



Santé mentale, jeunesse, lien social : les nouveaux défis du sport-santé.

Conférence : 30 minutes

Mercredi 25 novembre de 11h45 à 12h15

Salon des Maires et des Collectivités Locales 2026 / Arène des Sports

Avec :

- **Dr Martin Blachier**, médecin en santé publique
- **Franck Riehm**, président de la Fédération Française de Bridge et de la World Bridge Federation

Repenser la prévention face aux nouveaux défis de société

Santé mentale des jeunes, sédentarité, omniprésence des écrans, fragilisation des interactions sociales, isolement des personnes âgées : les collectivités sont en première ligne face à des enjeux de santé publique qui concernent toutes les générations.

Ces évolutions invitent à repenser notre approche de la prévention et du bien-être. Si l'activité physique demeure un pilier essentiel de la santé, elle gagne à s'inscrire dans une démarche plus globale, associant stimulation cognitive, interactions humaines et participation à la vie collective.

Chez les jeunes, les préoccupations liées à l'hyperconnexion, à la concentration et aux apprentissages soulignent également l'importance de proposer des activités favorisant le raisonnement, la coopération et les échanges en face à face.

Et si la santé de demain reposait sur trois dimensions complémentaires : bouger, réfléchir et créer du lien ?

Les sports de l'esprit, une dimension complémentaire du sport-santé

Les sports de l'esprit, à l'image du bridge, offrent une approche originale de cette complémentarité.

En mobilisant la mémoire, la concentration, la logique, l'anticipation et la prise de décision, le bridge sollicite de nombreuses capacités cognitives. Jeu de partenariat et de stratégie, il encourage également l'écoute, la coopération et les rencontres entre générations.

À l'heure où les interactions numériques occupent une place croissante dans le quotidien, les activités collectives en présentiel constituent des occasions précieuses de partager, d'apprendre et de développer des relations sociales.

Accessibles à différents âges et niveaux de pratique, les sports de l'esprit peuvent ainsi enrichir les initiatives locales de prévention, de bien-être et de lien social, en complément des activités physiques.

Deux regards complémentaires pour repenser le sport-santé

Le Dr Martin Blachier, médecin en santé publique, apportera son éclairage sur les défis auxquels sont confrontées les jeunes générations : dégradation de la santé mentale, hyperconnexion, fragmentation de l'attention et évolution des interactions sociales. Il interrogera notamment les conséquences de l'omniprésence des écrans et l'importance de proposer des alternatives favorisant la concentration, la stimulation intellectuelle et les relations humaines.

Franck Riehm, président de la Fédération Française de Bridge et de la World Bridge Federation, présentera la contribution des sports de l'esprit à ces enjeux. À travers ses dimensions intellectuelles, éducatives et sociales, le bridge constitue une activité complémentaire aux pratiques sportives traditionnelles. Il montrera comment les collectivités peuvent s'appuyer sur les clubs et les programmes fédéraux pour développer des initiatives accessibles à tous les publics.

Ensemble, ils exploreront plusieurs questions essentielles :

- Comment préserver la santé mentale des jeunes et proposer des alternatives à l'hyperconnexion ?
- Comment associer activité physique, stimulation cognitive et lien social dans les politiques de prévention ?
- Comment lutter contre l'isolement et favoriser les rencontres intergénérationnelles ?
- Comment mobiliser les clubs et les associations comme partenaires des politiques locales de santé et de bien-être ?

Des solutions concrètes pour les collectivités

Au-delà de la réflexion, la Fédération Française de Bridge accompagne les collectivités dans la mise en place d'actions de proximité, notamment à travers « Bridgez-vous bien », un programme gratuit et clé en main favorisant la convivialité, la stimulation intellectuelle et le lien social.



Déployées en partenariat avec les clubs locaux, ces initiatives peuvent s'intégrer aux actions des communes, des CCAS, des services municipaux et des associations pour toucher différents publics et encourager les rencontres entre habitants.

À l'issue de la conférence, rendez-vous sur le stand de la Fédération Française de Bridge, dans le hall du Salon des Sports, pour découvrir les programmes et les possibilités de déploiement sur votre territoire.