

## **Nouveau formulaire pour les dispenses d'exercices physiques scolaires (Dispenses EPS)**

Le monde occidental en général et la Suisse en particulier sont confrontés à des phénomènes de société qui sont reconnus depuis 2000 comme épidémiques et qui se manifestent par une population croissante d'enfants obèses ou en surpoids, une apparition des diabètes de type II, et une apparition des risques cardiovasculaires de l'adulte chez les enfants et les adolescents. A cela s'ajoute l'augmentation importante de l'ostéoporose dans notre société. Ces maladies ont -entre autres- pour origines communes la sédentarité et le manque de mouvement, ainsi que les mauvaises conditions nutritionnelles.

Actuellement la majorité des enfants n'est pas soumise à un excès de sport mais à un déficit d'activité physique, en particulier dès 13 ans. Malgré la connaissance actuelle de la nécessité du sport, on observe un arrêt de plus en plus précoce de l'activité sportive. Ceci a été particulièrement bien étudié à Lausanne par P.A. Michaud et F. Narring.

Toutes les mesures doivent être prises pour encourager une pratique sportive généralisée de tous les enfants et adolescents jusqu'à 20 ans. Celles-ci consistent en plusieurs actions :

- Maintien le plus tard possible de 3 périodes scolaires d'activités physiques.
- Diminution du nombre de dispenses de sport et d'exercices physiques à l'école.
- Promotion des activités physiques extrascolaires.

La diminution des dispenses de sport et d'exercices physiques à l'école figure dans les mesures utiles qui peuvent être prises afin de préserver au mieux une activité physique minimale. Il est donc nécessaire de limiter autant que possible les dispenses temporaires d'exercice physique, de proposer des ajustements permettant des reprises partielles d'activités, de restreindre les dispenses à l'année.

Dans le Canton de Vaud, un groupe de réflexion s'est constitué en 2003 sous l'égide du Service de l'éducation physique et du sport (SEPS), présidé par Mr. Olivier Saugy, Adjoint pédagogique au SEPS. Il comprenait :

Dr. François De Techtermann, président du groupement vaudois des médecins scolaires vaudois (GMSV)

François Delessert, directeur d'établissement et directeur pédagogique de l'Office des écoles en santé (ODES)

Christiane Lavanchy, secrétaire générale de l'association des parents d'élèves (APE)

Dr. P. Mahler, médecin, responsable du Centre de médecine d'Exercice du service de la santé de la jeunesse. Genève

Dr. Eric Masserey, directeur scientifique de l'Office des écoles en santé (ODES)

Dr. Olivier Reinberg, chirurgien pédiatre, Service de chirurgie pédiatrique du centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV)

Luc Vittoz, président de l'association cantonale d'éducation physique scolaire (AVEPS)

Nicolas Imhof, chef de service du SEPS

Au terme de ses réflexions, ce groupe a proposé un document cantonal unique de dispense d'exercices physiques, intitulé « **Dispenses médicales en EPS pour la scolarité obligatoire et post obligatoire** ».

Ce document propose 2 types de dispenses de sport :

Degré I : Les dispenses pour pathologies chroniques de longue durée. (3 mois et plus).

Ces demandes seront transmises par l'établissement scolaire au Médecin cantonal et déléguées à l'ODES (Dr. Eric Masserey, directeur scientifique de l'Office des écoles en santé (ODES)), qui chercheront avec le médecin traitant de l'enfant, les services scolaires et les parents une activité physique adaptés à la situation de l'enfant.

Degré II : Les dispenses de courte à moyenne durée pour une pathologie ponctuelle. (jusqu'à 3 mois).

Les dispenses pour pathologies aiguës ponctuelles devront être limitées dans le temps. Les directeurs d'établissement et les maîtres de sport ne devront plus accepter des dispenses

sans date-limite. Les médecins sont invités à ne plus prescrire de dispenses « tout ou rien », mais à proposer une activité physique adaptée à la situation de l'enfant au moyen d'items à cocher sur le certificat.

Les maîtres EPS feront leur possible pour proposer aux enfants des activités diversifiées en fonction des prescriptions.

Pour permettre une meilleure compréhension des problèmes de l'enfant et adapter au mieux les exercices, les maîtres EPS peuvent disposer d'un diagnostic sommaire pour autant que le médecin l'ait noté sur le certificat **avec l'autorisation signée des parents**, ou que ceux-ci l'aient rajouté de leur propre initiative.

Il comprend au verso des informations destinées aux parents et aux enfants pour insister sur la nécessité d'une activité physique régulière.

Ce projet, soutenu par le SEPS, a été soumis à de multiples partenaires et a reçu un accueil favorable. Il s'agit entre autres de :

- Société vaudoise de médecine
- Groupement des pédiatres vaudois
- Groupement vaudois des médecins scolaires vaudois
- Office des écoles en santé
- Association cantonale d'éducation physique scolaire
- Conférence régionale des directeurs d'établissement scolaires
- Directeur général de la DGEO
- Directeur général de la DGEP
- Association vaudoise des parents d'élèves

Il a reçu l'approbation des deux Conseillers d'Etat concernés.

Rappelons enfin que le service de l'Instruction du Canton de Genève a été un précurseur dans ce domaine, en apportant la preuve de l'efficacité d'une diminution des dispenses de sport à l'école, par une refonte du système des certificats de dispense de sport dont nous nous sommes inspirés. On a ainsi fait passer les dispenses temporaires de 14% à 5% et les dispenses à l'année de 4% à 0.6%. (Per Mahler)

Ce document cantonal unique sera distribué systématiquement à tous les médecins vaudois. Il pourra également être téléchargé et imprimé depuis le site de la Société Vaudoise de Médecine. Il peut être imprimé tel quel (doc pdf) mais peut également être imprimé avec un espace libre en haut à gauche ou à choix en haut à droite pour permettre d'apposer son timbre professionnel. Enfin, il est possible d'insérer un logo dans cet espace (raison sociale d'un établissement de soins par exemple). Seules les dispenses réalisées sur ce document devraient être reconnues, avec quelques exceptions : Dispense établie par médecin hors canton par exemple, mais qui devrait être confirmée sur le document officiel par son médecin traitant.

Il est de notre responsabilité de médecins de prendre conscience de notre rôle social dans ce domaine. L'usage de ce certificat est une des stratégies efficace.

Nous vous remercions de l'accueil et de l'usage que vous ferez de ce document.

Pour le groupe de travail, Olivier Reinberg  
5.11.2006