



Recherche

Activité Physique Adaptée des adolescents en instituts médico-éducatifs

Mécénat
La Vie Active

2026

Préambule

CONTEXTE DU PROJET

Les jeunes avec déficience intellectuelle rencontrent des défis multiples, notamment en termes de développement moteur, social et émotionnel. Les Activités Physiques Adaptées (APA) offrent un potentiel important pour répondre à ces besoins, mais leurs impacts restent peu étudiés.



Cette recherche vise à observer, mesurer et analyser l'impact des APA mises en œuvre dans les Instituts Médico-Educatifs (IME), afin de contribuer à une meilleure compréhension des pratiques actuelles et de leur apport au bien-être et au développement des jeunes. Aucun changement ou ajustement des pratiques ne sera effectué dans le cadre de ce projet.



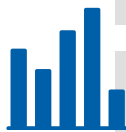
Un constat d'urgence

**Un projet
audacieux pour
ouvrir la voie à
de nouvelles
perspectives**



Une urgence de santé publique encore sous-estimée

Les jeunes présentant une déficience mentale sont 2 à 3 fois plus exposés à la sédentarité, aux troubles métaboliques, à l'obésité et aux complications cardio-respiratoires. Pourtant, ils bénéficient encore trop peu de programmes d'activités physiques adaptés, faute de connaissances scientifiques suffisantes pour proposer des parcours vraiment efficaces, sécurisés et personnalisés.



Un manque criant de données scientifiques pour adapter les pratiques

Les professionnels du médico-social manquent aujourd'hui d'outils validés pour évaluer les capacités, les risques, la progression ou encore les bénéfices réels des activités physiques adaptées. La recherche est indispensable pour définir des protocoles reconnus, améliorer les pratiques et construire des parcours d'activité physique réellement inclusifs, adaptés et mesurables.



Un enjeu majeur pour l'autonomie, l'inclusion et le bien-être

L'activité physique adaptée est l'un des leviers les plus efficaces pour améliorer la motricité, les compétences sociales, la confiance en soi et l'autonomie des jeunes en situation de déficience mentale. Accélérer la recherche permet d'offrir à ces jeunes des outils concrets pour mieux apprendre, mieux interagir, mieux vivre – et soutenir les familles comme les professionnels.

Notre réponse à ces enjeux

Le mot de notre chercheuse, Lucie Marques Lima

Doctorante en Sciences et techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS)
Encadrée par Nounagnon Agbangla et Williams Nuytens. Université d'Artois – Laboratoire URePSSS (équipe 2 « SHERPAS »)

“Depuis mes premières expériences, j’ai découvert le potentiel des APA pour améliorer le quotidien des personnes vulnérables. Cette conviction me guide aujourd’hui dans ce projet. Je crois profondément que chaque jeune doit avoir accès à des opportunités qui favorisent son bien-être, son autonomie et son inclusion sociale. Travailler auprès de jeunes atteints de déficience intellectuelle me permet d’unir mes passions pour l’accompagnement, la recherche et l’action concrète. Ce projet de thèse est plus qu’une étape académique : c’est une démarche engagée pour valoriser et soutenir les pratiques éducatives et médico-sociales en France et à l’échelle européenne.”



Identifier des APA cohérentes aux besoins et aux capacités des jeunes tout en respectant les spécificités de chaque établissement.

Partager et valoriser les approches pédagogiques des professionnels favorisant le développement des jeunes

Concevoir des programmes d’APA

systematisés, intégrés et fondés sur les dernières connaissances validées.

Évaluer l’impact des APA

sur le développement moteur, cognitif et psychosocial des jeunes (12-16 ans) en IME

Contribuer à l’amélioration des pratiques éducatives

et les politiques d’inclusion dans les ESMS

Quels besoins pour une réponse adaptée

Afin de garantir la rigueur scientifique, l'impact social et la pérennité du projet, celui-ci est structuré en plusieurs lots de travail complémentaires.

Chaque lot correspond à une étape clé du programme de recherche, intégrant à la fois les dimensions scientifiques, opérationnelles et de valorisation. Les coûts associés reflètent les moyens humains, matériels et méthodologiques nécessaires à la bonne conduite de chaque phase, dans une logique de transparence et d'efficacité.

30 retranscriptions d'entretiens

Auprès de jeunes déficients et d'éducateurs encadrants

5103 €

20 actigraphes

Mesures objectives de niveaux d'activité physique

7500 €

200 batteries de tests cognitifs

Tests cognitifs informatisé et validés auprès du public déficient intellectuel

5908 €

Gratification d'un étudiant stagiaire

Accompagnement de la chercheuse pour les phases de mesure et traitement des données recueillies

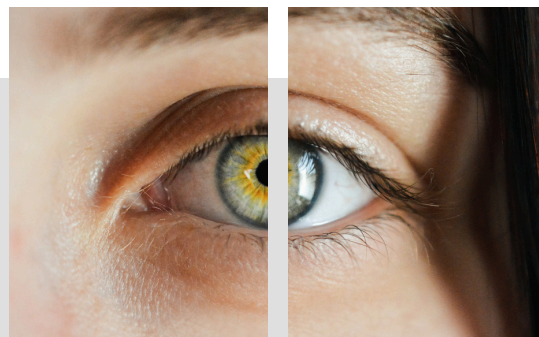
4000 €

Matériel sportif

Pour mettre en oeuvre les tests physiques dans nos 14 IME

up to you !

Ils ont déjà apporté leur soutien au projet !



La Vie Active

ASSOCIATION LAÏQUE À BUT NON LUCRATIF

La Vie Active a été créée en 1964 et reconnue d'utilité publique en 2002. Depuis sa création, cet acteur central de l'économie sociale et solidaire n'a eu de cesse de se développer pour accompagner au mieux les personnes fragiles face à leurs difficultés et dans le cadre de leur parcours de vie. Son action militante s'étend dans tous les champs d'intervention du secteur social et médico-social, s'adressant aussi bien aux enfants, aux adultes, aux personnes âgées dépendantes, aux personnes atteintes d'un handicap qu'aux personnes en grande difficulté sociale.



Elle entend promouvoir la dignité des personnes en situation de handicap, de détresse, de dépendance, morale, physique, psychologique, sociale de toute nature en œuvrant pour leur complet épanouissement et leur meilleure inclusion à toute forme de vie sociale.

NOS VALEURS ET OBJECTIFS

Le dépistage et la prévention 	Les soins et les rééducations 
La lutte contre toute forme de violence et de maltraitance 	L'accès à la culture et l'éducation 
L'information, le conseil et l'orientation 	La scolarisation, l'insertion et la réinsertion professionnelle 
La protection 	La formation et l'accès au travail 

**Vous partagez les
valeurs de ce projet ?
Rencontrons-nous !**

**Mécénat
La Vie Active**

Louis Delecroix



06 21 86 11 02



Idelecroix@vieactive.asso.fr