Entretiens
Jacques
Cartier



Colloque

« Activité Physique Adaptée & Grand Âge : Lever les verrous sociétaux et cliniques »



Mardi 10 novembre 2026
au CRIUGM (Montréal)

Centre
Jacques
Cartier

Entretiens Jacques Cartier - Colloque

«Activité Physique Adaptée & Grand Âge : Lever les verrous sociétaux et cliniques»

CRIUGM - amphithéâtre Maurice
4545 Queen Mary
Montréal (Québec – Canada)

Comité scientifique:

Aubertin-Leheudre Mylène, PU
Falandry Claire, PU-PH

Comité Organisateur:

Benabdallah Hanane
Youssef Layale
O'Farrell Amanda
El-Oueslati Haroun
Bezeau Prosper



Avant propos



Nous sommes heureux de vous accueillir au sein de ce colloque, organisé dans le cadre des entretiens Jacques Cartier, édition 2026.
Lors de cette journée et à travers notre programmation et nos échanges, nous nous interrogerons sur les déterminants de l'engagement dans l'Activité Physique Adaptée (APA) comme vecteur de préservation de l'indépendance fonctionnelle.

Nous déconstruirons l'injonction normative du « bien vieillir » et analyserons la triangulation des freins propres aux patients (liminalité, non-adhésion), au corps social (frontière ténue entre stimulation et maltraitance) et aux professionnels de santé (désintérêt, démotivation, voire âgisme).

Finalement, nous identifierons comment les modèles français et québécois répondent à ces freins et les ponts à faire entre ces 2 entités pour améliorer le vieillissement.

Ainsi, nous espérons que ce colloque vous permettra de lever les verrous sociétaux et cliniques pour une meilleure intégration de l'activité physique adaptée à travers le grand âge.

Le comité organisateur



Sommaire

APERÇU DU PROGRAMME

SESSION 1: « ***L'âgisme et l'injonction normative dans le bien vieillir par l'activité physique»*** 4

- Pauline Gouttefarde (Université Jean-Monnet Saint-Étienne)
- Martine Lagacé (Université d'Ottawa)
- Suzanne Laberge (Université de Montréal)

SESSION 2: ***«Résistances par les soignants vis à vis de la pratique de l'APA par les sujets âgés fragiles»*** 9

- Mylène Aubertin-Leheudre (UQAM/ CRIUGM)
- Claire Falandry (Hospices Civils de Lyon / U Lyon 1)
- Nathalie Barth (Gérontopôle AURA)

SESSION 3: ***«Ingénierie territoriale : implantation de l'APA vers le tissu associatif et le milieu de vie»*** 14

- Mélanie Levasseur (Université de Sherbrooke)
- Guillaume Millet (Université Jean-Monnet, Saint-Etienne)
- Amandine Baudot (Institut PRESAGE / CHU Saint-Etienne)

SESSION 4: «**Comment et pourquoi intégrer l'APA au cours du vieillissement»** 19

- Regard des municipalités: Sarah Desjardins (Ville de Longueuil)
- Regard de la santé publique: Kim Lestage (CIUSSS Montérégie-Est)
- Regard de la profession: Valérie Lucia (OEQ - Dir – volet Kinésiologie)
- Regard des aînés: Robin Drolet (volet communauté)
- Regard des directions des soins : Carol Gendry (Hospices Civils de Lyon)
- Regard académique: Fabrice Brunet (Vice-Recteur Santé, UQAM)
- Regard des gérontopôles: Nathalie Barth (Directrice Gérontopôle AURA)

SESSION 5: **«Plénière de synthèse et perspectives. Co-construction de la matrice d'action finale, identifications des étapes ultérieures »** 22

- Mylène Aubertin-Leheudre (UQAM / CRIUGM)
- Claire Falandry (Hospices Civils de Lyon / Université Lyon 1)
- Raymond Le Moign (Directeur Général desHospices Civils de Lyon)
- Sylvie Belleville (Directrice du Réseau Québécois de Recherche en Vieillissement)
- Fabrice Brunet (Vice-Recteur Santé, UQAM)
- Valérie Lucia (OEQ : Dir – volet Kinésiologie

SESSION 1:

«L'âgisme et l'injonction normative dans le bien vieillir par l'activité physique»



Pauline GOUTTEFARDE
Dr en Santé Publique, Cheffe de projets Gérontopôle AURA (France)

Titre: « *Regards transculturels sur les normes et les relations intergénérationnelles* »

Résumé: L'injonction au « bien vieillir » s'appuie aujourd'hui largement sur la promotion de l'activité physique, présentée comme une condition du maintien de l'autonomie, de la santé et de la participation sociale. Si cette promotion répond à des enjeux sanitaires réels, elle contribue également à définir les comportements attendus des personnes avançant en âge. Que révèle-t-elle de notre rapport collectif à la vieillesse ?
Dans le prolongement de ma thèse, *Analyse transculturelle de l'âgisme et des relations intergénérationnelles*, cette intervention propose d'interroger la manière dont les normes du vieillissement actif s'inscrivent dans des représentations sociales et culturelles de l'âge. Valoriser l'activité, la mobilité et l'autonomie peut sembler émancipateur, mais cette valorisation risque aussi de produire une distinction entre les personnes âgées considérées comme actives et celles perçues comme dépendantes. Cela souligne l'importance de replacer les représentations de l'âge dans leurs contextes culturels.
Cette tension invite à penser l'âgisme au-delà des attitudes explicitement négatives : il peut également se manifester dans des discours bienveillants qui prescrivent une manière légitime de vieillir. Ces normes traversent les relations intergénérationnelles, en façonnant les attentes des proches, les représentations collectives et les formes de reconnaissance sociale accordées aux personnes âgées.
La mise en perspective des contextes français, canadien et camerounais permet d'interroger la portée de ces modèles et leur capacité à prendre en compte la diversité des expériences du vieillissement. Comment encourager l'activité physique sans transformer une ressource en vecteur de discrimination ?

Biographie: Pauline Gouttefarde est docteure en santé publique et psychologue sociale. Ses recherches portent sur l'âgisme, les représentations sociales du vieillissement et les relations intergénérationnelles. Sa thèse a analysé les expressions et les déterminants socioculturels de l'âgisme dans trois contextes culturels (France, Canada, Cameroun), mettant en évidence l'influence des normes sociales et des systèmes de valeurs sur les perceptions de l'âge et du vieillissement. Elle s'intéresse particulièrement à l'âgisme dans les soins, à ses effets sur la qualité de l'accompagnement et à la conception d'interventions de sensibilisation destinées aux professionnels et aux institutions de santé



Martine LAGACÉ
Vice-rectrice et Professeure titulaire, Dpt de communication, U Ottawa (Canada)

Titre: « *Bouger ou s'arrêter : quand l'âgisme érode le sentiment de capacité au grand âge* »

Résumé: La segmentation par les âges constitue bien souvent le principe structurant de l'organisation sociale, lequel est reproduit dans les discours institutionnels. Ainsi, évoquer des "catégories" sociales basées sur l'âge ouvre la voie à des normes, à des standards, qui prennent la forme de stéréotypes âgistes prescriptifs; d'autant que ces "catégories" ne bénéficient pas d'un statut égal. Ainsi, quelles « prescriptions » âgistes sous-tendent ce que l'on désigne comme le « grand âge », s'agissant particulièrement de l'activité physique? Ces prescriptions sont-elles guidées par une représentation polarisée du vieillissement, de type « succès/échec » et dans l'affirmative, quel en est l'impact sur les personnes dites du « grand âge »? Ces questions orienteront notre réflexion critique, en s'appuyant notamment sur le cadre théorique du *Modèle de contenu des stéréotypes* ainsi que sur les concepts d'âgisme hostile, d'âgisme de compassion et d'intériorisation de l'âgisme. Nous y répondrons aussi, partiellement à tout le moins, avec les résultats d'une étude menée auprès de personnes aînées canadiennes (moyenne d'âge de 75 ans), suggérant un effet d'amoindrissement du sentiment de capacité d'agir, de réaliser les activités mêmes du quotidien, en réponse à des attitudes âgistes. Ces résultats, nous en faisons l'hypothèse, en appellent à recadrer, à repenser l'activité physique au grand âge non pas comme une lutte contre la vieillesse non plus qu'une performance, mais plutôt comme la préservation d'une capacité d'agir, elle-même à repenser face aux multiples parcours du vieillissement.

Biographie: En plus de ces fonctions actuelles, Pre Lagacé a été vice-doyenne à la gouvernance de la Faculté des arts (2014 à 2018) ainsi que directrice du département de communication (2011 à 2012). Outre son expérience administrative, elle détient une vaste expertise journalistique, ayant œuvré au sein de la Société Radio-Canada durant plus de 10 ans. Les travaux de Pre Lagacé ont grandement contribué à l'avancement des connaissances sur les aspects psychosociaux du vieillissement, particulièrement quant aux tenants et aboutissants de la discrimination sur la base de l'âge. Elle a mené plusieurs enquêtes afin de mieux comprendre les manifestations et les répercussions de l'âgisme. Dans le monde francophone, ses travaux universitaires sur l'âgisme font figure de pionniers. Elle est d'ailleurs la directrice de deux ouvrages sur l'âgisme et publie régulièrement des articles dans des revues universitaires. Pre Lagacé a contribué à plusieurs organisations, notamment au Conseil national des aînés, à l'Institut du savoir Montfort, à l'Institut de recherche LIFE et à l'IUGM. Elle a également établi plusieurs collaborations de recherche à l'échelle internationale, notamment en France et en Italie.



Suzanne LABERGE
Professeure titulaire, Fac Médecine, École de Kinésiologie, U Montréal (Québec)

Titre: « *Les personnes octogénaires bougent-elles plus face à la menace du « mal vieillir » ?*»

Résumé: Les campagnes médiatiques de promotion de l'activité physique auprès des personnes âgées prennent souvent la forme d'une injonction à « bien vieillir », laissant planer la menace du « mal vieillir » sur celles et ceux qui ne bougent pas suffisamment. À travers quelques exemples, nous examinerons comment ces messages peuvent véhiculer des normes du vieillissement et faire peser sur les individus la responsabilité de leur propre santé. Nous porterons ensuite notre regard sur les conditions de vie particulières des nonagénaires, trop souvent invisibilisés dans les statistiques qui regroupent les personnes de 65 ans et plus. Un bref survol de leurs réalités distinctives permettra de mettre en lumière la diversité de leurs situations et les inégalités qui influencent leurs possibilités de pratiquer des activités physiques. Comment, dès lors, favoriser l'activité physique chez les personnes plus âgées (aussi appelées très âgées), telles que les nonagénaires qui vivent souvent seules, sans renforcer les injonctions normatives ni faire abstraction de leurs conditions de vie? Nous questionnerons la pertinence des applications numériques pour rejoindre les nonagénaires contemporaines. Nous proposerons plutôt des pistes d'intervention qui privilégient des activités physiques ancrées dans la vie quotidienne, adaptées aux réalités de chacun-e et porteuses de sens, et ce, en ciblant le plaisir, la satisfaction et le sentiment d'autonomie, plutôt que d'imposer un modèle unique du « bien vieillir ».

Biographie: Suzanne Laberge détient un doctorat en anthropologie ainsi qu'une maîtrise en kinésiologie. Elle est professeure honoraire à l'École de kinésiologie et des sciences de l'activité physique de la Faculté de médecine de l'Université de Montréal. Ses travaux de recherche portent principalement sur les déterminants sociaux de la pratique d'activités physiques et sportives, les stratégies de promotion de l'activité physique et l'évaluation de programmes en ce domaine. Dans les années 2000 elle a dirigé une équipe de recherche sur la conception du bien-vieillir chez les femmes âgées de 65 à 75 ans. Cette recherche a permis de mettre en lumière l'impact des différentes trajectoires de vie au plan socioéconomique sur la conception du bien-vieillir et l'expérience du vieillissement. Plus récemment, elle a procédé à l'évaluation de la mesure gouvernementale À l'école, on bouge! visant à accroître le temps d'activité physique en milieu scolaire, ainsi qu'à des programmes cherchant à réduire les inégalités sociales (genre, classe sociale, appartenance ethnique) en matière d'activité physique. Elle collabore également à des recherches portant sur les enjeux de l'interdisciplinarité en sciences de la santé.

Notes relatives à la session:

SESSION 2:

« Résistances par les soignants vis à vis de la pratique de l'APA par les sujets âgés fragiles »



Mylène AUBERTIN-LEHEUDRE
Pr titulaire, Fac Sciences, Dpt Sciences de l'activité physique, UQAM (Québec)

Titre: « *l'activité physique comme soin usuel incontournable ? »*

Résumé: Étant donné que la prévalence des personnes âgées augmente dans le monde et que le vieillissement est l'un des principaux facteurs de risque de maladies chroniques, de morbidité et de mortalité, il est important d'étendre la recherche pour prolonger la durée de vie en santé. Parmi les facteurs qui permettent l'espérance de vie en santé figure la fonction musculaire. De plus en plus de preuves montrent que l'activité physique est liée au vieillissement en bonne santé et est un des déterminants principaux de la trajectoire de vie et de soins des personnes âgées.
Cette présentation mettra en évidence l'implantation de programmes d'activité physique adaptée et pragmatique dans différents contextes de soins gériatriques afin de contrer le déconditionnement et le déclin physique.

Biographie: Pre Aubertin-Leheudre est professeure titulaire à l'UQAM et chercheuse au CRIUGM, Elle est titulaire d'une Chaire de recherche du Canada de niveau 1 (IRSC) et dirige le laboratoire du muscle et de sa fonction (LMF). Pre Aubertin-Leheudre est responsable de la plateforme de Recherche en Activité physique et Vieillissement (RAVIE) du CRIUGM et est conseillère scientifique auprès du FRQS. En tant que chercheuse principale désignée, elle a obtenu plus de 6 millions de dollars de subventions et publié plus de 160 articles. Depuis son entrée en poste en 2009, son programme de recherche porte sur les effets de l'activité physique adaptée et de la sédentarité sur la santé physique des personnes âgées ou des adultes d'âge moyen (par exemple: ménopause, obésité, sarcopénie et fragilité). Ses travaux empiriques portent sur: 1) les changements de la fonction musculaire tout au long de la vie; 2) l'identification des determinants de la fonction musculaire (par exemple, les habitudes de vie, la condition physique, les maladies chroniques, la supplémentation nutritionnelle et le tissu adipeux); et 3) l'évaluation des effets spécifiques des interventions non pharmacologiques et leur mise en œuvre dans des contextes réels tout au long des parcours de vie et de soins.



Claire FALANDRY,
PU- PH, Hospices Civils de Lyon & Université de Lyon 1 , Lyon (France)

Titre: « *Résistances des soignants vis-à-vis de la pratique de l'activité physique adaptée chez les sujets âgés fragiles»*

Résumé: Malgré des preuves solides des bénéfices de l'APA chez les personnes âgées fragiles, sa mise en œuvre demeure limitée. Cette présentation explorera les principales résistances exprimées par les professionnels de santé et les pistes susceptibles de les dépasser. Les contraintes organisationnelles constituent un premier frein majeur. L'absentéisme, la rotation des équipes et les enjeux de disponibilité des professionnels dans un contexte de besoins d'accompagnement croissants favorisent une approche centrée sur la compensation des incapacités. Pourtant, préserver le tonus musculaire et les capacités fonctionnelles de patients même très dépendants peut faciliter les transferts et la mobilisation, tout en réduisant la pénibilité physique des soins. Cette réflexion participe à la valorisation du rôle des soignants de proximité comme acteurs de la préservation de l'indépendance fonctionnelle. La peur de la chute représente un second obstacle fréquemment rencontré. Une approche graduée du risque, associant exercices réalisés en autonomie dans des positions sécurisées et activités en charge lors d'un accompagnement adapté, permet de concilier sécurité et maintien de l'activité. Enfin, l'impact troubles neurocognitifs sur la capacité des patients à respecter durablement une consigne est souvent avancé comme limite à l'APA. Si cet impact est réel, la ritualisation chez ces patients d'activités réalisées conjointement peut réduire l'anxiété, stabiliser certains troubles psycho-comportementaux et renforcer le sentiment de sécurité. Pour les aidants, ces routines partagées peuvent valoriser leur rôle, renforcer le sentiment d'utilité et donner davantage de sens aux temps vécus ensemble. L'APA apparaît ainsi comme un outil à la fois fonctionnel, relationnel et psychosocial.

Biographie: Claire Falandry est professeur de gériatrie à l'Université Lyon 1. Spécialiste du cancer de la personne âgée aux Hospices Civils de Lyon, elle mène des travaux sur la vulnérabilité gériatrique, la pré-habilitation et l'adaptation des traitements anticancéreux chez les patients âgés. Directrice de la recherche et de la formation à l'Institut du Vieillissement, elle promeut l'universitarisation des spécialités médicales et paramédicales de la gériatrie au travers de travaux de recherche et de formation-action, notamment dans les domaines de la sarcopénie, de la dysphagie sarcopénique et de la réadaptation.



Nathalie BARTH
Directrice du Gérontopôle, Gérontopôle AURA (France)

Titre: « *Les résistances des professionnels de santé vis-à-vis de la pratique d'APA chez le public vieillissant fragilisé* »

Résumé: Avec le vieillissement de la population, la prévention de la perte d'autonomie constitue un enjeu majeur de santé publique. L'activité physique adaptée (APA) représente un moyen de préserver les capacités fonctionnelles, l'équilibre, la mobilité et la qualité de vie des personnes âgées, notamment celles en situation de fragilité. Elle désigne une pratique physique individualisée, ajustée à l'état de santé, aux capacités et aux besoins de chaque personne. En France, la prescription d'APA s'inscrit dans une démarche de prévention et de prise en charge non médicamenteuse. Elle permet d'orienter les personnes atteintes de pathologies chroniques vers des programmes encadrés par des professionnels qualifiés. Toutefois, son développement se heurte à plusieurs obstacles, et particulièrement chez les publics vieillissants fragilisés qui n'apparaissent pas comme la cible prioritaire. Les travaux conduits rendent compte des difficultés liées au passage de la recommandation à la prescription effective de l'APA chez les seniors. Les professionnels de santé peuvent exprimer des réticences liées au manque de connaissances sur ses bénéfices, à une formation insuffisante, aux risques de chute ou d'aggravation de certaines pathologies, ainsi qu'au manque de temps et de dispositifs adaptés de proximité. Les contraintes financières et l'insuffisance de structures accessibles constituent également des freins importants. Ces résistances peuvent conduire à privilégier les traitements médicaux traditionnels au détriment de l'activité physique, malgré son intérêt préventif. Il apparaît donc essentiel de renforcer la formation des soignants, de développer la coopération entre professionnels de santé et enseignants en APA, et de faciliter l'accès aux dispositifs de pratique. Ainsi, promouvoir l'APA chez les personnes âgées fragilisées nécessite de dépasser les représentations négatives du vieillissement et de reconnaître l'activité physique comme un véritable levier de santé globale, d'autonomie et de qualité de vie.

Biographie: Nathalie Barth est directrice du Gérontopole AURA. Docteure en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS), son domaine d'expertise scientifique est plus précisément la sociologie des activités physiques adaptées (APA) au prisme des parcours de santé. Les questions d'engagement dans un style de vie plus actif lorsqu'on est fragilisé par l'âge, les conditions sociales et l'avenant de pathologie est au cœur des travaux. Au-delà des leviers motivationnels, l'enjeu est de participer aux stratégies d'aller vers les publics fragilisés/en situation de vulnérabilité sociale en mobilisant les outils du marketing en santé et les concepts de littératie en santé pour l'adoption de nouveaux comportements de santé incluant la pratique d'une activité physique régulière.

Notes relatives à la session:

SESSION 3:

« Ingénierie territoriale : implantation de l'APA vers le tissu associatif et le milieu de vie »



Mélanie LEVASSEUR

Professeure titulaire, École de réadaptation, U Sherbrooke (Québec)

Titre: *« **Promosanté**: un exemple d'intervention de télésanté multimodale par, pour et avec des personnes aînées en partenariat avec le communautaire et le réseau de santé »*

Résumé: Afin de prévenir le déconditionnement et de soutenir l'autogestion de la santé des personnes aînées, il a été montré qu'il était important d'impliquer les personnes aînées et de favoriser les collaborations entre les organismes communautaires et les établissements de santé. Ainsi, une intervention de télésanté 'Promosanté' impliquant des modules en activité physique, en ergothérapie et en psychologie a été co-créée par, pour et avec des personnes aînées, des professionnels de la santé et des organismes communautaires. **Objectif:** Explorer les effets de Promosanté sur la mobilité, la qualité de vie et la participation sociale des personnes aînées. **Méthodologie:** Via une approche de laboratoire vivant, les effets de PromoSanté sur la mobilité ont été évalués via des montres intelligentes, un test chronométré du lever de chaise, l'*International physical activity questionnaire*, *Life space assessment*), la qualité de vie (SF-36 et *Late-Life Function and Disability*) et la participation sociale (échelle de participation sociale) des personnes aînées avant et après l'intervention. Des entretiens individuels ont aussi été menés auprès des participants. **Résultats:** Les 14 participantes ayant complété l'étude étaient toutes des femmes d'âge médian de 75 ans. Leur adhésion était de 88,8 % pour les séances synchrones et de 39,8 % pour les séances asynchrones. Leur mobilité et leur qualité de vie se sont améliorées cliniquement, tandis que les autres résultats sont demeurés stables. Les participantes ont également rapporté des bénéfices sur les plans physique et psychosocial. **Conclusion:** Promosanté est une intervention prometteuse pour améliorer ou maintenir la mobilité, la qualité de vie et la participation sociale des personnes aînées. Plus d'études sont nécessaires pour adapter cette intervention multimodale de télésanté axée sur l'autogestion de la santé et la participation sociale de personnes aînées à risque de déconditionnement.

Biographie: En plus d'être titulaire d'une chaire de recherche du Canada, elle est professeure titulaire à l'École de réadaptation de l'Université de Sherbrooke et chercheure au centre de recherche sur le vieillissement de Sherbrooke. Ergothérapeute de formation, elle s'est spécialisée en recherche clinique (gériatrie & réadaptation) et en santé publique (promotion de la santé). Forte d'une expérience de plus de 20 ans en recherche, elle a dirigé une dizaine de projets de recherche participative, publié plus de 140 articles et reçu plusieurs subventions comme chercheure principale. Plus spécifiquement, son programme de recherche porte sur le développement et l'évaluation d'un continuum d'interventions innovantes pour favoriser la participation sociale des aînés. Ces interventions incluent l'Accompagnement-citoyen personnalisé d'intégration communautaire (APIC), le programme Remodeler sa vie (Lifestyle Redesign®), l'Indice du potentiel de participation sociale (IPPS) et l'outil promosanté. De plus, afin de favoriser autrement la participation sociale des aînés, d'autres interventions innovantes visent à rompre avec l'âgisme, à stimuler socialement les aînés grâce à la robotique, à développer l'entraide entre citoyens et à revitaliser des centres-villes plus inclusifs.



Guillaume MILLET
Professeur des Universités, STAPS, U Jean Monnet de Saint Étienne (France)

Titre: *« Lutter contre la fatigue des personnes âgées pour retarder la perte d'autonomie : EvaLife une solution pour s'entrainer à domicile»*

Résumé: La diminution de la masse musculaire liée à l'âge contribue largement à la baisse de la force, en particulier après 75 ans. Le rythme de déclin de la force musculaire des membres inférieurs est hétérogène et peut être influencé par le niveau d'activité physique. Outre le déclin lié à l'âge de la capacité à produire une force maximale, la fatigabilité, définie comme une réduction aiguë des capacités fonctionnelles induite par l'effort après une tâche physique, peut également compromettre la réalisation des activités de la vie quotidienne, surtout lorsque les tâches sont dynamiques. Compte tenu de la diminution de la $\dot{V}O_2$max liée à l'âge et de l'augmentation du coût énergétique d'une tâche donnée, comme la marche, les activités quotidiennes sont réalisées à un pourcentage plus élevé de la $\dot{V}O_2$max. Ceci rend les tâches courantes plus pénibles chez les personnes âgées et très âgées et pourrait contribuer à l'augmentation de leur fatigue chronique.
Dans cette présentation, nous :
1) discuterons de la pertinence d'interventions ciblées sur les déficits ou l'étiologie de la fatigue pour améliorer la qualité de vie et l'indépendance des personnes âgées.
2) évoquerons aussi le projet EvaLife qui vise à développer l'entraînement individualisé à domicile.

Biographie: Guillaume Millet (PhD) est professeur de physiologie de l'exercice. Il a d'abord occupé divers postes académiques en France, dont 4 ans à l'INSERM. En 2013, il a rejoint l'université de Calgary où il a dirigé une équipe de recherche sur la fatigue neuromusculaire. De retour en France en 2018, il a obtenu 1,2 million d'euros pour monter son équipe de recherche et a été invité à diriger la chaire universitaire ActiFS puis le laboratoire LIBM. Il est désormais le responsable scientifique de la Graduate School PATHS de l'UJM et de l'Institut Régional de Médecine et d'Ingénierie du Sport (IRMIS). Il a été nommé membre senior de l'Institut Universitaire de France en 2019, puis de nouveau en 2024. Sa recherche porte sur la compréhension de la fatigue des athlètes aux patients et sur l'optimisation d'interventions d'entraînement individualisées pour soulager ce symptôme invalidant. À ce jour, il a publié plus de 330 articles dans des revues scientifiques (citation: > 20 000; indice H: 78). Il a supervisé plus de 50 postdoctorants et doctorants venant de 16 pays différents. Il a également été invité près de 220 fois dans des conférences nationales et internationales. Finalement, il a aussi publié 6 ouvrages sur la physiologie, la santé, la fatigue ou l'entraînement dans les sports d'endurance.



Amandine BAUDOT

Ingénieur de Recherche & Méthodologiste en Santé Publique ;CHU de Saint-Étienne (France)

Titre: « Des parcours de santé aux milieux de vie, quels leviers pour une implantation durable de l'activité physique adaptée ? »

Résumé: Le développement de l'activité physique adaptée (APA) auprès des personnes âgées ne repose pas uniquement sur l'existence d'une offre structurée. Il dépend également de son articulation avec les parcours de santé, de la mobilisation des acteurs associatifs et de son intégration dans les milieux de vie. L'enjeu est ainsi de comprendre les conditions qui permettent de faciliter l'accès à l'APA, de favoriser l'engagement des personnes et de soutenir la continuité de leur pratique.

À partir de travaux de recherche portant sur la conception et l'évaluation d'interventions complexes en santé publique, notamment dans le champ de l'activité physique en oncologie, cette communication mobilise les sciences de l'implémentation pour analyser les facteurs qui favorisent ou freinent l'intégration de l'APA dans les pratiques professionnelles, les organisations et les milieux de vie. Cette approche invite à considérer les associations et les acteurs locaux comme des partenaires de la conception, de l'adaptation et de la mise en œuvre des interventions, en tenant compte des spécificités de chaque contexte.

La communication présentera des pistes méthodologiques pour analyser les besoins des personnes, les ressources locales et les conditions sociales et organisationnelles qui influencent l'accès à l'APA. Elle abordera également les modalités de co-construction de stratégies avec les acteurs concernés et l'évaluation des conditions d'implantation et de pérennisation des interventions. L'objectif est de contribuer au développement d'une APA accessible, adaptée aux besoins des personnes âgées et durablement intégrée dans leur vie quotidienne.

Biographie: Docteure en santé publique, en plus de mon poste au sein du CHU de Saint-Étienne, je suis co-porteuse de la chaire HYgée de l'Institut PRESAGE. Mes travaux portent sur la conception, l'implantation et l'évaluation d'interventions visant à promouvoir l'activité physique et d'autres comportements favorables à la santé. Je m'intéresse particulièrement aux stratégies facilitant l'intégration durable de ces interventions dans les organisations et les territoires, en mobilisant des méthodes mixtes et les sciences de l'implémentation.

Notes relatives à la session:

SESSION 4:

« Comment et pourquoi intégrer l'APA au cours du vieillissement »

Regards croisés entre les acteurs :

Table ronde:

❑ *Regard des municipalités amis des aînés*
Sarah Desjardins (Ville de Longueuil)



❑ *Regard de la santé publique*
Kim Lestage (CIUSSS Montérégie-Est)



❑ *Regard de l'ordre des Ergothérapeute du Qc*
Valérie Lucia (Direction – volet Kinésiologie)



❑ *Regard des ainés*
Robin Drolet (volet communauté)



❑ *Regard des directions des soins*
Carol Gendry (Hospices Civils de Lyon)



❑ *Regard académique*
Fabrice Brunet (Vice-Recteur Santé, UQAM)



❑ *Regard des gérontopôles*
N**athalie Barth** (Directrice - Gérontopôle AURA)



Notes relatives à la session:

Notes relatives à la session:

SESSION 5:

« Plénière de synthèse et perspectives. Co-construction de la matrice d'action finale, identifications des étapes ultérieures »

Table ronde:

Objectif:

À travers des échanges et suite à chacune des sessions de la journée cette table ronde visera à co-construire une matrice d'action finale et identifier des étapes ultérieures

Modératrices:



❑ **Mylene Aubertin-Leheudre** (PU; UQAM. Kinésiologue)



❑ **Claire Falandry** (PU-PH; U Lyon 1 – HCL; Gériatre)

Intervenants:



❑ **Raymond Le Moign** (DG des Hospices Civils de Lyon)**:**
Volet « santé » hospitalier



❑ **Fabrice Brunet** (Vice-Recteur Santé, UQAM)**:**
Volet « santé » académique



❑ **Valérie Lucia** (Ordre des Ergothérapeutes du Québec)**:**
Volet Formation



❑ **Sylvie Bellevillle** (RQRV)**:**
Volet Recherche en santé et vieillissement

Notes relatives à la session:

Notes relatives à la session:

Entretiens
Jacques
Cartier

MERCI

Pour votre participation
& pour votre support

RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE SUR LE VIEILLISSEMENT

Fonds de recherche Québec

ENTRETIENS JACQUES CARTIER

UQÀM
Université du Québec à Montréal

GRAPA
GROUPE DE RECHERCHE EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Centre de recherche
iugm
Institut universitaire de gériatrie de Montréal

HCL
HOSPICES CIVILS DE LYON

GÉRONTOPÔLE AUVERGNE RHÔNE-ALPES
DESIGN - SANTÉ - NUMÉRIQUE

Lyon 1
Université
Claude Bernard

Centre Jacques Cartier