématique de l'alimentation et intervenant auprès des jeunes (animateurs sportifs, personnel socio-éducatif, éducateurs...).

Par ailleurs, alors que le temps d'activité physique diminue régulièrement avec l'âge, avec un décrochage tout particulièrement marqué à l'entrée au lycée et chez les filles, puis en études supérieures, le temps d'écran, lui, augmente. Les freins à la pratique d'activité physique de ces jeunes sont multiples (régularité contraignante, horaires fixes, accessibilité parfois difficile, compétition trop valorisée, manque de variété, de convivialité...) et mettent en évidence des besoins nouveaux pour lesquels une nouvelle offre d'APS peut être proposée.

Pour l'année 2021, l'ARS Bretagne lance un appel à projets pour développer des actions à destination des jeunes de 16 à 25 ans sur les 2 axes suivants :

- La sensibilisation à une alimentation équilibrée, saine et durable
- Le déploiement d'une nouvelle offre d'APS répondant aux besoins et souhaits des jeunes

II. Cahier des charges

Cet AAP vise à développer des actions à destination des jeunes de 16 à 25 ans, permettant d'encourager des comportements favorables à la santé, en termes d'alimentation et/ou d'activité physique.

Il s'agit de proposer des actions qui permettent de rendre les jeunes acteurs de leur santé, afin de faire évoluer leurs comportements vers des habitudes de vie saines, dans une démarche bienveillante et valorisante.

Une attention particulière sera portée aux jeunes en situation de vulnérabilité et aux actions proposant un volet alimentation et un volet activité physique, puisque la simultanéité des deux sera plus efficace.

⇒ Développer la sensibilisation des jeunes à une alimentation équilibrée, saine et durable

Grignotage, repas sautés ou avalés à toute vitesse, budget réduit consacré à l'alimentation font partie de mauvaises habitudes relevées par l'enquête Ipsos (2012).

- Plus de 1/3 des 18-25 ans vivant seuls ont une alimentation caractérisée par une forte consommation de produits transformés et ultra-transformés, prêts à consommer au détriment des aliments bruts,
- Plus d'un jeune sur deux (61%), âgé de 15 à 25 ans, mange ses repas devant un écran, au moins une fois sur deux,
- 14% des étudiants déclarent ne consommer ni fruits et légumes par jour et 95% grignotent.
- Les « snackeurs » sont à 63% des jeunes de 15 à 24 ans.

Ces comportements conduisent à des déséquilibres nutritionnels qui ont une influence sur le bien-être immédiat des jeunes et conditionnent leur santé à venir. Toutefois, en France les jeunes connaissent bien les recommandations nutritionnelles du PNNS. Cependant, malgré des variations en fonction du sexe et de la catégorie socioprofessionnelle des familles, leur consommation s'éloigne des recommandations.

Pourtant, l'enquête USEM (2009), montre que 40% des jeunes interrogés souhaitent des actions sur l'équilibre alimentaire. L'enquête menée par le RESES (2020) montre quant à elle, que les principaux obstacles pour changer les habitudes alimentaires d'après les étudiants sont : le prix, le manque d'alternatives et le manque d'informations.

Ce paradoxe traduit la difficulté à passer de la connaissance au changement de comportement, incitant donc le développement de stratégies basées sur des facteurs à la fois individuels et environnementaux, au-delà des actions de prévention déjà menées et basées uniquement sur l'information et l'éducation.

En Bretagne, plusieurs réflexions ont été menées ces dernières années sur l'alimentation des jeunes :

• Afin d'élaborer des interventions pertinentes auprès des enfants et des jeunes (de 0 à 18 ans), le pôle ressources en promotion de la santé Bretagne a établi des recommandations issues des pratiques des acteurs de terrain intervenant auprès de la jeunesse (institutions, collectivités, accueil et insertion jeunesse...). Sur la base de recommandations issues de leur synthèse documentaire, le pôle ressources en promotion de la santé a réuni les acteurs de terrain afin de partager leurs expériences et confronter les recommandations à leurs pratiques.

Ce travail collaboratif a permis de croiser des regards sur les recommandations nutritionnelles et des principes d'intervention pour la mise en œuvre d'action de promotion de la santé. Il apporte des recommandations issues des pratiques des acteurs sur les partenariats, les modalités d'intervention, la prise en compte de l'aspect environnemental. Les productions réalisées sont présentées en annexe 1.

• Des travaux de recherche sur l'identification d'actions et d'outils pertinents à valoriser pour l'éducation alimentaire des jeunes de 0 à 25 ans ont également été menés à l'ARS Bretagne. Sur la base d'une recherche de littérature, des éléments sur l'efficacité des actions ont été recherchés de manière approfondie pour une cinquantaine d'entre eux. Un score a été établi afin de mesurer la pertinence de ces outils et actions au regard du respect des principes d'intervention en promotion de la santé, la réalisation d'une évaluation, la transférabilité de l'action, son aspect sain et durable notamment.

Ces travaux mettent en évidence le très faible nombre d'actions clés en main existant pour la tranche d'âge des 16-25 ans. Néanmoins, il existe des outils intéressants qui méritent d'être diffusés et utilisés pour et par ce public cible.

Les actions et outils identifiés sont présentés en annexe 2. Des précisions sont apportées sur la disponibilité et les conditions d'accessibilité.

L'ensemble de ces travaux permettent de préciser le cadre de mise en œuvre des actions à privilégier pour promouvoir une alimentation équilibrée, saine et durable auprès des jeunes de 16 à 25 ans.

Il s'agit donc dans le cadre de cet appel à projets de proposer des projets permettant aux jeunes de 16 à 25 ans d'adopter des comportements alimentaires favorables à la santé via une alimentation équilibrée, saine et durable

:

- En informant/sensibilisant les jeunes bretons sur l'alimentation équilibrée, saine et durable, les bienfaits et méfaits de l'alimentation sur la santé, l'impact sur l'environnement
- En accompagnant des groupes de jeunes vers l'adoption de comportements alimentaires favorables à leur santé et à l'environnement
- En proposant des actions d'éducation alimentaire impliquant la participation des jeunes et répondant à leurs besoins et préoccupations
- En se référant et en valorisant les recommandations, outils et supports du PNNS (Nutri-score, recommandations nutritionnelles
- En utilisant les outils identifiés par l'ARS Bretagne comme pertinents (cf annexe 2)

Pour être financés, les projets proposés devront répondre aux critères suivants :

- *Inscription de l'action dans la durée, avec des temps d'intervention répétés (toutes les semaines pendant 3 mois/tous les mois pendant 6 mois, par exemple)*
- *Participation des jeunes aux actions, via des ateliers, défis, co-construction de l'action, prévention par les pairs...*
- *Mise en œuvre de méthodes d'intervention adaptées au public cible*
- *Utilisation d'au moins 2 outils identifiés comme pertinents (annexe 2)*
- *Valorisation d'une approche bienveillante non culpabilisante*
- *Développement de partenariats avec des acteurs locaux*
- *Valorisation de l'aspect sain et durable de l'alimentation*
- *Intégration d'une évaluation*

L'intégration des éléments complémentaires suivant seront appréciés :

- *L'action porte une attention particulière aux jeunes en situation de vulnérabilité*
- *L'action comporte également un volet de promotion de l'activité physique*
- *L'action repose sur un modèle dit « socio-écologique », prenant en compte le jeune dans son milieu de vie (individuel, interpersonnel et environnemental)*

⇒ Développer une nouvelle offre d'APS innovante et adaptée aux besoins/souhaits des jeunes

Différentes études ont montré que le niveau d'activité physique des jeunes diminue avec l'âge. Dans les années 1970, un lycéen courait **un 800 mètres en trois minutes** en moyenne. Désormais, il lui faut **une minute de plus** pour parcourir la même distance. En 40 ans, la capacité cardiovasculaire des 9-16 ans a baissé de 25%. Les cardiologues s'alarment face à la baisse des capacités cardiovasculaires des enfants, de plus en plus touchés par l'hypertension et l'obésité.

Pourtant, le PNNS recommande pour les jeunes de 11 à 17 ans de pratiquer au moins 60 minutes d'activité physique par jour dont 20 minutes d'intensité élevée tous les 2 jours.

L'enquête réalisée par l'Observatoire Régional de la Santé de Bretagne (ORSB) en 2017 sur la santé des jeunes bretons scolarisés de la 3^{ème} à la terminale, montre notamment que :

- Environ un jeune sur sept ne pratique pas d'activité physique ou sportive en dehors de l'école ;
- Seuls 34 % des jeunes pratiquent plus de 4 heures d'activité physique ou sportive par semaine en dehors de l'école ;
- Les garçons font plus d'activité physique ou sportive que les filles, et celles-ci en pratiquent de moins en moins au fil de la scolarité ;
- La pratique d'une activité physique ou sportive diffère selon les filières et est particulièrement peu courante chez les jeunes filles en filière professionnelle.

Le passage en études supérieures s'accompagne également d'une diminution de la pratique d'APS des jeunes.

L'étude réalisée par l'IREPS en 2018 auprès de 39 jeunes bretons de 16 à 25 ans d'horizons divers (étudiants, professionnels ou en insertion, vivant en milieu urbain ou rural) a cherché à identifier les freins à la pratique de l'activité physique, ainsi que les facteurs de motivation, attentes et propositions.

La planification régulière des activités sur une année (même jour/même heure sans changement possible) en fonction des horaires de fac pour certains ou de l'évolution des situations personnelles ou professionnelles pour d'autres, constitue un frein à la pratique d'activité physique dans les clubs. Le coût de l'activité, l'adhésion à l'année, le manque de flexibilité des horaires, l'engagement sur une seule activité tout au long de l'année, la place dominante donnée à la compétition, la difficulté à trouver l'information sur l'offre disponible et le niveau attendu, ou encore le manque de convivialité et de plaisir proposés par l'offre actuelle représentent les principaux freins cités par les jeunes.

Ils attendent plus de flexibilité dans les horaires et de souplesse dans le choix des activités, des modalités d'adhésion et de paiement plus adaptées, des activités plus variées et nouvelles, une découverte des activités facilitée, dans un véritable cadre de loisir.

Dans la pratique d'une activité physique, certains jeunes sont à la recherche de bien-être, de lien social, de « vrai sport loisir où l'on s'amuse », où chacun peut pratiquer en fonction de ses possibilités. Ils y voient un temps de d'échanges et de partage, autour d'une activité commune.

L'accès en libre-service à des terrains de sports, des équipements sportifs, des parcours sportifs ou encore du mobilier urbain sportif (fit park...), en groupe organisé avec un encadrant professionnel et un objectif de sortie (tourisme, culture, défis à relever...) répondrait également aux attentes de certains jeunes pour une pratique de loisir.

Les jeunes disent aussi ne pas suffisamment être informés des recommandations et bienfaits de l'activité physique pour la santé. L'accompagnement de ce public dans une meilleure compréhension des enjeux de l'activité physique pour leur santé et pour la mise en pratique de nouvelles habitudes de vie au quotidien, au travers des déplacements (marche, vélo, escalier... plutôt que voiture, bus ou ascenseur) ou des activités de la journée, pourrait aussi être développé.

Enfin, le dernier rapport de l'ONAPS sur l'activité physique et la sédentarité de l'enfant et de l'adolescent publié fin 2020, dresse un état des lieux national des pratiques et présente des évolutions depuis 2016.

Les résultats de l'année 2020 montrent un déclin du niveau d'activité physique et un accroissement du temps de sédentarité, alors que bien avant la COVID19 et des mesures prises pour la ralentir, les enfants et adolescents ne respectaient pas dans leur grande majorité les recommandations. Le rapport met en avant de manière prégnante la nécessité, pour l'ensemble des acteurs qui entourent les plus jeunes, la famille, l'école, les collectivités, associations et institutions gouvernantes, de développer un environnement matériel, infrastructurel et social propice à l'activité physique dans toutes ses dimensions.

Il s'agit donc dans le cadre de cet appel à projets de proposer des projets permettant de développer la pratique d'activité physique des jeunes de 16 à 25 ans :

- *En développant l'offre d'activité physique de loisir accessible à tous, en proposant une offre nouvelle par rapport à l'existant en termes de secteurs géographiques couverts, nature des activités proposées, conditions d'accès et d'adhésion aux activités, créneaux horaires, ambiance de pratique, et prioritairement sur les territoires ruraux*
- *En accompagnant des groupes de jeunes constitués vers des pratiques d'activité physique nouvelles.*
- *En communiquant auprès des jeunes sédentaires sur l'intérêt et les bienfaits de l'activité physique, ainsi que sur les recommandations de pratique, et en les accompagnant à la mise en mouvement.*

Pour être financés, les projets proposés devront répondre aux critères suivants :

- *Prise en compte de besoins identifiés sur le territoire*
- *Inscription de l'action dans la durée, avec des temps d'intervention répétés*
- *Mise en œuvre de méthodes d'intervention adaptées au public cible*
- *Présentation du projet global de promotion de la santé (pas de financement de matériel seul)*
- *Valorisation d'une approche bienveillante non culpabilisante*
- *Intégration d'une évaluation*

L'intégration des éléments complémentaires suivant seront appréciés :

- *L'action porte une attention particulière aux jeunes en situation de vulnérabilité*
- *L'action comporte également un volet de promotion de l'alimentation équilibrée, saine et durable*
- *L'action repose sur un modèle dit « socio-écologique », prenant en compte le jeune dans son milieu de vie (individuel, interpersonnel et environnemental)*

NB : l'outil EVALIN est un outil à la disposition de tous pour construire l'évaluation d'un projet en nutrition (alimentation et activité physique); il est accessible à l'adresse : www.evaluation-nutrition.fr

III. Procédure de dépôt des dossiers

III-1) Modalités de dépôt du dossier

Le dépôt des dossiers se fait par mail. Vous pouvez faire votre dépôt en plusieurs mails, si vous avez plusieurs pièces à joindre (numéroter chaque mail dans ce cas).

- Vous devez préciser le thème et le public cible de l'action concernée dans le mail (Alimentation et/ou Activité physique des jeunes de 16 à 25 ans)
- Vous devez **compléter et transmettre un fichier de suivi et bilan** pour chaque action.
- Nous attirons votre attention sur le fait que le dossier de demande de subvention Cerfa est au format Pdf formulaire. Vous pouvez saisir vos informations sur la version électronique sans avoir besoin de l'imprimer. **Le Cerfa ne doit pas être scanné en version PDF à l'exception éventuellement de la rubrique « 7. Attestations » page 8 avec la signature.**

N'attendez pas le dernier jour pour déposer votre dossier afin de ne pas vous exposer à d'éventuels problèmes techniques.

Le dépôt des projets doit être effectué par mail à l'adresse suivante :

ars-bretagne-pps-aap@ars.sante.fr

Du lundi 12 juillet au vendredi 17 septembre 2021 inclus.

Les dossiers incomplets ou transmis au-delà du 17 septembre seront rejetés.

III-2) Constitution du dossier de demande de financement

Le dossier de demande de financement se compose des éléments suivants :

- Du dossier de demande de subvention Cerfa renseigné.
- Le N° RNA ou n° récépissé Préfecture à inscrire dans le Cerfa.
- Les statuts signés (si vous ne disposez pas de n° RNA).
- La composition du bureau (si vous ne disposez pas de n° RNA).
- La composition du conseil d'administration (si vous ne disposez pas de n° RNA).
- La déclaration et l'attestation sur l'honneur signées par le représentant légal ou le pouvoir complété et signé (si ça n'est pas le représentant légal qui signe) du Cerfa.
- Du fichier de suivi et de bilan de l'action 2021 renseigné (colonnes vertes).
- Une copie du RIB au nom et à l'adresse associés au SIRET de l'association.

IV. Instruction et financement

a. Critères d'éligibilité

Les critères d'éligibilité reposeront sur :

- La qualité de l'analyse des besoins.
- La pertinence des objectifs au regard des priorités définies.
- La pertinence des actions envisagées par rapport aux objectifs du projet.
- La qualité méthodologique globale du projet.
- Le nombre de personnes bénéficiaires
- La mise en place de l'action sur une période définie (date de début/date de fin).
- La qualité de la démarche partenariale et/ou de proximité (ancrage territorial).
- La qualité du budget prévisionnel.
- La qualité de remplissage de la fiche de suivi.
- L'existence et la qualité d'une démarche d'évaluation.

La durée de l'action envisagée doit être précisée (3 ans maximum) ainsi que la date de fin d'action.

Afin de favoriser l'ancrage territorial, les stratégies intersectorielles et l'accessibilité pour la population du territoire cible, l'ARS privilégiera les projets s'inscrivant dans le cadre de dynamiques territoriales et/ou de coopérations déjà existantes (contrats locaux de santé, projet co-porté, réseaux locaux, lettres de soutien des partenaires ...).

La subvention accordée ne pourra s'envisager de manière pérenne. Elle sera accordée pour la durée de l'action. Elle peut financer l'achat de matériel, du temps de coordination et/ou mise en place du projet, une partie du salaire de l'encadrant d'AP ou des adhésions, ... pour la durée de l'action.

Peuvent déposer une demande de financement, les missions locales, les FJT, les services de santé des étudiants, les structures accueillant des jeunes, les lycées, les collectivités locales, les structures associatives.

Ne peuvent pas répondre à cet AAP, les structures commerciales.

b. Procédure de sélection des projets

➤ La réception du dossier par l'ARS

A la réception de votre demande de subvention, après vérification du dossier, un accusé de réception indiquant le numéro attribué à votre dossier vous est adressé par mail.

Si à la date du **11 octobre 2021** vous n'avez toujours pas reçu d'accusé de réception avec l'indication de votre numéro de dossier, vous devez vous manifester auprès de l'ARS pour vérifier que votre dossier a bien été réceptionné dans la boîte mail.

➤ Décision de financement

Cette décision est arrêtée par le directeur général de l'ARS après instruction par nos services.

Si votre action est retenue

➤ La notification

Une notification vous sera adressée pour vous informer de la décision prise.

L'ARS vous adressera ensuite un acte juridique de financement qui précisera les modalités de versement de la subvention (pièces à fournir et calendrier).

➤ Le financement

Les versements de la subvention sont subordonnés à la production de pièces administratives et comptables.

➤ Les modalités de suivi

Le fichier de suivi et de bilan de l'action est un outil privilégié de suivi de votre action. Il est l'une des pièces indispensables à l'instruction du dossier.

Si votre action n'est pas retenue

➤ La notification

Un courrier de rejet vous sera adressé. Il précisera les motifs de refus de financement.