



GOUVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

STRATÉGIE NATIONALE **SPORT-SANTÉ**

2025-2030

APPEL À PROJET

« Activité physique et sportive et réduction de la sédentarité en milieu professionnel », porté dans le cadre de l'action 9

de la Stratégie nationale Sport Santé 2025-2030 :

« Renforcer la place de l'activité physique et sportive dans les trois versants de la fonction publique »

Communication portée par la Direction des Sports du ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative

Direction des Sports - 29 janvier 2026

À l'image de l'ensemble des actifs en France et dans le monde, les 5,7 millions d'agents publics sont exposés aux effets délétères d'une sédentarité prolongée¹, quels que soient leurs métiers et leurs conditions de travail². Cette sédentarité est associée à une augmentation des risques de troubles musculosquelettiques (TMS), de maladies cardiovasculaires, de diabète de type 2, ainsi que de certains cancers et troubles psychiques³. Au-delà de la santé individuelle, ces phénomènes ont des répercussions directes sur le fonctionnement des collectifs de travail : fatigue chronique, tensions relationnelles, désengagement, absentéisme et arrêts-maladie répétés.

La fonction publique, en tant qu'employeur de 20% des actifs, a un rôle exemplaire à jouer en la matière. Améliorer le bien-être et la santé des agents ne relève pas uniquement d'une logique de prévention des risques ; il s'agit également d'un levier puissant d'amélioration des conditions de travail, de la qualité du service rendu et de l'attractivité des métiers publics.

Réorganiser le travail pour le rendre moins sédentaire et proposer une offre régulière d'activité physique et sportive contribuent à créer des environnements professionnels plus sereins, plus solidaires et plus efficaces.

C'est dans cette perspective que la Direction des sports du ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative lancera, au premier trimestre 2026, un appel à projets « Activités physiques et sportives et réduction de la sédentarité en milieu professionnel » à destination des administrations de l'Etat (administration centrale, services déconcentrés et établissements publics) et des établissements hospitaliers publics, en lien étroit avec la Direction générale de la santé (DGS), la Direction générale de l'administration et de la fonction publique (DGAFP) et la Direction générale de l'offre de soins (DGOS).

Les projets retenus pourront s'inscrire dans une dynamique de lancement et de valorisation à l'occasion du **Mois de l'activité physique et sportive (APS)**, organisé chaque année en septembre, afin de favoriser la mobilisation des agents et l'ancrage des actions dans la durée.

Pourquoi s'engager dans un projet de promotion de l'activité physique et sportive et de réduction de la sédentarité en milieu professionnel au sein de la fonction publique ?

Les retours d'expérience des projets déjà soutenus dans le cadre du Fonds interministériel pour l'amélioration des conditions de travail (FIACT) « Activités Physiques et Sportives » en 2023 et 2024 sont éclairants⁴. Les porteurs de projets témoignent en très grande majorité d'une forte satisfaction, tant sur le déroulement des actions que sur leurs effets concrets : agents davantage motivés, climat social apaisé, diminution des conflits, renforcement de l'entraide entre collègues, baisse du « présentéisme subi » et réduction des arrêts maladie.

1. National Library of Medicine, 2012, [Sedentary Behavior Research Network, Terminology Consensus Project process and outcome](#) : La sédentarité, du latin « sedere » (être assis) désigne le temps passé à position assise ou allongée durant les périodes d'éveil. Elle se caractérise par une dépense énergétique faible, inférieure ou égale à 1,5 MET

2. Santé Publique France, 2023, [Revue de littérature sur l'efficacité des interventions pour limiter la sédentarité en milieu professionnel](#)

3. M. Blais ; C. Fabier ; O. Riquier, *Journées Nationales des Maisons Sport-Santé*, 19-20 juin 2025 : « Repenser l'activité physique sur le lieu de travail : Quel(s) rôle(s) potentiel(s) pour les maisons sport santé ? »,

4. [Le projet Tous en Mouvement au bureau porté par la DSDEN des Hautes-Alpes](#)

[Sport en entreprise : avec la DSDEN des Hautes-Alpes](#)

[Le projet UBOUge porté par l'Université de Bretagne Occidentale](#)

[Sport en entreprise : avec l'Université de Bretagne Occidentale](#)

Une approche globale et multifactorielle : la clé d'un impact durable.

Pour s'inscrire dans la [Stratégie nationale sport-santé 2025-2030](#), les projets candidats devront bénéficier d'un cofinancement de l'administration porteuse du projet et présenter une approche globale et structurante. L'expérience montre en effet que la mise en œuvre d'une action isolée (par exemple une conférence ponctuelle ou une campagne de communication unique) engendre un impact limité dans le temps. A l'inverse, la combinaison de plusieurs leviers, agissant simultanément sur les comportements, l'environnement de travail et l'organisation collective, produit des effets réels et durables.

Les porteurs de projet sont donc invités à concevoir des démarches dites « multifactorielles », articulées autour de trois volets complémentaires :

1. **Sensibilisation et information** : informer, donner du sens et créer une culture commune favorable à l'activité physique et à la réduction de la sédentarité.
2. **Adaptation favorable de l'environnement de travail** : agir sur les temps, les espaces et les usages pour réduire la sédentarité au quotidien.
3. **Offre régulière d'activités physiques et sportives** : proposer des temps de pratique accessibles, inclusifs et encadrés.

Exemples d'actions éligibles

Les exemples ci-dessous sont proposés à titre indicatif et peuvent être combinés entre eux afin de construire un projet cohérent et adapté au contexte local.

1. Sensibilisation / information

- Mise en place d'actions de communication régulières et visibles : affiches, rubriques dédiées dans la gazette ou la newsletter internes, vidéo courtes, enquêtes internes sur la sédentarité ou les attentes des agents.
- Mise à disposition de ressources accessibles et pédagogiques : outils pratiques, synthèses d'études scientifiques, livres blancs, contenus numériques.
- Organisation de temps collectifs de sensibilisation : conférences, ateliers pratiques, tables rondes, temps d'échange thématique.

2. Adaptation favorable de l'environnement de travail

- Consultation des agents et des représentants du personnel afin d'identifier les besoins et freins spécifiques (questionnaires, groupes de discussion).
- Développement de pratiques favorisant les ruptures de sédentarité durant le temps de travail : pauses actives, réunions marchées ou actives.
- Incitation aux déplacements internes à pied ou à vélo, plans de mobilité adaptés.
- Aménagement d'espaces et mise à disposition de mobilier dit « actif » dans des lieux stratégiques : vélos-bureaux, bureaux réglables, pédaliers, ballon fitness d'exercice (cf : *la Mobilithèque*, créée par la DGFIP des Hauts-de-France, lauréat de l'appel à projet 2023, est une ressource disponible sur la [Bibliothèque des initiatives RH](#))
- Recours à des marches innovantes : design actif des espaces, incitations comportementales, outils ou applications numériques incitant à bouger davantage.

3. Offre régulière d'activités physiques et sportives

- Facilitation de l'accès à des espaces de pratique, internes ou externes, par conventionnement ou mutualisation : gymnases, salles musculation, fitness, remise en forme.
- Organisation de séances hebdomadaires encadrées par des professionnels qualifiés (cours collectifs, ateliers de mise en mouvement).
- Mise en œuvre d'actions spécifiques à destination des agents en télétravail.
- Possibilité d'un soutien financier ponctuel (licences, inscriptions à des événements), dans le respect des règles de non-pérennité des financements.

Partenariats et accompagnements :

Les projets peuvent être menés en partenariat avec des opérateurs locaux (associations, structures privées), dans une logique d'autonomisation et de pérennisation des actions. Le mouvement sportif pourra notamment être sollicité et constituer un appui opérationnel ou technique pour la mise en œuvre des projets. Plusieurs administrations publiques peuvent aussi porter un projet commun ; dans ce cas, un seul chef de projet, rattaché à une administration, déposera le dossier sur la plateforme démarches numériques.

Les services et agents souhaitant être accompagnés dans la préparation de leur projet peuvent se rapprocher des référents sport-santé des ARS et des DRAJES, ainsi que du réseau des [Maisons Sport-Santé](#). La Direction des sports restera également mobilisée pour accompagner les porteurs de projet tout au long de la démarche.

Enfin, la plateforme [Solution Sport Entreprise](#) met gratuitement à disposition un guide méthodologique en six étapes et une cartographie de l'offre de pratiques disponibles en France métropolitaine et dans les départements et régions d'outre-mer, utiles pour structurer et sécuriser les projets.

Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative

La Direction des Sports

sportenmilieuprofessionnel@sports.gouv.fr



GOUVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Ministère de la Santé, des Familles,
de l'Autonomie et des Personnes handicapées

14 avenue Duquesne
75007 Paris
sante.gouv.fr

Ministère des Sports,
de la Jeunesse et de la Vie associative

95 avenue de France
75650 Paris Cedex 13
sports.gouv.fr

