



**GOVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

GRANDE CAUSE NATIONALE

# BOUGE!

CHAQUE JOUR

# GRANDE CAUSE NATIONALE 2024

# BOUGE 30 MINUTES CHAQUE JOUR!

Soutenu par



[grandecause-sport.fr](http://grandecause-sport.fr)





“ Avec l’organisation des Jeux olympiques et paralympiques (JOP), nous avons une opportunité unique de faire de la France la Nation sportive que nous appelons de nos vœux. Ce rendez-vous sera aussi une occasion sans pareille de mettre le sport et ses bienfaits au cœur de notre société. De même, face à l’urgence sanitaire, il est indispensable d’appeler à la mobilisation générale pour lutter contre les effets dévastateurs de la sédentarité, véritable bombe à retardement sanitaire. C’est dans cet esprit que le Président de la République a décidé, lors du Comité Olympique et Paralympique du 25 juillet 2022, de faire de la promotion de l’Activité Physique et Sportive (APS) la Grande Cause Nationale 2024 (GCN2024). Elle sera le relais sociétal du Gouvernement, sous l’impulsion de la Première ministre, pour valoriser l’héritage des Jeux. Désormais, nous rentrons dans la phase opérationnelle de son lancement et de son organisation. Dans cette perspective, la GCN2024 s’organisera autour d’objectifs, d’un marqueur fort, celui des trente minutes d’activité physique et sportive quotidiennes, et d’un plan d’action que détaille le présent dossier. ”

*Sportivement,  
Annie Ondra. Costine*



# LA GRANDE CAUSE NATIONALE 2024

## UNE DOUBLE RAISON

Des Jeux olympiques et paralympiques qui sont une occasion unique de mettre le sport et ses bienfaits au cœur de la société

La nécessité de répondre à une urgence sanitaire : la progression de la sédentarité, aggravée par l'addiction aux écrans

## 3 OBJECTIFS

1. Mettre le sport au cœur de nos politiques publiques, de l'interministérialité et du pacte républicain
2. Mobiliser les acteurs du sport et toutes les forces vives du pays pour valoriser la place du sport en France
3. Inciter les Français à faire davantage d'activité physique et sportive

## 1 MARQUEUR FORT

**30' D'ACTIVITÉ PHYSIQUE  
ET SPORTIVE PAR JOUR**



## 5 PILIERS

1. La mobilisation d'un collectif de « militants »
2. La création d'un fonds de soutien dédié opéré par l'Agence nationale du Sport
3. L'élaboration d'une campagne de communication de grande ampleur
4. La mise en place d'une stratégie de labellisation GCN2024 pour mettre en valeur des projets positifs
5. Un agenda 2024 rythmé par des animations sportives et sociétales

[www.grandecause-sport.fr](http://www.grandecause-sport.fr)

# UNE DOUBLE RAISON

## L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE, GRANDE CAUSE NATIONALE EN 2024 : UN RENDEZ-VOUS HISTORIQUE

Le Président de la République a décidé, lors du Conseil Olympique et Paralympique du 25 juillet 2022, de faire de la promotion de l'Activité Physique et Sportive (APS) la Grande Cause Nationale 2024 (GCN2024) pour la première fois en 46 ans d'existence du dispositif.

Deux raisons principales expliquent ce choix :

### 1 LES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES NOUS DONNENT UNE OPPORTUNITÉ EXCEPTIONNELLE POUR PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE ET ACCÉLÉRER DANS LA CONSTRUCTION D'UNE NATION SPORTIVE.

En 2024, notre pays a rendez-vous avec son Histoire sportive ! Dans cette année si particulière, les Jeux et la Grande Cause Nationale 2024 sont complémentaires et conjugueront leurs effets.



### 2 IL Y A URGENCE À ADOPTER DES MODES DE VIE MOINS SÉDENTAIRES, PLUS ACTIFS, À FORTIORI DANS UN CONTEXTE D'ADDICTION TOUJOURS PLUS FORTE AUX ÉCRANS.

La sédentarité est la 4<sup>ème</sup> cause de mortalité et la 1<sup>ère</sup> cause de mortalité évitable :

- Un adulte est assis en moyenne 12h dans une journée travaillée, 9h dans une journée non travaillée ;
- L'inactivité est aujourd'hui la cause de 9% des décès en France ;
- 80% des 11-17 ans sont en dessous des seuils d'activité physique recommandés par l'OMS en 2020.

L'addiction aux écrans aggrave la situation :

- Les enfants et adolescents passent en moyenne 4h par jour devant les écrans.
- 80% des adultes passent 3h devant un écran chaque jour, hors activité professionnelle.

Ces deux facteurs se combinent et s'aggravent :

- 95%\* de la population adulte en France est à risque sanitaire par manque d'activité physique ou un temps trop long passé assis.
- 66%\* des adolescents font face à un risque sanitaire préoccupant du fait de la combinaison entre trop grande inactivité et dépendance aux écrans.

\*selon l'Anses

|| Nous sommes face à un tsunami sociétal d'inactivité physique et de sédentarité ! ||

François Carré,  
Professeur en cardiologie,  
président du collectif  
pour une France en forme



# 3 OBJECTIFS



## LES 3 GRANDS OBJECTIFS DE LA GCN2024

### OBJECTIF 1 METTRE LE SPORT AU CŒUR DE NOS POLITIQUES PUBLIQUES, DE L'INTERMINISTÉRIALITÉ ET DU PACTE RÉPUBLICAIN

Avec la volonté de faire du sport un pilier structurel pour agir, sous l'impulsion de la Première ministre et avec tous les ministères et acteurs concernés, en faveur de la jeunesse, de la santé et du bien-être pour tous, de l'insertion des publics précaires et de l'inclusion des personnes en situation de handicap, tout en fortifiant le modèle sportif français.

#### ► AGIR POUR NOTRE JEUNESSE AVEC LE SPORT AU CŒUR DE NOTRE PROJET ÉDUCATIF

##### CONSTAT

- **37%** des 6-10 ans et **73%** des 11-17 ans n'atteignent pas les standards d'activité physique recommandés par l'Organisation Mondiale de la Santé.
- La France se classe **119<sup>ème</sup>** sur 146 pays pour le niveau de pratique d'activités physiques et sportives chez les adolescents en 2020.
- **40%** des étudiants ne pratiquent aucune activité physique et sportive.
- En 25 ans, les enfants ont perdu **40%** de leurs capacités cardio-vasculaires.
- **34%** des enfants de 2 à 7 ans sont en situation de surpoids ou d'obésité.
- **1 jeune sur 2** déclare passer plus de 6h par jour devant les écrans.
- **49%** des jeunes de 6 à 17 ans font face à un risque sanitaire très élevé, avec plus de 4h30 d'écran ou moins de 20 minutes d'activité physique par jour.
- Mais les courbes peuvent vite s'inverser : après 6 semaines d'entraînement, les collégiens regagnent **5%** de leurs capacités cardio-respiratoires.

Les projets qui seront menés dans le cadre de la GCN2024 s'inscrivent dans la continuité de l'action du ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, et sont le fruit d'une vaste concertation qui a pris place par :

- La **quinzaine d'ateliers d'Impulsion Politique et de Coordination Stratégique (IPCS)** organisés dans la période 2022-2023 sur une série de thématiques avec les parties prenantes impliquées (sport en milieu professionnel, esport, pratique féminine, sport étudiant, sport et handicap...);
- Plus de **200 consultations** menées par le délégué ministériel en charge de la GCN2024, Vincent Roger.

##### NOS POLITIQUES CLÉS

Les mesures annoncées par Emmanuel Macron à Orthez, le 5 septembre 2023, pour revaloriser la place du sport dans notre projet éducatif :

- Généralisation effective des **30' d'APQ** pour l'ensemble des écoliers en classes élémentaires, en complément du socle de l'EPS ;
- Extension des **2 heures supplémentaires** de sport par semaine pour les collégiens, avec l'ambition de les généraliser en 2026 ;
- Déploiement du plan « 5 000 terrains de sport Génération 2024 », doté de **300M€** sur trois ans, pour soutenir la construction et la rénovation d'infrastructures sportives ;
- **Mise en place des tests d'aptitude physique** à l'entrée en 6<sup>ème</sup> dès la rentrée 2024 ;
- **Multiplication par 3** des places en sport-études d'ici 2026 ;
- **Extension du Pass'Sport** à de nouveaux bénéficiaires et de nouvelles structures.

##### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

- La tournée de l'**Équipe de France des 30' APQ** dans les écoles. Celle-ci se déroulera au 1<sup>er</sup> trimestre 2024 et dans la foulée des Jeux paralympiques. Les 150 sportifs de haut niveau qui la composent, ainsi que des personnalités « militantes du sport », iront à la rencontre de la communauté éducative pour promouvoir la pratique et les valeurs du sport.



## ▶ AGIR POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DE TOUS GRÂCE AU SPORT

### CONSTAT

- Les personnes qui ont une activité physique insuffisante ont un risque de décès majoré de **20 à 30%**.
- 50% des adultes sont en surpoids et, si on ne change rien, ce chiffre passera à **70%** en 2050.
- Les ravages de l'inactivité représentent un coût important pour les finances publiques : **17Md€** pour la sédentarité et **10Md€** pour l'obésité par an dont **8,4Md€** pour l'assurance-maladie (étude Asterès mars 2022).
- Or, nous avons les cartes en main : la prévention par l'activité physique diminue de **20 à 60%** les risques d'AVC, de **45%** les risques de diabète de type 2 et de **20 à 50%** les risques de cancer. Elle réduit aussi le risque de récurrences de l'ordre de 25%.
- On estime que, si plus d'**1 million** de Français physiquement inactifs atteignaient les recommandations de l'OMS, soit 150 minutes d'activité physique hebdomadaires d'intensité modérée pour les adultes, plus de 250 millions d'euros de dépenses de santé seraient économisés chaque année.

### NOS POLITIQUES CLÉS

- Labellisation d'un réseau de 573 Maisons Sport-Santé partout sur le territoire.
- Prise en charge de l'activité physique adaptée, dès 2024, et pour la première fois, dans le cadre de parcours de soin pluridisciplinaires et dans le cadre de soins post-cancer.

### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

- Les journées « Pour une France en forme » : un événement par région d'avril à mai 2024, en partenariat avec le collectif « Pour une France en forme », le ministère de la Santé et de la Prévention, la CNAM, l'ANESTAPS, le mouvement sportif et Harmonie Mutuelle. Chaque étape sera l'occasion de rappeler les dangers liés à la sédentarité, mais également les voies de rebond, avec des conseils et des bonnes pratiques adaptées à chacun.

## ▶ AGIR POUR FAIRE DU SPORT UN VECTEUR D'INCLUSION ET D'INSERTION

### CONSTAT

#### Le sport, levier d'insertion pour les publics éloignés de l'emploi :

- **1,5 million** de jeunes sont en situation NEET (ni en emploi, ni en étude, ni en formation) soit 13% des 15-29 ans.
- **35%** des jeunes à la recherche d'un emploi ne sont pas accompagnés.

#### Le sport, levier d'inclusion pour les personnes en situation de handicap :

- **12 millions** de Français sont en situation de handicap, dont près de 4 millions ont moins de 60 ans.
- **47%** seulement des personnes handicapées pratiquent une activité sportive régulière alors que 70% se disent intéressées par le sport.

### NOS POLITIQUES CLÉS

#### Le sport, levier d'insertion :

- Labellisation de 10 000 clubs engagés partout sur le territoire.
- Soutien à 1 000 clubs, notamment dans les QPV, pour la création d'emplois d'éducateurs socio-sportifs.
- Organisation pour l'année 2023 de plus de 350 opérations « Du Stade vers l'emploi », en lien avec le ministère du Travail, du Plein Emploi et de l'Insertion et Paris 2024.

#### Le sport, levier d'inclusion :

- Formation de 3 000 nouveaux Clubs Inclusifs à l'occasion des Jeux.
- Réduction du taux de TVA appliqué à l'achat des équipements parasportifs et amélioration des conditions de prise en compensation des prothèses sportives.
- Conditionnement du soutien du ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques à des événements sportifs à des engagements relatifs à l'accessibilité et à l'organisation d'une initiation parasportive.

« [Vous] disiez, « on est une équipe de France de l'insertion. »  
Moi, je dirais, vous êtes une équipe de France de la fraternité. »

Discours du **Président de la République** sur le rôle du sport dans la société à Paris le 23 octobre dernier.

### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

#### Le sport, levier d'insertion :

- À l'initiative du Gouvernement, 150 personnalités du sport français ont rejoint en octobre l'**Alliance pour l'inclusion par le sport**. Ils s'engagent à renforcer concrètement les moyens



d'animation, de médiation et d'intervention en faveur de l'insertion professionnelle et de l'inclusion de chacun, par et dans le sport. Cette alliance sera officiellement installée en janvier 2024. Des ateliers de l'insertion par le sport seront également organisés avec le GIP « Les Entreprises s'engagent ».

#### Le sport, levier d'inclusion :

- Dans le prolongement de la Conférence Nationale du Handicap, les projets sportifs des établissements et services médico-sociaux accueillant des jeunes seront soutenus en 2024 grâce à un appel à projet doté de 10M€, en lien avec les Agences Régionales de Santé.

## ▶ CONTINUER À FORTIFIER LE MODÈLE SPORTIF FRANÇAIS POUR LIBÉRER LE SPORT DE SES MAUX ET AMÉLIORER SA CONTRIBUTION À LA RÉPONSE AUX GRANDS DÉFIS CONTEMPORAINS

### NOS POLITIQUES CLÉS

- **Lutte contre toute les formes de violences et de discriminations dans le sport**, notamment par le renforcement des moyens mobilisés et de l'arsenal juridique et disciplinaire, avec les acteurs du sport.
- **Contribution exemplaire du sport à la transition écologique** : déploiement de la charte des 15 engagements écoresponsables, plan de sobriété énergétique et plan d'adaptation au changement climatique marqué par la production d'un premier guide en 2023 « Pour un été sportif et responsable ».
- **Fortification des modèles économiques du sport**, et tout particulièrement du sport féminin (structuration, professionnalisation, médiatisation).
- **Amélioration des perspectives de reconversion et de protection sociale des SHN**, en cohérence avec la valeur qu'ils apportent à la nation pendant leur carrière de sportifs.

### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

Le 20 mars prochain marquera le coup d'envoi de la **Grande collecte du sport**, une initiative qui vise à récupérer ces milliers d'accessoires inutilisés afin de les remettre en état et de les confier à des associations caritatives. 2024 points de collecte sont déjà identifiés sur l'ensemble du territoire et serviront de relais à cette initiative qui associe constructeurs, distributeurs, associations et acteurs de l'économie sociale et solidaire.

Une convention pour **l'élimination des violences dans le sport**, un colloque sur la **force économique du sport** et un événement organisé pour valoriser la **pratique sportive féminine** rythmeront également l'année de la GCN2024.

Les **journées mondiales du bénévolat des 5 décembre 2023 et 2024** seront également des temps forts.

## OBJECTIF 2 MOBILISER LES ACTEURS DU SPORT ET TOUTES LES FORCES VIVES DU PAYS POUR VALORISER LA PLACE DU SPORT DANS NOTRE SOCIÉTÉ

Avec la volonté d'embarquer tous les militants du sport pour changer le regard sur le sport dans la société française. Les Jeux olympiques et paralympiques et la Grande Cause Nationale 2024 constituent une occasion immense de rompre avec cette part de l'héritage cartésien qui oppose le corps et l'esprit. Il est temps de donner raison à Pierre de Coubertin qui souhaitait « réconcilier deux anciens divorcés que sont le corps et l'esprit ».

Tout au long de l'année, la GCN2024 valorisera le sport comme une expression de notre culture. Comme celle-ci, le sport génère des émotions, véhicule des valeurs, unit les générations et est source de création.

### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

En cette année olympique et paralympique, le **Loto du patrimoine sera étendu à la préservation et à la restauration de sites sportifs**. « Fort de toutes les similitudes entre sport et patrimoine, il nous a paru naturel, dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2024, d'avoir une attention toute particulière pour le patrimoine sportif, précise Stéphane Bern, le visage du Loto du patrimoine. Dans le respect des règles fixées par la Fondation du patrimoine, nous souhaitons soutenir la restauration de sites sportifs,

et ainsi assurer leur pérennité et leur usage public. J'invite donc les propriétaires de site – souvent des collectivités – à déposer leur candidature sur le site [www.missionbern.fr](http://www.missionbern.fr) »

Organisée en partenariat avec l'association La dictée pour tous et l'Institut de France, la **Grande dictée du sport** associera initiation à l'activité physique et concours de dictée et se déroulera du 20 janvier au 27 avril, jour de la finale sous la mythique Coupole de l'Institut de France. 24 tournois seront organisés partout en France et répartis en quatre catégories de compétiteurs : élèves en élémentaire, collégiens, lycéens et adultes. Chaque tournoi désignera quatre finalistes qui se retrouveront quelques semaines plus tard pour la grande finale.

Le festival **Filmez le sport** se tiendra en mars prochain à Versailles. Durant 5 jours, un programme particulièrement ambitieux a été conçu : une compétition officielle qui réunira une dizaine de films originaux, des prix thématiques, des leçons de cinéma et des conférences ou encore des projections scolaires.

Un **concours de « street art »** permettra également de faire rayonner les liens entre sport et culture partout sur le territoire.

## OBJECTIF 3 INCITER LES FRANÇAIS, À TOUS LES ÂGES ET SUR TOUS LES TERRITOIRES, À FAIRE DAVANTAGE D'APS AVEC L'AMBITION QUE CHAQUE FRANÇAIS EN FASSE AU MOINS 30' QUOTIDIENNES

Avec la volonté de les accompagner, de leur mettre ou remettre le pied à l'étrier en créant des occasions multiples de faire du sport ou de l'activité physique adaptée.

### CONSTAT

La dynamique engagée depuis 2017 en faveur de la promotion de l'activité physique pour tous, partout et à tout âge, porte ses fruits :

En 2022, **60%** des 15 ans ou plus ont pratiqué une activité sportive au moins une fois par semaine, soit **6 points de plus par rapport à 2018**. En valeur absolue, cette augmentation correspond à 3,3 millions de pratiquants réguliers supplémentaires (progression nette des effets démographiques).

Tout au long de l'année, la GCN créera de multiples occasions de faire du sport ou de bouger.

Ce mouvement sera amplifié en ciblant spécifiquement les publics les plus éloignés de la pratique sportive, en particulier :

- **Les femmes** : les 2/3 des Français les plus éloignés de la pratique sportive sont des femmes (INJEP 2020) ;
- **Les seniors** : aujourd'hui 35% des seniors ne pratiquent pas d'activité physique et sportive (INJEP 2020). Alors que 23% de la population française aura plus de 65 ans en 2030, rester actif au troisième âge est clé : 50% de la masse musculaire est perdue à 80 ans si on ne pratique pas d'APS dans les années précédentes ;
- **Les étudiants** : 40% des étudiants ne pratiquent aucune activité physique (étude IGESR publiée en 2022) ;
- **Les personnes en situation de handicap** : 52% n'ont pas d'activité physique et sportive régulière en 2023 (sur 12 millions).

La GCN2024 promouvra également le sport en entreprise, dont les bienfaits ne sont plus à démontrer : meilleure forme physique, baisse du stress, prévention des troubles musculosquelettiques (TMS), hausse de la productivité et de la concentration, diminution de l'absentéisme...



### DANS L'AGENDA DE LA GCN2024

Les occasions de faire du sport avec la GCN2024 seront multiples.

Un **défi 30 minutes** sera lancé tous les 30 du mois, pour faire du sport ou bouger tous ensemble, à tout âge, partout dans le pays.

Un **challenge inter-étudiants 2024** réunira en avril, à Vichy, 12 écoles et universités.

En mai, un **challenge inter-entreprises** valorisera le sport en milieu professionnel et incitera les chefs d'entreprises et les salariés à être plus actifs.

L'été 2024 sera particulièrement riche en initiatives :

- Un **plan « été olympique et paralympique 2024 »**, mobilisant plus de **100M€**, permettra de proposer une offre sportive diverse et de qualité aux jeunes qui en ont le plus besoin.
- Un **bus des plages** sillonnera les côtes et fera 30 étapes pour promouvoir le sport santé et la pratique sportive.

Enfin, de nombreuses compétitions et événements sportifs populaires, comme le semi-marathon de Paris ou Marseille-Cassis, se mettront aux couleurs de la GCN2024.

### LE GRAND TÉMOIN



#### ZINÉDINE ZIDANE

Entraîneur et champion du monde de football

« Le sport, c'est ma vie, mais bien avant d'en faire mon métier, pour moi, c'était synonyme de jeu, de partage, de rire avec les copains du quartier... bref, la vie. On n'a plus besoin de prouver les bienfaits de faire un peu de sport, de faire un peu d'exercice régulièrement... mais en ce qui me concerne, c'est tellement important, pour tout : la santé, le bien-être, le plaisir aussi bien sûr, seul, en famille ou avec les potes ! Chacun fait comme il peut mais on ne regrette jamais de se bouger un peu... juste un peu, mais régulièrement ! Toutes les occasions sont bonnes pour tout le monde ! »



# 1 MARQUEUR FORT :

**UN REPÈRE SIMPLE, ACCESSIBLE ET FÉDÉRATEUR :  
30' D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE PAR JOUR**



## Pourquoi 30 minutes ?

À l'image des 5 fruits et légumes par jour, nous porterons un repère simple, accessible et fédérateur, qui peut trouver sa place dans tous nos quotidiens : 30 minutes d'activité physique quotidienne, à tous les âges. 30 minutes pour combattre la sédentarité. 30 minutes pour être en meilleure santé. 30 minutes pour se sentir mieux, tout simplement.

- ▶ 30' d'activité physique par jour est la recommandation diffusée dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS) depuis 2002 ;
- ▶ 30' d'activité physique par jour est la norme fixée par l'OMS Europe dans sa stratégie sur l'activité physique pour 2016-2025 ;
- ▶ 30' d'activité physique modérée par jour réduit de 30% les risques d'accident cardio-vasculaire.



Une personne de 50 à 71 ans qui remplace une heure de temps assis par jour par une heure d'activité physique modérée à intense peut voir diminuer ses risques de mortalité de 58% et même de 20% avec une simple activité domestique, comme du ménage ou du jardinage, si elle est pratiquée quotidiennement !

**Bouger 30 minutes  
par jour, c'est simple,  
ça fait du bien,  
et ça peut tout changer !**

## Comment faire 30 minutes ?

Les journées de chacun sont complexes. Il est difficile de s'en extraire, et l'activité physique ne peut devenir un réflexe positif qu'à la condition qu'on y prenne du plaisir.

Ces 30 minutes, il ne s'agit donc pas nécessairement de les investir dans une pratique sportive de haut niveau, loin s'en faut ! L'essentiel est de saisir chaque occasion de bouger plus, avec si possible plus d'intensité que d'habitude en consacrant cette demi-heure à des activités adaptées à son rythme, à ses envies, à ses possibilités.

Pour créer un élan, la GCN2024 mobilisera des influenceurs, mais aussi tous ceux qui peuvent être ambassadeurs de ce message simple et crucial : parents, médecins, enseignants, etc.

## Pour faire 30 minutes d'activité physique et sportive par jour, je peux, par exemple :

- Privilégier la marche avec mon enfant pour éviter de prendre la poussette, en allant à l'école ou bien pour toute autre sortie en semaine et le dimanche.
- Proposer à mon enfant ou mon ado' d'adhérer à un club sportif, pour pratiquer, toute l'année, une activité physique qui lui plaise : danse, football, tennis, judo... et bénéficier pour lui du Pass'Sport si je suis éligible.
- M'inscrire dans l'association sportive de mon université ou de mon école, aller courir le dimanche ou bien pratiquer une activité physique à la maison en suivant une séance en vidéo.
- Faire une séance de yoga, de pilates, ou de renforcement musculaire dès que c'est possible dans la journée : avant ou après le travail, ou pendant la pause-déjeuner.
- Adopter un nouveau réflexe si je suis parfois en télétravail : passer mes appels téléphoniques debout pour limiter le temps en position assise.
- Prendre le temps, passé un certain âge, d'une balade en ville ou à la campagne, ou opter pour une solution intérieure (vélo d'appartement, élastiques...).
- Bouger, car c'est bénéfique pour mon corps et mon esprit, même à très faible intensité, si j'ai une activité physique particulièrement limitée.

Pour trouver le sport qui vous convient : [www.sports.gouv.fr/faites-le-quiz](http://www.sports.gouv.fr/faites-le-quiz)



# 5 PILIERS

- 1** La mobilisation d'un collectif de « militants » de la Grande Cause Nationale 2024 composé de sportifs, élus, responsables associatifs, entreprises et grands médias que le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques (MSJOP) fait monter en puissance.
- 2** La création d'un fonds de soutien à hauteur de 5 millions d'euros, géré par l'Agence nationale du Sport (ANS), abondé par l'État et des acteurs publics et privés.
- 3** L'élaboration d'une campagne de communication de grande ampleur avec des événements impactants, la mobilisation des territoires, du monde sportif et des réseaux d'influenceurs, autour du marqueur des 30 minutes et d'un grand temps fort de communication post Jeux olympiques et paralympiques « Après les Jeux, on continue ! ».
- 4** Le déploiement d'une stratégie de labellisation GCN2024 pour soutenir et mettre en valeur des projets innovants et des événements populaires au cœur des territoires, en ville comme à la campagne.
- 5** L'animation d'un agenda 2024 ambitieux rythmé par des temps forts, en cohérence et en complémentarité avec l'agenda olympique et paralympique. Plus de 1 000 événements sont déjà prévus pour rassembler les Français autour du sport, pour faire du sport avec nos concitoyens et pour amplifier nos politiques publiques.

**L'année 2024 doit être un tournant historique pour faire plus que jamais du sport un atout pour répondre aux défis de la sédentarité et du bien-être, de l'émancipation et de l'inclusion, de la cohésion sociale et de l'éducation.**



# NOS « MILITANTS »

## UN COLLECTIF DE MILITANTS DU SPORT ENGAGÉS

### DES AMBASSADEURS EMBLÉMATIQUES



#### MARIE-JOSÉ PÉREC

Athlète olympique,  
trois fois médaillée d'or

« [Je] milite vraiment pour que les jeunes [...] puissent prendre soin d'eux, se faire accompagner et saisir la main des premiers de cordée. »



#### MARIE-AMÉLIE LE FUR

Athlète paralympique,  
neuf fois médaillée aux Jeux et  
Présidente du CPSF

« Pour qu'il soit encore plus présent dans la vie de tous les Français, nous avons besoin de toutes les forces vives du pays. Rejoignez les militants du sport ! »



#### THIERRY HENRY

Champion du monde de football,  
sélectionneur des Espoirs

« Ce que le sport m'a donné, c'est le goût de l'effort, la pugnacité pour aller provoquer ma chance. Il m'a donné la fierté que je ressens quand on parle de mes passes ; le sens du collectif ! »



#### TONY PARKER

Ancien joueur NBA et  
président de l'Asvel

« Je milite pour cette grande cause que représente le sport, le sport qui crée un rêve, qui donne une chance, le sport qui nous rassemble, le sport qui fixe des objectifs, qui pousse au dépassement, malgré les échecs, le sport qui est une école de la vie. »



#### DIDIER DESCHAMPS

Champion du monde de football  
comme joueur et entraîneur

« Si le sport est une passion, c'est aussi une source de bien-être, un vecteur puissant d'émotions et d'unité. [Je] me range bien volontiers parmi les militants du sport. »



#### AMÉLIE MAURESMO

Directrice du tournoi  
de Roland-Garros

« [Le] sport est un terrain sur lequel des enjeux de société peuvent prendre forme, et justement, on a la main sur cette forme. Dans le cadre des fonctions que j'occupe actuellement à Roland-Garros, j'essaie par exemple de produire un événement plus responsable et solidaire. Je souhaite également aller plus loin en matière d'inclusion des femmes, de sport-santé et même d'environnement. Militer pour le sport, c'est militer pour des choses assez simples finalement, universelles. »



#### THIERRY MARX

Chef cuisinier étoilé et  
président fondateur de Pass'Sport  
pour l'emploi

« Le sport a été le meilleur cadre éducatif que je pouvais espérer. Alors oui, je milite pour le sport pour que tous les jeunes, et surtout ceux qui ont des difficultés, puissent se construire et aller de l'avant. »



#### MICHAËL JÉRÉMIASZ

Tennisman paralympique,  
trois fois médaillé aux Jeux

« Le sport et l'activité physique partagée sont à mon sens le plus puissant outil politique pour faire valoir le droit fondamental des personnes pour une société équilibrée et en bonne santé. »



### MICHEL CYMES

Médecin et chroniqueur

« Je suis devenu militant du sport parce que, si pendant des décennies, la médecine disait que le sport était bon pour la santé de façon plus ou moins empirique, aujourd'hui nous disposons d'études, de statistiques, de chiffres qui vont tous dans le même sens. Si vous voulez gagner des années d'espérance de vie en bonne santé... il faut bouger ! »



### MARINE LORPHELIN

Médecin et chroniqueuse santé

« Au-delà des bénéfices largement prouvés sur la santé physique et mentale, le sport est un levier majeur de réussite, au niveau individuel et collectif. Le sport renforce notre humilité, notre détermination et notre confiance en nous. Par les rencontres qu'il provoque et le partage d'émotions intenses, il crée des liens sociaux forts. Je suis convaincue de la puissance du sport comme énergie positive dans la vie de chacun. »

... et d'autres nous rejoindront encore !

## DES PARTENAIRES ENGAGÉS

... et d'autres à venir !\*

### Les acteurs publics



### Les entreprises militantes



### Les associations



### Les médias



\* Informations et contacts pour devenir militant de la Grande Cause Nationale : [contact@grandecause-sport.fr](mailto:contact@grandecause-sport.fr)





**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

GRANDE CAUSE NATIONALE  
**30 JOURS!**  
CHAQUE JOUR ●

## Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques

95 avenue de France

75650 Paris cedex 13

[www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr)

[www.grandecause-sport.fr](http://www.grandecause-sport.fr)

