

LE FIGARO - « Sportculture 2020 »

Suite à l'interview de « Sportculture 2020 » par « LE FIGARO », vous pouvez retrouver ci-dessous l'article d'Anne Prigent, publié dans le FIGARO Santé d'avril-mai-juin 2018.

Extrait : « *Faire du sport est donc bel et bien épanouissant à plus d'un titre. D'où la place prépondérante qu'il doit prendre en cœur de ville pour amener les jeunes à la citoyenneté. C'est en tout cas ce que défend Jean-pierre Faye, auteur de « Sport quelles sont tes victoires ? » et à l'origine du site « Sportculture 2020 ». Si on veut accompagner les jeunes, il faut repérer leur passion et à partir de cette dernière »*

DOSSIER

Le sport, un formidable outil pour tisser du lien social

C'est une dimension souvent oubliée, et pourtant, l'une des motivations principales pour faire du sport. Le lien social que génère la pratique d'un sport permet souvent de déplacer les rapports hiérarchiques, de favoriser la solidarité et de « sortir de sa bulle ».

A la question « Pourquoi faire du sport ? », nous répondons que nous enfilons baskets, crampons, short pour nous maintenir en forme, gagner en souplesse, mincir, nous muscler, nous détendre... Nous oublions souvent de mentionner un autre aspect, et non des moindres, qui nous pousse à nous lever tôt le dimanche matin pour nous rendre sur un terrain de foot, dans un centre équestre, ou pour enfourcher un vélo : le lien social. Loin des réseaux sociaux, le sport permet de se retrouver entre amis, de rencontrer des personnes partageant la même passion, de créer du lien. « Mon mari et moi, nous marchions énormément. Depuis son décès, je fais de la randonnée dans un club. Toutes les semaines, je retrouve la même bande, et peu à peu, des liens se sont tissés... nous dinons ensemble tous les mois », raconte Colette, 78 ans. « Je suis arrivé il y a quelques mois à Bordeaux, je ne connaissais personne. Je me suis

inscrit au club de hand-ball, ce qui m'a permis de me faire quelques copains assez rapidement », explique Baptiste, 24 ans. Cette dimension relationnelle du sport est encore bien plus importante pour les personnes handicapées ou malades. « Les personnes malades ont tendance à s'isoler. Pour bouger, il faut de l'énergie, et cette dernière passe aussi par le lien social », explique le docteur Gilbert Pérès, médecin du sport, enseignant à l'université Pierre-et-Marie-Curie.

« Les échanges avec des femmes atteintes de la même maladie (cancer du sein, ndr) sont tout de suite amicaux, et il en ressort une énorme solidarité », témoigne Pascale sur le site de l'hôpital Saint-Louis.

Et même lorsque nous ne sommes pas sur un terrain ou sur un vélo, le sport est un sujet de discussion permanent dans nos échanges au bureau ou au bistrot... « Tu as vu ce but, samedi dernier ? » « Quel temps tu as fait au semi-marathon ? » Dans les

entreprises, de plus en plus nombreuses, qui proposent à leurs salariés des activités sportives, la pause sport est aussi un excellent moyen de créer du lien. « La salle de sport me permet d'échanger avec des collègues d'autres services, que je croise depuis des années dans les couloirs sans jamais leur parler », explique Thierry, cadre dans une mutuelle. « Et puis nous sommes tous au même niveau. Tu peux transpirer à côté du directeur financier », s'amuse-t-il.

Amener les jeunes à la citoyenneté

Faire du sport est donc bel et bien épanouissant à plus d'un titre. D'où la place prépondérante qu'il doit prendre au cœur de la ville pour amener les jeunes à la citoyenneté. C'est, en tout cas, ce que défend Jean-Pierre Faye, auteur de *Sport, quelles sont tes victoires ?* et à l'origine du site sport-culture 2020. « Si on veut accompagner les jeunes, il faut repérer leur passion, et à partir de cette dernière, les aider à s'intégrer à la société », affirme-t-il.

Sur son site, il explique que chaque « espace de vie » qui rayonne autour d'une école devrait comporter des lieux de déclinaison des politiques sportives, culturelles, périscolaires, sociales... accessibles, avec un maximum de sécurité, à pied, à vélo, en rollers, en skate, en trottinette. « Aujourd'hui, il n'est plus possible de construire un équipement sportif sans imaginer des cheminements doux pour permettre aux enfants d'y venir en toute sécurité », souligne l'urbaniste. Et de rappeler que cette préoccupation ne date pas d'hier. « Sur le site de Delphes, en Grèce, le chemin qui mène au stade était conçu pour favoriser la vie sociale », conclut Jean-Pierre Faye.

■ A. P.

En permettant de tisser des liens hors de son milieu social ou de sortir de son isolement, le sport bénéficie aussi à l'équilibre affectif et à la santé mentale.

