



Édito

A l'approche des Jeux Olympiques et Paralympiques et des vacances d'été, les pratiques sportives sont à l'honneur pour cette édition thématique. A l'instar d'autres domaines, les milieux sportifs n'échappent pas aux représentations et conduites à risques, notamment quand ils sont uniquement orientés vers la recherche de performance. Ils nécessitent donc également des actions de prévention.

Pour autant, le sport peut constituer une formidable ressource pour renforcer le bien-être, la confiance en soi, la gestion du stress, la coopération, la créativité etc. Autant de compétences psychosociales qui sont des leviers de prévention et d'épanouissement !

Pour réfléchir

« Le revers de la médaille : ce que coûtent les médailles aux athlètes »



Même quand on n'aime pas les Jeux Olympiques on adore les athlètes. Ils sont la chair et le sang de ces jeux, nos héros. Mais à quel prix gagnent ils leurs médailles ? Dans ce podcast nous apprenons que les athlètes ont des problèmes de santé, sont confrontés au sexisme et/ou au racisme. Bref, que le stade olympique, comme les athlètes, sont traversés par les questions de leur temps.

Épisode 3 - Les athlètes sont des toxicomanes comme les autres - 28' - [Écouter](#)

Épisode 4 - Les athlètes sont des femmes comme les autres - 26' - [Écouter](#)

Épisode 5 - Les athlètes sont des personnes racisées comme les autres - 27' - [Écouter](#)

Une série de Radio France en 5 épisodes - émission « Les pieds sur terre » Avril 2024



Les sportifs « tous addicts » ?

Lors du colloque Prévention des addictions en milieu sportifs (PAMS) - Objectif : Bien-être sportif, Michaël Bisch, psychiatre addictologue a présenté : les facteurs de risque et de protection individuels et environnementaux, le mécanisme de l'addiction au sport, les substances interdites, les éléments de vulnérabilité individuelle, environnementale.

Voir la vidéo
26'



Série Toutes musclées : Libérées délivrées (2/4)

Danse ou équitation pour les petites filles, judo ou foot pour les garçons, les chiffres sont têtus : aux filles, la grâce, aux garçons, la force. Une fois grandes, les femmes se retrouvent majoritairement dans les pratiques d'entretien, loin des performances recherchées par les hommes. De quoi se demander : sommes nous libres quand nous enquillons les séances d'abdos ? environnementale.

Voir l'épisode

[Une série en 4 épisodes](#), disponible sur ARTE jusqu'au 18/08/2025 - vidéos de 14' à 17'

Pour s'inspirer



Sport et santé mentale : un programme innovant

L'association [je bouge pour mon moral](#) aide à sortir de la dépression grâce au sport. Elle se déploie dans le Grand-Est, et cible désormais aussi les jeunes, particulièrement touchés par les problématiques de santé mentale. Une expérience inspirante !

Écouter le podcast



Une marche pour un futur

Depuis 20 ans, l'Association SEUIL propose à des jeunes en difficultés de se reconstruire en tentant l'aventure d'une marche. Aider le jeune à retrouver confiance et estime de soi, réapprendre les règles d'un comportement social acceptable, et permettre au jeune de construire un projet de retour pour mieux construire son avenir.

Voir le reportage

Pour agir



Libérer la pratiques sportives des adolescent.es

[#MonGenreDeSport](#), la campagne proposée par le Centre Hubertine Auclert a pour principal objectif de déconstruire les stéréotypes sexistes qui entravent les pratiques sportives des filles et des garçons.

La campagne

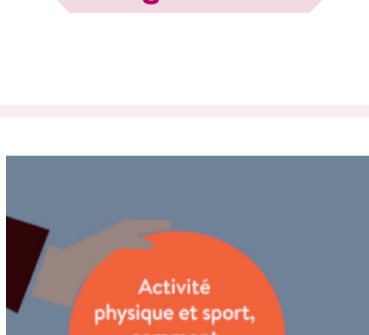
[Visiter le site](#)



Protéger les enfants des violences dans le sport un outil pour les intervenants

Cet outil, produit dans le cadre du projet PARCS 2.0 (Pour des Activités Récréatives et de loisirs dans un Cadre Sûr), vise à développer les compétences des organisations et intervenants du sport pour encore mieux protéger les enfants contre toutes formes de violences. Il est le fruit d'une collaboration entre DEI-Belgique, le Délégué Général aux droits de l'enfant, Yapaka, l'ADEPS et DCI World Service.

Télécharger le guide



Activité physique et sport, comment accompagner l'enfant ?

L'École des parents et des éducateurs de la Haute-Garonne propose un livret pour mieux accompagner et développer les compétences psycho-sociale des enfants au travers des pratiques physiques et sportives selon leur âge et leur besoin.

Télécharger le livret

Le chiffre

59%

des 15 ans ou plus pratiquent une activités physique et sportive régulièrement, mais celle-ci reste socialement marquée.



Source : Baromètre 2023 des pratiques sportives - Injep

[En savoir plus](#)