

"Bouge avec les Zactifs !" : une campagne de sensibilisation des 6-11 ans à l'activité physique ou sportive.

Pratiquer régulièrement une activité physique ou sportive dès le plus jeune âge permet d'acquérir de bonnes habitudes. C'est également le moyen de se constituer un capital santé dont les bienfaits se feront sentir tout au long de la vie.

*Pour sensibiliser les plus jeunes à la pratique d'une activité physique ou sportive, l'association Assureurs Prévention lance la campagne "**Bouge avec les Zactifs !**" et dévoile à cette occasion les résultats d'une étude exclusive*.*

Pour les enfants les occasions de bouger sont nombreuses, surtout si les parents les encouragent

Si la marche à pied est le moyen le plus simple de lutter contre la sédentarité, l'étude d'Assureurs Prévention révèle que seuls 4 enfants sur 10 se rendent le plus souvent à l'école à pied, en vélo ou en trottinette. 36% des enfants qui vont à l'école en voiture ou en transports en commun le font non pas pour des raisons de distance, mais parce que leurs parents jugent ce mode de trajet plus pratique. Pourtant, pour les petits comme pour les grands : chaque pas compte pour rester en forme !

Dans le cadre scolaire/périscolaire tous les enfants pratiquent une activité physique ou sportive (APS). Et en dehors de l'école ? L'étude montre que 77% des enfants de 6 à 11 ans pratiquent une APS durant leurs loisirs : les sports collectifs, la natation et le vélo rencontrent le plus grand succès.

Si les parents ont souvent un rôle prescripteur dans le choix des activités, ils sont également un élément clé de la motivation de l'enfant. Or seuls 35% des parents interrogés déclarent assister régulièrement aux activités physiques ou sportives de leurs enfants, même si tous reconnaissent que cela leur permet de les encourager et de les voir progresser.

Concernant la pratique des activités en famille, là encore les parents peuvent mieux faire : près de 40% d'entre eux organisent moins d'une fois par mois des activités physiques ou des sorties sportives avec leurs enfants. Les enfants sont également peu incités à participer aux tâches domestiques : ils ne sont que 25% à donner régulièrement un petit coup de main à la maison.

Les activités physiques ou sportives participent au développement de l'enfant

Les parents interrogés reconnaissent que la pratique d'une APS permet aux enfants de se dépenser (58%), mais également d'apprendre le vivre ensemble (63%) et d'avoir une meilleure estime de soi (58%).

Après une activité physique ou sportive, 99% des parents trouvent que leurs enfants sont heureux et épanouis, 82% les jugent plus calmes et détendus et 61% constatent qu'ils sont plus concentrés.

En revanche, seuls 40 % des parents considèrent que la pratique d'une activité physique ou sportive est importante pour la santé future de leurs enfants.

*Etude Assureurs Prévention réalisée par OpinionWay en ligne entre le 25 septembre et le 7 octobre 2015 auprès d'un échantillon de 1 003 individus, représentatif des Français parents d'enfants âgés de 6 à 11 ans selon la méthode des quotas

« Bouge avec les Zactifs ! » : des conseils et des astuces pour bouger tous les jours

Assureurs Prévention lance en novembre une campagne de promotion de l'activité physique ou sportive à destination des 6-11 ans. Cette campagne est construite autour d'un triple dispositif :

- 5 dessins animés d'une minute qui mettent en scène le quotidien de Léna, Théo et Lulu. Léna et Théo sont des super héros. Parce qu'ils pratiquent régulièrement une activité physique, ils sont devenus des Zactifs. Lulu, leur copain et voisin, aimerait beaucoup leur ressembler. Léna et Théo lui donnent des conseils et des astuces pour bouger tous les jours et faire à son tour partie des Zactifs. Ces dessins animés sont diffusés sur Gulli et Canal J jusqu'au 22 novembre 2015.
- un kit pédagogique permettant aux enseignants du CP au CM2 d'aborder le thème de l'activité physique ou sportive à travers différentes disciplines : français, histoire-géographie, mathématiques, sciences, ...
- un site internet dédié www.bouge-avec-les-zactifs.fr proposant du matériel pédagogique, mais également des études, des tests, des quiz, des jeux.

Pour Nicolas Moreau, Président d'Assureurs Prévention : « *La promotion de l'activité physique ou sportive et la lutte contre la sédentarité sont des enjeux de santé publique. Il est important d'encourager les enfants à pratiquer régulièrement une activité physique ou sportive afin de leur permettre d'être demain des adultes en bonne santé.* »

Pour retrouver les éléments de la campagne (vidéos, visuels, étude, ...), [cliquez-ici](#)



Contacts Presse



**ASSUREURS
PRÉVENTION**

Les assureurs avec vous

Agence FLAG

01 58 60 24 24 - 06 20 86 85 53

Isalyne BOURDIEU - isalyne@agenceflag.com

Frédérique LIBAUD - fred@agenceflag.com

Assureurs Prévention

Benoît DANTON - b.danton@ffsa.fr

01 42 47 93 80 - 06 48 24 77 81