**Effets d’un programme d’activité physique intergénérationnel réunissant seniors et enfants d’âge préscolaire**

*Alexandre Mouton1, Matthieu Henrioulle1, Marc Cloes1,… (Times New Roman, 12, italique)*

*1 Université de Liège (Liège, Belgique)*

**Introduction et objectifs de la pratique exemplative**

Pour la première fois dans notre histoire, la génération d’enfants actuelle pourrait avoir une espérance de vie inférieure à celle de ses parents (Olshansky et al., 2005). Ce constat est lié à l’augmentation de la prévalence de l’inactivité physique, considérée comme le quatrième facteur de risque de mortalité dans le monde (WHO, 2009). D’autre part, les seniors sont ceux qui pratiquent le moins d’activité physique, engendrant de graves conséquences en matière de santé publique dans notre société occidentale vieillissante (Hallal et al., 2012). Face à cette menace, la promotion de l’activité physique via des activités intergénérationnelles semble une démarche prometteuse.

**Description de la pratique exemplative et de la collecte des informations**

Pendant 8 semaines, 20 enfants (5± 0,7 ans) et 17 seniors (66,3±6,3 ans) non institutionnalisés ont participé à une séance hebdomadaire d’activité physique intergénérationnelle. Un groupe contrôle de 11 seniors (60,9± 8,6ans) faisait également partie de l’étude. Validé par un groupe de 6 experts, le programme d’activité physique visait au développement de la condition physique du senior tout en favorisant les échanges avec les enfants. Un questionnaire a été adressé aux deux publics (complété par les parents des enfants) avant et après l’intervention. Les seniors ont également réalisé une batterie de tests physiques à ces deux périodes.

**Constats et implications**

Le cycle a permis une augmentation de la pratique d’activité physique au sein de l’environnement familial de l’enfant (parents, grands-parents, amis ; *p*<,01). Chez les seniors, le programme a engendré une amélioration de la force des membres inférieurs (*p*<,001) et une diminution la motivation extrinsèque (*p*<,05). Le faible nombre de résultats significatifs obtenus et les améliorations constatées au sein du groupe contrôle invitent cependant à relativiser ces résultats. Cette étude ne permet pas de confirmer l’efficacité de la promotion de l’activité physique intergénérationnelle, tant chez les enfants que chez les seniors. Des études additionnelles sont dès lors nécessaires pour compléter ces résultats.

**Références bibliographiques**

Hallal et al. (2012). Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet*,380, 247-257.

Olshansky et al (2005). A Potential Decline in Life Expectancy in the United States in the 21st Century. *New England Journal of Medicine,* 352, 11, 1138-1145.

World Health Organization (2009). Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks.

**Nombre de mots**(de l’introduction aux implications – maximum 300)**:** 299 mots