

REPUBLIQUE DU SENEGAL



Un Peuple – Un But – Une Foi

MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR,
DES UNIVERSITES, DES CENTRES UNIVERSITAIRES REGIONAUX
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

UCAD



**INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION
POPULAIRE ET DU SPORT
INSEPS – DAKAR**

*Monographie pour l'obtention du certificat d'aptitude aux fonctions
d'inspecteur de l'éducation populaire, de la jeunesse et des sports.*

**LA PRATIQUE DES ACTIVITES
PHYSIQUES PAR LES FEMMES DE LA
COMMUNAUTE URBAINE DE NIAMEY
NIGER.**

Présentée par :

Madame Issaka Aissata **IBRAH KAKA**

Années académiques 2008 - 2010

XVII^{ème} Promotion

Sous la direction de :

Monsieur Ousmane **SANE**

Ph D en Sciences et Technique

de l'Activité Physique

TABLE DES MATIERES

<i>Dédicaces</i>	i
<i>Remerciements</i>	ii
<i>Sigles et Abréviations</i>	iv
<i>Liste des Tableaux</i>	v
<i>Liste des Figures</i>	vi
<i>Liste des Photos</i>	vii

INTRODUCTION.....	1
-------------------	---

CHAPITRE I : LA REVUE LITTERAIRE

1.1 Définition des concepts	5
1.2 Les femmes et la pratique des APS au Niger	6
1.3 Les facteurs pouvant favoriser ou freiner la pratique des AP chez la femme	7
1.3.1 Les facteurs pouvant favoriser cette pratique.....	8
1.3.2 Les facteurs pouvant freiner cette pratique	9
1.4 Les effets bénéfiques de la pratique des AP.....	13
1.4.1 Amélioration de la santé Biophysique	15
1.4.2 Amélioration de la santé Mentale.....	16
1.4.3 Amélioration de la santé Sociale	18

CHAPITRE II : LE CHAMP D'ETUDE

2.1 Présentation du NIGER	22
2.1.1 Le relief	23
2.1.2 Le climat.....	24
2.1.3 La population.....	24
2.2 Présentation de la région de Niamey.....	25
2.2.1 Historique de la CUN.....	25
2.2.2 Situation géographique.....	26
2.2.3 Aspect démographique.....	26
2.2.4 Aspect socio-économique.	26
2.2.5 Aspect administratif.	27
2.2.6 Rôles et attributions de la direction régionale de la communauté urbaine de Niamey... ..	27

CHAPITRE III : L'APPROCHE METHODOLOGIQUE

3.1 Les objectifs de l'étude	29
3.2 L'intérêt de l'Etude.	29
3.3 Les limites de l'Etude.....	29
3.4 Les sujets.....	29
3.4.1 Les femmes	30
3.4.2 Le personnel du corps médical.....	32
3.4.3 Les personnes ressources	33
3.5 Le choix des participants.....	33
3.6 Les instruments de collectes des données	34
3.6.1 Le questionnaire.....	34
3.6.2 Le guide d'entretien.	35

3.7	La collecte et le dépouillement des données	35
3.7.1	La collecte des données	35
3.7.2	Le dépouillement des données	36
3.8	Les difficultés rencontrées	36

CHAPITRE IV : LA PRESENTATION ET DISCUSSION DES RESULTATS

4.1	Réponses des femmes.....	38
4.1.1	Répartition des réponses par rapport à la pratique des AP.....	38
4.1.2	Répartition des répondantes selon que leurs époux pratiquent ou pas les AP	40
4.1.3	Proportion des répondantes par rapport à l'influence du milieu sur la pratique des AP et à la compatibilité de la pratique à la gestion du foyer	41
4.1.4	Répartition des avis des répondantes par rapport aux méfaits de la non pratique des AP	42
4.1.5	Répartition des avis des répondantes par rapport aux avantages de la pratique des AP	43
4.1.6	Répartition des avis des répondantes par rapport à l'impact de la pratique des APS sur la féminité ou la maternité.....	43
4.1.7	Répartition des avis des répondantes par rapport à l'influence de la religion sur la pratique des AP	44
4.1.8	Répartition des répondantes par rapport à leur lieu de pratique et leurs avis sur la mixité des groupes.....	46
4.1.9	Répartition des propositions des répondantes par rapport aux infrastructures Sportives.....	48
4.1.10	Répartition des avis des répondantes par rapport aux difficultés rencontrées pour la pratique des AP	48
4.1.11	Répartition des propositions des répondantes pour encourager les Femmes à une pratique effective des AP	49
4.2	Réponses du personnel du corps médical.....	50
4.2.1	Proportion des répondants par rapport à la pratique ou non des AP par les femmes Nigériennes	50
4.2.2	Répartition des réponses relatives à l'avis du personnel du corps médical par rapport à la pratique des AP par les femmes	51
4.2.3	Répartition des réponses par rapport à l'existence des méfaits liés à la pratique des AP par la femme	51
4.2.4	Répartition des réponses relatives aux effets bénéfiques de la pratique des AP sur la santé de la femme et à son impact sur la maternité et la féminité.....	53
4.2.5	Répartition des propositions relatives aux conseils donnés aux femmes pour la pratique des AP	54
4.2.6	Répartition des réponses relatives aux propositions à l'endroit des décideurs pour qu'ils accordent plus d'intérêt à la pratique des AP par les femmes.....	55
4.3	Réponses des personnes ressources.....	56
4.3.1	Réponses relatives à la pratique des APS par les femmes au Niger	56
4.3.2	Réponses relatives à la Politique Sportive Nationale.....	56
4.3.3	Réponses relatives au budget alloué à la pratique des APS pour les femmes.....	57
4.3.4	Réponses relatives aux avantages liés à la pratique des AP.....	57
4.3.5	Réponses relatives aux encouragements à la pratique des APS par les femmes.....	58

4.4 Synthèse des résultats.....	58
CONCLUSION	61
RECOMMANDATIONS.....	63
BIBLIOGRAPHIE	64
ANNEXES	

DEDICACES

Avec toute mon affection je dédie ce travail :

A tous ceux qui m'ont soutenu et accompagné dans les moments les plus difficiles au cours de ma formation ;

A mon regretté père, feu **Ibrah Kaka** qui a tant souhaité ma réussite, rappelé à Dieu le vendredi 02 mars 2007. Que la terre lui soit légère Amen !

A ma mère **hadjia Fouréra Diori** qui m'a toujours accompagné avec des prières et des conseils ;

A mon cher époux **Issaka Adamou**, pour sa patience, son courage et son soutien ;

A mes enfants, **Abdoul' Rachid, Ibrahim, Salamatou** et **Aboubacar** qui ont été privés momentanément de mon affection et plus particulièrement le cadet que j'ai dû quitter alors qu'il avait juste 10 mois ;

A mes **frères** et **sœurs** pour leurs attachements et leurs sens de solidarité ;

A toutes les **femmes** du monde.

REMERCIEMENTS

Tout d'abord, je voudrais adresser mes sincères remerciements au ministère de la jeunesse et des sports (**MJ/S**) du Niger et à travers lui, la conférence des ministres de la jeunesse et des sports des états et gouvernements ayant le Français en partage (**CONFESJES**), qui ont bien voulu prendre en charge le volet administratif et financier de ma formation.

Toute ma reconnaissance à Monsieur **Ousmane Sané** Ph D en Sciences et Technique de l'Activité Physique, chargé de cours à l'INSEPS, pour avoir accepté de nous encadrer malgré ses multiples occupations.

Qu'il trouve ici, l'expression de notre profonde gratitude !

Je tiens également à remercier Madame **Loraine Geoffrion** Conseillère Technique Jeunesse et Formation des Cadres à la CONFESJES pour sa constante disponibilité et son sens d'initiative avec lequel elle a coordonné et facilité les transactions académiques.

Mes remerciements à Monsieur **Bourama Ali Harouna**, Directeur des Programmes Jeunesse à la CONFESJES et à toute sa famille qui ont rendu agréable mon séjour à Dakar.

Nos remerciements s'adressent également à toutes les personnes physiques ou morales ayant apporté leur contribution directe ou indirecte pour la matérialisation de ce travail, particulièrement à :

- L'**administration** et le **corps enseignant** de l'INSEPS pour la bonne coordination des activités académiques ;
- Mme **Marie Diène** au service de la scolarité de l'INSEPS pour sa sympathie et son sens professionnel élevé ;
- M. **Abdoul'Kader Ibrah Kaka**, Sociologue au Ministère du Développement Rural, pour sa disponibilité permanente ;
- Mme **Hadiza Ibrah Kaka**, Programme Alimentaire Mondiale Niger pour son soutien matériel ;

- **M. Souleymane Adamou**, Secrétaire de direction au MC/NTI/C, pour le sens de professionnalisme dont il a fait montre dans la mise en forme de ce document ;
- Tous mes **compatriotes nigériens** de l'INSEPS de Dakar pour l'entraide mutuelle et l'esprit de sympathie qui a régné en notre sein tout au long de notre séjour sur la terre de la Teranga ;
- Tous les **élèves inspecteurs** de la promotion 2008 – 2010 pour l'esprit de solidarité qui a prévalu durant notre formation.

SIGLES ET ABREVIATIONS

AP	: Activité Physique
APS	: Activité Physique et Sportive
BB	: Basket-ball
COSNI	: Comité Olympique et Sportif Nigérien
CONFEJES	: Conférence des Ministres de la Jeunesse et des Sports des Etats et Pays ayant le Français en partage
CUN	: Communauté Urbaine de Niamey
CN II	: Commune Niamey II
DS	: Direction des Sports
DS	: Directeur des Sports
DP/F	: Direction de la Promotion de la Femme
FENIBASKET	: Fédération Nigérienne de Basket-ball
FENIHAND	: Fédération Nigérienne de Hand-ball
FENIVOLLEY	: Fédération Nigérienne de Volley-ball
FSN	: Fédération Sportive Nationale
HB	: Hand-ball
INS	: Institut National de la Statistique
INSEE	: Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques
INSEP	: Institut National Supérieur de l'Education Physique
INSEPS	: Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport
MJ/S	: Ministère de la Jeunesse et des Sports
MJ/S/SN	: Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Solidarité Nationale
MD/R	: Ministère du Développement Rural
MDS/P/PF/PE	: Ministère du Développement Social, de la Population, de la Promotion de la femme, et de la Protection de l'enfant
PAM	: Programme Alimentaire Mondial
PNS	: Politique Nationale Sportive
PSL	: Paix et Salut sur Lui
RA	: Radiyallahou Anhou (Que Dieu l'agrée)
SG	: Secrétaire Général
SGSK	: Stade Général <i>Seyni Kountché</i>
VB	: Volley-ball

LISTE DES TABLEAUX

N° du tableau	Titre du tableau	N° des Pages
1	Répartition des femmes selon leur âge	30
2	Répartition des femmes selon leur situation matrimoniale	31
3	Répartition des femmes selon le nombre d'enfants	31
4	Répartition des femmes selon leur niveau d'étude	31
5	Répartition du personnel du corps médical selon leurs spécialités et leurs anciennetés	32
6	Répartition du personnel médical selon leur âge et leur situation matrimoniale	33
7	Répartition des répondantes selon que leurs conjoints (maris) pratiquent ou pas une AP	40
8	Répartition des réponses par rapport à l'influence de la mixité du groupe sur la pratique des AP	47
9	Proportion des pratiquantes révélée par le personnel du corps médical par rapport à la pratique ou non des AP	50
10	Avis du personnel du corps médical par rapport à la pratique des AP par les femmes.	51

LISTE DES FIGURES

N° de la figure	Titre de la figure	N° des Pages
1	Proportion des répondantes selon qu'elles pensent que les femmes nigériennes pratiquent ou pas les APS.	39
2	Pourcentage des femmes pratiquantes et non pratiquantes.	39
3	Répartition des raisons de pratique, avancées par les femmes.	40
4	Pourcentage des répondantes par rapport à l'influence du milieu sur la pratique des AP.	41
5	Proportion des répondantes par rapport à la compatibilité entre la gestion du foyer et la pratique des AP.	42
6	Répartition des réponses par rapport aux effets de la non pratique des AP.	42
7	Répartition des avantages liés à la pratique des AP.	43
8	Répartition des éventuels impacts de la pratique des AP sur la féminité ou la maternité.	44
9	Proposition des répondantes selon leurs religions.	45
10	Répartition des avis des enquêtées par rapport à l'influence ou non de la religion sur la pratique des AP.	45
11	Répartition des types d'influence de la religion sur la pratique des femmes.	46
12	Répartition des réponses par rapport à leur lieu de pratique	47
13	Répartition des propositions des répondantes par rapport aux infrastructures.	48
14	Répartition des problèmes rencontrés par les femmes pour la pratique des AP.	49
15	Répartition des propositions faites pour encourager les femmes à une pratique effective des AP.	50
16	Répartition des avis du personnel du corps médical par rapport à l'existence ou non des méfaits dans la pratique des AP par les femmes.	52
17	Répartition des réponses proposées par rapport aux méfaits de la pratique des AP.	52
18	Répartition des réponses sur les effets bénéfiques de la pratique des AP sur la santé de la femme.	53
19	Répartition des impacts des AP sur la maternité ou la féminité des femmes.	54
20	Répartition des conseils donnés aux femmes pour une pratique effective des AP.	54
21	Répartition des propositions à l'endroit des décideurs pour qu'ils accordent plus d'intérêt à la pratique des AP par les femmes.	55

LISTE DES PHOTOS

N° de la photo	Titre de la photo	N° des Pages
1	Carte administrative de la république du Niger	23
2	Carte administrative de la Communauté Urbaine de Niamey	25

INTRODUCTION

La pratique des Activités Physiques et Sportives (APS), devenue un fait social total, constitue un espace où les femmes sont de plus en plus visibles. Pour bon nombre d'entre elles, l'image du sport féminin véhiculée par la tradition, les représentations sociales et les médias, constituaient de véritables obstacles à la pratique des APS.

D'après Ferris (1980) : **« les APS dans la plupart des cas, requièrent force, puissance, vitesse d'exécution, c'est-à-dire des capacités dont les hommes sont mieux pourvus ».**

Selon Moumouni (1992) : **« les APS étaient obligatoires et visaient à former des hommes vigoureux sains d'esprit et de corps ».** Son analyse a montré une différenciation de la pratique des APS en fonction des sexes. Cette différenciation est très profonde puisque dans le contexte de la société traditionnelle, la pratique des activités physiques (AP) constituait l'essentiel des situations éducatives desquelles sont exclues les femmes dont notamment la chasse, la pêche, la lutte ; mais il existe des pratiques féminines récréatives et rituelles auxquelles participent les femmes comme les jeux au clair de la lune, la danse, etc.

De nos jours, l'école contribue beaucoup à un changement de mentalité et donne accès à certaines pratiques sportives jusque-là inconnues dans la société traditionnelle. De ce point de vue, elle contribue à la prise de conscience de l'importance de la pratique des AP. Celle-ci a pour conséquence l'augmentation du nombre des filles qui adhèrent à ces pratiques dans leurs diversités.

Delarge (1979) précise que : **« Pratiquer une activité physique ou sportive est donc une expérience commune à de nombreuses femmes porteuse de distinction à maintes égards, la pratique des AP ne saurait échapper, à l'instar des autres pratiques culturelles, aux effets différenciateurs des conditions de vie ».**

Pour lui, autrefois, toute forme de pratique physique ou sportive était incompatible avec les normes et les modèles de féminité promus et divulgués d'alors. Au fil de l'histoire, les interdits réglementaires ou moraux se sont faits de moins en moins pressants et de plus en

plus discrets, à la mesure, évidemment, de la place occupée par les femmes dans la société et qui ne se limite plus au foyer.

Selon le Docteur Obrou Raoul (1982): **« la conception qui prévalait était que la femme n'est point construite pour lutter, mais pour procréer et, comme tout exercice physique s'accompagne de heurts, de chocs et de secousses, il est dangereux pour l'organe utérin, donc pour la femme ».**

Le regard porté sur l'activité physique par cet auteur est dépassé, car aujourd'hui la gent féminine est présente dans presque toutes les pratiques.

Selon Odile Jacob (1996), **«...pour les représentations du genre, de la personne, de la procréation, tout part du corps... ».**

Pour cet auteur, évoquer l'esthétique et les mises en jeu du corps des femmes au sein de l'espace sportif nécessite une analyse des rapports qu'elles entretiennent avec les hommes, hors de cet espace.

Aujourd'hui, les femmes participent à des activités de maintien, de loisir et même de compétition, souvent sur des distances et dans des disciplines identiques à celles des hommes.

En France, lors des Assises Nationales intitulées Femmes et Sport (1999), le rapport d'étape du groupe n°4 retient en conclusion que **« les préceptes dessinant la féminité eux aussi sont modifiés. L'inconcevable aujourd'hui serait de prendre le contre pied de ce principe très contemporain énonçant que les femmes peuvent pratiquer tous les sports. On ne saurait dire de telle ou telle pratique qu'elle est impensable pour elles ; dans les faits d'ailleurs, les interdits dûment signifiés sont de nos jours exceptionnels ».**

Cette pratique apparaît pour les femmes, comme un facteur d'affirmation de soi, et offre à chacune les moyens nécessaires pour une amélioration de ses capacités et de sa qualité de la vie.

C'est pourquoi, en tant que cadre du secteur de la jeunesse et des sports et en tant que femme préoccupée par la pratique des **AP** par tous, surtout par les femmes pour les bienfaits qu'elles peuvent en tirer, nous avons senti la nécessité d'étudier :

« La pratique des Activités Physiques par les femmes de la Communauté Urbaine de Niamey (Niger) ».

Il s'agit de savoir :

- si les femmes pratiquent ou non des **AP** ?
- quels types d'activités pratiquent-elles ?
- quelles sont les raisons pour lesquelles elles pratiquent ou ne pratiquent pas?
- où pratiquent-elles ces activités ?
- y a-t-il, oui ou non, des contraintes auxquelles elles sont confrontées dans cette pratique?

Ainsi, à travers les résultats de cette étude, nous pensons apporter notre modeste contribution d'une part, aux autorités en charge du Ministère de la Jeunesse et des Sports en vue d'une prise en compte effective de la pratique des **AP** par les femmes et, d'autre part, sensibiliser et informer celles-ci des avantages liés à cette pratique pour qu'elles s'y adonnent davantage.

Le présent travail s'articulera comme suit :

Dans un premier temps, nous présenterons une revue de la littérature sur les travaux effectués dans le domaine de la pratique des **AP** par les femmes. En second lieu, nous décrirons le cadre de l'étude sur un bref aperçu du Niger et de la Communauté Urbaine de Niamey (CUN). La troisième partie traitera de la démarche utilisée pour la recherche. La présentation et la discussion des résultats seront l'objet de la quatrième partie. Enfin, la dernière partie portera sur la conclusion et les recommandations.

CHAPITRE I

REVUE DE LA LITTERATURE

C'est l'une des parties la plus importante du document. En effet, elle est centrée sur certaines littératures et travaux effectués et les points de vue des auteurs qui ont travaillé dans le domaine des **APS**. Dans une première partie nous essayons de clarifier le concept **Activité Physique** qui revient constamment tout au long de ce document.

Ensuite, nous abordons une partie qui est centrée sur les femmes nigériennes et la pratique des **AP**, intervient la troisième partie qui porte sur les facteurs pouvant favoriser ou freiner la pratique des **AP** et enfin les effets bénéfiques de la pratique des **AP**.

1.1 Définition des concepts.

Pour avoir la même compréhension du sujet traité, il nous paraît indispensable de définir le concept **Activité Physique (AP)**.

Haskell, Blair, Bouchard (2007), définissent l'*activité physique* comme : « **une façon de vivre où les gens choisissent d'être actifs physiquement, quotidiennement dans leur communauté, qu'ils soient à l'école, au travail, à la maison ou au jeu** » (p. 27).

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS, 2008), définit l'*activité physique* comme : « **tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques, entraînant une dépense d'énergie supérieure à celle du repos** » (p. 16).

Par *activité physique*, l'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM, 2008) entend : « **le sport, l'activité à la maison, au travail, dans les transports en commun ou au cours des loisirs** » (p. 16).

Du point de vue physiologique, Dietz et Tudor (1996) précisent : « **L'Activité Physique correspond à tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques, qui entraîne une augmentation substantielle de la dépense d'énergie au dessus de la dépense énergétique au repos. Ses principales caractéristiques sont l'intensité, la durée, la fréquence et le contexte dans lequel elle est pratiquée** ».

1.2 Les femmes et la pratique des APS au Niger.

Le Niger demeure l'un des pays africains où la pratique des **APS** se trouve, selon les réalités sociales, confrontée à d'énormes contraintes et considérations d'ordre religieux, culturel et à l'insuffisance des infrastructures adéquates.

Pays sahélien dont la population, majoritairement jeune, est caractérisé par une forte proportion de femmes. Selon les dernières données de l'Institut National de la Statistique (INS) Niger 2010, les femmes représentent 51,1% de la population du Niger.

De ce fait, l'intégration de celles-ci dans le processus de développement implique, selon le rapport sur la pratique des **APS** des femmes de 1997, leur présence dans toutes les branches notamment les **AP** et le sport dont la pratique par ces dernières est actuellement très timide.

Cependant, les femmes nigériennes semblent être limitées par l'intransigeance sociale et la montée de l'intégrisme. La pratique des **APS** ne rencontre pas l'agrément de la majorité de la population au vu de son aspect exhibitionniste.

Le rapport au corps de la femme nigérienne est lié aux différentes représentations de notre société à plus de 90% musulmane (INS, 2010). Sa population, dans sa majorité non scolarisée, rurale est sédentaire, même si beaucoup sont conscients de son utilité dans le processus du développement de l'être humain.

Ce rapport se caractérise par un corps toujours vêtu, voire « **caché** » et très « **pudique** » davantage chez la femme que chez l'homme.

D'après les conclusions du rapport conjoint du **MJ/S** et du **MDS/P/PF/PE** toute activité tendant à dévêtir le corps, est mal perçue. C'est le cas des **AP** qui véhiculent beaucoup de préjugés au point de limiter leur pratique en général et particulièrement chez la femme.

La marginalisation de l'EPS et du sport, le faible taux de scolarisation des jeunes filles, le manque de motivation pour la pratique des **AP** ainsi que les phénomènes de dispense au niveau des établissements scolaires expliquent en partie la faible participation des femmes aux **AP**.

Le rapport de la commission *femme et sport* du Comité Olympique et Sportif Nigérien de l'année 1999 fait ressortir les constats suivants :

- Au niveau du secteur associatif, notamment au sein des fédérations sportives nationales, nous remarquons une adhésion inégale des femmes par rapport aux hommes dans les disciplines dites féminisées comme le Hand-ball, le Basket-ball, le Volley-ball, le judo, et leur absence au niveau de certaines disciplines considérées comme masculines à savoir le Football, le

karaté, la lutte, etc., et ceci est dû au poids de la tradition avec ses préjugés et autres considérations sociales.

Actuellement, les équipes féminines nigériennes sont quasi absentes aux compétitions sous régionales, régionales et internationales.

- S'agissant des cadres techniques féminins, on peut noter que leur sous représentation reste préoccupante. Aucune femme n'est Directrice Technique Nationale (DTN), très peu exercent le rôle d'entraîneurs nationaux. Présentement, tous les postes de décisions au niveau des fédérations sportives nationales sont occupés par les hommes. Cet état de fait illustre si besoin en était la timidité de la participation des femmes aux **AP** et leur adhésion aux structures associatives.

- Au niveau de l'administration centrale et régionale, la situation des cadres au niveau de la direction des ressources humaines fait ressortir que sur un total de huit (8) directions centrales du Ministère de la Jeunesse et des Sports, deux seulement sont dirigées par des femmes. Les directions régionales, au nombre de huit (8), sont également toutes pilotées par des hommes.

- En ce qui concerne la pratique des **AP** féminines de loisir et de distraction, qui est le point central de cette étude, la participation des femmes est très timide et insignifiante. Il faut noter que la plupart d'entre elles pratiquent à volonté et en fonction de leur disponibilité de temps. Pour les plus aisées, elles fréquentent les salles de gymnastique et se font encadrer par des spécialistes. Cette catégorie de pratiquantes ne sont pas prises en charge au niveau des structures du ministère en charge du sport encore moins au niveau des fédérations sportives nationales. Néanmoins, celles qui sont informées assistent aux différentes activités organisées sporadiquement par le Comité Olympique et Sportif Nigérien, le Ministère de la Jeunesse et des Sports, certaines Organisations Non Gouvernementales et Associations féminines.

1.3. Les facteurs pouvant favoriser ou freiner la pratique des AP chez la femme.

Les femmes sont de plus en plus nombreuses à pratiquer des **AP**, mais on peut remarquer une persistance des inégalités entre elles et les hommes.

L'Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques (INSEE, 2003), dans une enquête sur : « **Participation culturelle et pratique des APS** » a permis de catégoriser les personnes pratiquant une **AP**. C'est ainsi qu'à l'âge adulte, les femmes pratiquent des **AP** avec des dépenses énergétiques moins importantes que les hommes. Les femmes pour la plupart, pratiquent pour des raisons de santé ou d'apparence, les hommes, eux, s'exercent davantage pour le plaisir et la compétition. Cette même étude a fait ressortir que plus on vieillit, plus on pratique pour la santé. C'est la raison pour laquelle, en cette ère de

mondialisation, l'on s'adonne à la pratique des **AP** qui, aujourd'hui est l'un des moyens nécessaires voire indispensables pour lutter contre les maux dus à la sédentarité, surtout chez l'adulte vieillissant.

Plusieurs paramètres peuvent constituer des facteurs favorisant ou freinant la pratique des **AP** surtout chez la femme.

1.3.1 Les facteurs pouvant favoriser cette pratique.

Les conclusions de l'enquête de l'INSEE (2003) précisent que la pratique des **AP** varie en fonction de l'âge et du sexe. Ainsi, les enfants, les adolescents et les jeunes adultes pratiquent plus que leurs aînés, les garçons plus que les filles et les hommes davantage plus que les femmes.

Pour l'effectivité de cette pratique, le contexte social joue un rôle important : plus on a des proches qui pratiquent une activité, plus grandes sont les chances de pratiquer soi-même.

De variables socio-économiques entrent également en ligne de compte :

Le niveau d'instruction: les personnes qui sont les plus nombreuses à pratiquer des **AP** sont celles qui ont fait au moins une ou deux années d'études après le baccalauréat. Les caractéristiques sociales des non pratiquantes montrent que celles-ci sont majoritairement non diplômées ou professionnellement non actives. Cela reflète le résultat de l'enquête de l'INSEE de 2003 avec un taux de 88% de pratiquantes en France qui ont affirmé avoir un niveau d'étude supérieur. Les femmes, lorsqu'elles ont fait des études supérieures, ont pratiquement le même niveau de pratique que les hommes.

Les revenus des personnes : les individus les plus aisés ont plus fréquemment une **AP** dans des structures institutionnelles comme les clubs, les salles de gymnastiques et de ce fait, ont une pratique plus régulière.

Le lieu de résidence : la proximité des infrastructures et l'accès à un environnement favorable comme les équipements, les installations adéquates constituent des éléments incitatifs à une pratique des **AP**.

Ainsi, en milieu rural ou dans les petites villes, les chances de pratiquer une activité physique sont moins importantes qu'en milieu urbain et celles d'avoir un niveau de pratique favorable à la santé, sont plus importantes dans les grandes villes.

Un autre aspect très important pour favoriser la pratique régulière de l'**AP** demeure **la conviction et l'engagement personnel** de chaque individu et l'intérêt qu'il peut porter à cette pratique.

1.3.2. Les facteurs pouvant freiner cette pratique.

Les préoccupations domestiques : Les résultats de l'enquête de l'INSEE en 1967 sur « **la pratique des APS des femmes** », ont montré que la situation et la vie familiale constituent des obstacles majeurs à la pratique des **AP** des femmes en particulier.

Chevalier (1994), affirme également que le mariage et la présence d'enfants au foyer ont durablement été pensés comme obstacles évidents à la pratique des **AP**. Il conclut son étude en disant que la situation du couple, d'autant plus s'il ya des enfants, entraîne de facto un manque de temps pour la pratique des **AP** et certains loisirs.

En plus de leur charge de travail administratif, les femmes doivent souvent faire office de personnel soignant ou aide pour d'autres membres de la famille, ce qui ne leur laisse guère le temps de s'adonner à des activités physiques.

Les processus observés ici sont du même ordre pour toutes les pratiques culturelles : les femmes dont les activités et les préoccupations sont centrées sur le domestique ou la famille ont le moins de possibilités de trouver du temps pour elles-mêmes.

Les interprétations erronées de la religion : Au Niger, avec une population majoritairement musulmane à plus de 90% (INS, 2010), certains préceptes religieux sont malheureusement mal interprétés : une de ces interprétations qui voudrait que l'activité physique soit spécifiquement réservée aux hommes, est de nature à ne pas favoriser la pratique des **AP** par les femmes.

Pourtant, Selon un Hadith rapporté par Moslim : « **un citoyen physiquement fort est plus valable et mieux aimé de Dieu qu'un croyant de faible constitution** ». Ceci implique qu'un bon citoyen doit prendre soin de sa santé, en s'adonnant à une activité physique, afin de développer sa force physique et d'être utile à la société.

L'Islam soutient toute activité qui conforte la structuration sereine et esthétique de l'homme, car le prophète Mohamed (PSL) dit : « **Allah est beau et il aime la beauté** ».

Avec une structuration physique équilibrée, un bon fonctionnement de l'organisme est assuré, éliminant ainsi toute indisposition physiologique.

La marche, pratique très ancienne, est, dans le forum des pratiques physiques, le mouvement naturel tendant à activer la circulation du sang, pour une alimentation adéquate, de tous les membres du corps.

A l'époque du prophète (PSL), le citoyen ordinaire était astreint, faute de moyens de déplacement qui n'étaient pas toujours à sa portée, à se déplacer, à pieds, sur des longs trajets,

de villages en villages. Ainsi, à travers cette marche, il pratique une **AP** qui conforte autant sa santé que son bien-être physique et mental.

Omar Ibn El Khattab (RA), deuxième Khalife du prophète (PSL), a préconisé ainsi, pour tout citoyen digne, de joindre à une finesse morale, une capacité physique et une virilité à toute épreuve.

L'islam a redonné à la femme la place qui lui est due au sein de la société musulmane. Le coran en parle dans de très nombreuses Sourates et une sourate lui est entièrement consacrée. Ainsi, la femme musulmane eut sa part dans la pratique des **AP**, telle l'épreuve de course, qui semble assez loin de certaines contingences féminines. « **Tenez bien compte, a affirmé le Messager d'Allah (PSL), de l'état de la jeune fille qui est dans la fleur de son âge et qui aime se divertir** » (Hadith de Bokhari). Ce passage fait ressortir que même au temps du Prophète Mohamed (PSL), la femme est autorisée à pratiquer les **AP**.

Dans son exposé, le Professeur Abdelaziz Ben Abdallah (2006) est revenu sur la course qui a opposé le prophète (PSL) et son épouse. Ainsi, Aïcha (RA), épouse du prophète (PSL) s'y engagea, un jour, contre son mari, dans une course à pied où elle remporte la première partie.

Cette compétition qui réunit un couple, se répéta, plus tard, où Aïcha, ayant pris énormément de poids, a perdu la partie car elle n'a pas supporté le rythme de la course. Cette défaite l'incita, sur ordre de son mari, à observer un régime strict. Une heureuse sveltesse de la ligne s'en suit. Ces marques de belles lignes permirent à la femme de réussir de telles performances. A ce niveau, nous constatons qu'Aïcha (RA) a pratiqué pour le maintien de la forme et le bien-être.

Les considérations socioculturelles : La société accorde une grande importance au corps surtout chez la femme. Selon Dechavane et Paris (1980), elle présente une image corporelle plus complexe.

El Chaheb Mustapha (2009) a rappelé que les tabous liés au corps de la jeune fille et de la femme en général vont provoquer un sentiment, mélange de honte et de pudeur ou « **h'chouma** » en arabe, envers le corps. Elles vont apprendre à freiner et cacher toutes les expressions corporelles, même les plus naturelles, qui sont toujours jugées provocatrices et malsaines. Cette réalité socioculturelle, a constitué le plus grand obstacle devant la pratique des **AP** féminines.

Par ailleurs, Merleau PONTY, cité par Youssef FATEES dans « **Les algériennes et la pratique sportive** », affirme que « **le corps d'un être humain est le portrait d'une culture et d'une politique** ». (INSEP, 1983).

Selon cet auteur, dans la plupart des nations musulmanes, c'est à partir du corps que se sont cristallisés et classés tous les tabous et tous les obstacles. Cela implique que c'est le sport et la pratique des **AP** qui font exercer le corps. Or, cette pratique physique doit affronter la notion de « *Aoura* ». Cette notion implique que l'on doit cacher une partie de son corps, pour l'homme du nombril jusqu'aux genoux, par contre la femme doit être presque entièrement couverte et ne laisser apparaître que le visage et les mains. La tenue vestimentaire des femmes (le voile) exigée par la religion musulmane est en contradiction avec la tenue sportive. Entre le voile et le short il y a un grand abîme. La tenue sportive conventionnelle est considérée comme indécente et choquante, car elle révèle et expose le corps de la femme. Ce corps, érogène objet de désir d'appropriation ; d'où se mettre en tenue de sport pour certains revient aussi à exhiber sa propre intimité au regard d'autrui. Pour éviter cela, il faut cacher son corps, le dissimuler. Le vêtement devient alors l'instrument de la pudeur. Sa valeur symbolique dépasse le simple niveau utilitaire pour faire ressortir la constance et la persévérance de la pureté féminine. L'identité de la femme est toujours fonction de l'appréciation de l'homme. Elle doit présenter une apparence physique attrayante.

Au Niger, la femme idéale est celle qui a un bon embonpoint, bien ronde, qui est perçue ailleurs comme une anomalie, c'est la raison pour laquelle les femmes s'adonnent très tôt à des pratiques comme le « *hagnandi* » qui consiste « **à se gaver en prenant de la bouillie de mil ou de maïs pour avoir une surcharge pondérale** ». Le corps devient signe de distinction, il représente la personne et la situe socialement. L'usage que les gens font de leur corps varie en fonction du groupe social d'appartenance. L'image du corps sera fonction de l'idée que chacun se fait de sa place dans la société. Ainsi, le désir de paraître et de plaire aux autres serait aussi important pour la femme éduquée dans cet environnement culturel que d'accepter de courir le risque de compromettre sa santé.

Cette pratique traduit le signe de l'aisance du foyer qui détermine l'aptitude ou l'inaptitude du mari à bien entretenir une femme. De ce fait, son statut socioculturel lui impose une certaine image corporelle. De nos jours, cette préoccupation n'est plus d'actualité car avec les maladies non transmissibles liées à la sédentarité, les femmes ont vite compris et ont tendance à éliminer ces pratiques au profit de la pratique des **AP**.

Selon Dechavane et Paris (1980) les différents groupes sociaux, le sexe, les classes populaires les plus privilégiées marquent également des différenciations sur la considération du corps. Ils affirment que plus on monte dans la hiérarchie sociale plus le corps devient objet de considération et de représentation sociale.

Pour l'homme un embonpoint est souvent synonyme de pouvoir économique. Ce pouvoir qui le place au devant d'une scène, lui procure une assurance et un dynamisme

certain. La recherche d'une aisance corporelle et les risques d'exposition à d'éventuelles maladies dues à la sédentarité fait qu'il s'adonne à la pratique des APS (Issa Mbaye, 1991).

La femme qui accomplit des tâches pénibles et nombreuses a un corps aussi robuste que celui de l'homme.

Borhane et Marie (2002) précisent « **Le corps est porteur de sens, il nous informe sur notre identité et nous permet de comprendre tous les signes révélateurs de notre appartenance culturelle. Tout ce qui se rattache au corps se retrouve au niveau du vécu de la personne à travers l'ensemble des objets transcrits, emmagasinés, rencontrés dans un sens interactif** ».

Pour ces auteurs, le corps est perçu comme un objet, une chose aidant l'individu à s'organiser dans un univers en perpétuel changement auquel il est appelé à s'identifier pour réaliser son épanouissement. Cela semble évident mais la complexité du réel et l'enchevêtrement de beaucoup de facteurs d'ordre social, juridique, politique ne facilite pas l'interprétation de la symbolique corporelle sans la référence au contexte socioculturel.

L'étude de l'image nous renvoie inévitablement à celle du regard et à tout ce qui est accessible ou inaccessible au regard. Les femmes, en pratiquant des APS, s'exhibent aux regards concupiscent des hommes.

Dans la culture musulmane, il existe tout un discours sur le regard. Au corps humain est imposée une classification selon les zones de pudeur. Les juristes ont classé leur protocole de regard : les *zones regardées* et les *regardants*. Il existe donc tout un enseignement, un ensemble de règles, sur *qui regarder, quoi regarder, comment regarder et combien de fois regarder*.

C'est une véritable discipline du regard, basée sur un principe formel, condition sine qua non de la foi : la personne qui regarde l'autre, doit être sûre que cela ne suscite ni désir, ni concupiscence. L'existence du regard licite et illicite en islam est à la base de problèmes liés à la présence de l'autre. Pour cela la femme ou l'homme ne doit pas s'exhiber, ni défier le regard de l'un ou de l'autre, encore moins provoquer le moindre désir. A l'heure actuelle, cette conception paraît moins respectée car le débat autour du regard, de l'espace, de la tenue sportive est réglé d'un milieu à un autre selon les contextes sociaux.

Pour cela, le stade, considéré comme un espace masculin, est entrain d'être investi par les femmes compte tenu de l'appréciation qu'elles font de cette pratique, des avantages et bienfaits qu'elles peuvent en tirer.

L'idée que se font certains est que le stade est un espace surexposé, saturé de regards ou de présences, il est indicateur de normes. De nos jours, une révolte contre cette théorie portée sur le regard et son unidimensionnalité, jusque-là admise, est remise en cause. Il

convient de poursuivre les réflexions pour que les stades ne s'exposent plus comme espace de discrédit de la femme, mais bien comme celui de l'expression de son identité et de son originalité.

Ainsi, à travers l'**AP**, la femme découvre une relation avec son corps, elle se le « **réapproprie** » comme un moyen d'expression et trouve un terrain propice d'affirmation de soi et d'autonomie.

D'après Bargach (1994) : « **pour les jeunes filles âgées de plus de 16 ans, pratiquer une AP en dehors du cadre scolaire est loin d'être évident. Pour celles qui y sont autorisées, la pratique en club constitue un espace de liberté supplémentaire venant en sus de celui déjà accordé par l'école. Pour les autres, les réticences observées montrent qu'à l'aube du XXI^{ème} siècle, beaucoup de jeunes femmes subissent toujours le poids des interdits propres à la culture arabo-musulmane et continuent à être considérées par les coutumes et les lois comme des êtres mineurs** » (p 113).

Pourtant, l'islam est sans nul doute la seule conception qui pourrait mettre fin aux tendances néfastes de certaines perceptions de l'image de la femme et de la place attribuée à celle-ci qui ne conforte pas son statut.

De ce fait, il montre que la femme a les mêmes aptitudes que l'homme en matière de pratiques religieuses et d'accomplissement des obligations légales.

1.4 Les effets bénéfiques de la pratique des APS.

Il n'est plus à démontrer que la pratique régulière d'une **AP** joue un rôle important sur la qualité de la vie et, tout particulièrement, sur le maintien d'un bon état de santé et la prévention de nombreuses maladies (Hardman et Stensel, 2003).

Que ce soit pour la prévention et l'évolution de certaines maladies, pour une amélioration du bien-être et de l'hygiène de vie, les bienfaits d'une **AP** adaptée et bien conduite sont incontestables.

Dans son article n°14 du dossier en santé publique (1996), portant sur les aspects bénéfiques de la pratique des **APS**, l'**OMS** fait ressortir qu'en 1850, un tiers de l'énergie totale nécessaire pour faire fonctionner les manufactures était d'origine musculaire.

Si l'on accorde du crédit au rapport établi en 1979 par « **l'American Association of Fitness Directors in Business and Industry** », cette part était inférieure à 1% compte tenu de l'industrialisation avancée.

A l'inverse de nos ancêtres, nous ne devons pas réaliser de gros efforts pour trouver de la nourriture. Les avancées technologiques que connaissent les moyens de transport,

l'automatisation et l'équipement économisent la main-d'œuvre et épargnent généralement toute débauche d'énergie.

La notion de plaisir domine fortement, au détriment de la notion de santé. On mange ce que l'on veut, ce dont on a envie, et à n'importe quel moment de la journée sans se soucier des répercussions que cela peut avoir sur le corps. Un accroissement de personnes en surpoids s'effectue au fil des années car le corps stocke les graisses et ne peut les évacuer. Dans le même temps, l'espérance de vie passait d'environ 40 à près de 75 ans. Il serait néanmoins fallacieux d'associer directement ces deux évolutions paradoxales, laissant ainsi croire que l'activité physique est préjudiciable à la santé (Chassard, 1994).

Cet article continue en faisant ressortir que l'augmentation de l'espérance de vie est liée à de nombreux facteurs tels que l'accroissement de l'hygiène générale de vie, l'amélioration des conditions de travail, la diminution de la mortalité infantile, les progrès de la médecine.

En plus, il précise que d'un côté de nombreuses études épidémiologiques montrent que la sédentarité représente un important facteur de risques pathologiques. D'un autre côté, une pratique physique régulière possède des vertus préventives voire thérapeutiques qui sont maintenant bien argumentées. Enfin, il affirme que l'effort physique réalisé dans des conditions standardisées peut aussi représenter un outil diagnostique permettant la mise en évidence des maladies à un stade infra clinique.

C'est pourquoi, nombreux sont les pays qui ont inscrit la promotion des **APS** dans le cadre de leur politique de santé et créé des centres d'investigation clinique dans lesquels les tests d'évaluation des capacités fonctionnelles à l'effort jouent un rôle prépondérant.

Ainsi, la pratique des **AP** est un processus constant qui dure toute la vie. Elle aide la personne à chacune des étapes de la vie, qu'il s'agisse de l'enfance, de l'adolescence, de la vie adulte ou de la vieillesse. Pour cela, les sujets bénéficiant d'un programme d'**AP** de qualité ont :

- des meilleures habiletés de santé ;
- des attitudes positives à l'égard d'une vie active ;
- une tendance à obtenir un rendement meilleur.

En un mot l'activité physique contribue, d'une part, à l'amélioration de la santé globale qui selon l'**OMS**, était jadis perçue comme l'absence de maladie ; d'autre part, à la prévention de certaines maladies et blessures afin d'acquérir un certain niveau de bien-être **physique, mental et social**.

1.4.1 Amélioration de la santé biophysique.

Selon l'OMS (2010), l'inégalité sociale, la pauvreté et l'accès inéquitable aux ressources, notamment aux soins de santé, provoquent une lourde charge de maladies non transmissibles qui pèse sur la population en générale et en particulier sur les femmes partout dans le monde.

Les femmes, bien qu'elles aient généralement tendance à vivre plus longtemps que les hommes avec des maladies non transmissibles (OMS 2008), elles sont souvent en mauvaise santé. Une AP régulière est susceptible d'améliorer la santé des femmes et de contribuer à prévenir nombre des maladies et affections qui constituent pour elles des causes de décès et de handicap partout dans le monde. De nombreuses femmes souffrent de processus pathologiques liés à un manque d'Activité Physique. Ainsi, l'OMS dans son rapport de 2010 a révélé que :

L'AP diminue les maladies cardiovasculaires : ces maladies sont les principales causes de décès partout dans le monde. Le maintien d'un style de vie actif et, au moins, d'un bon niveau de forme physique, peut réduire de moitié les risques de maladies ou de mortalité cardiovasculaire.

Les bénéfices de l'AP sur la santé du cœur et des vaisseaux sanguins peuvent être atteints même pour des niveaux modérés d'Activités Physiques, en particulier chez les personnes sédentaires. La marche, le vélo ou quatre (4) heures d'activité récréative par semaine sont toutes associées à la réduction du risque de maladie cardiovasculaire.

L'AP aide également à réhabiliter les personnes ayant souffert d'une maladie cardiaque et réduit le risque de décès futur. Les statistiques de l'OMS en 2010 font ressortir que les maladies cardiovasculaires sont responsables d'un tiers des décès parmi les femmes au niveau mondial et de la moitié de tous les décès chez les femmes de plus de 50 ans dans les pays en développement.

L'AP prévient le diabète : l'obésité a fait augmenter fortement ces dernières années l'incidence du diabète de type II. Cependant, il est bien établi que l'inactivité est aussi un facteur de risque. Les résultats de l'étude de l'OMS indiquent que les individus les plus actifs ont 30 à 50% de risque en moins de développer un diabète que leurs homologues sédentaires. L'AP permet de ralentir ou de prévenir le passage de l'intolérance au glucose vers le diabète.

Elle a également des bienfaits chez les personnes diabétiques. Une autre étude de l'OMS (2008) a montré qu'une AP telle que la marche, le vélo, répété trois fois par semaine pendant 30 à 40 minutes est capable de produire une légère mais significative amélioration du taux glycémique chez les diabétiques. Les statistiques de l'étude montrent que le diabète

affecte actuellement plus de 70 millions de femmes dans le monde et dont la prévalence devrait doubler d'ici 2025.

L'AP diminue l'obésité et la surcharge pondérale : le maintien du poids dépend de l'apport et de la dépense d'énergie. Quand l'apport excède la dépense sur une certaine période de temps, la surcharge pondérale ou l'obésité peut se développer.

Les avantages de l'AP sur la prévention de l'obésité sont étayés par plusieurs études. On retient celle de l'OMS en 2008. En effet, elle rapporte que l'AP semble protéger contre le gain typique de poids vers la quarantaine. Chez ceux qui ont déjà une masse corporelle importante ou qui sont même obèses, l'AP peut être accompagnée d'une perte de poids si elle est combinée à une alimentation pauvre en calorie.

L'AP est aussi efficace pour réduire la graisse intra abdominale. Il a été également montré que les personnes actives voient le risque de diabète diminuer à un niveau comparable à celui de la personne non obèse. Cela signifie qu'il n'est pas dangereux d'être gros si l'on est actif.

L'AP prévient le cancer : l'OMS en 2008 précise qu'être physiquement actif semble réduire le risque de certains cancers en particulier si l'effort est modéré.

Elle prétend que l'AP diminue de 40 à 50% le risque de développer un cancer colorectal, et qu'elle peut aussi avoir un impact positif sur certaines autres formes de cancer comme le cancer de sein. Son rôle bénéfique sur le cancer du sein se confirme, car plus importante est la pratique, moins il y a de risque de développer un cancer de sein.

De la même façon, plus l'activité est régulière, plus le risque diminue ; plus l'intensité est élevée, moins on risque de développer un cancer de sein. Pour cela, le meilleur moyen de prévenir une tumeur est d'adopter un style de vie sain et de pratiquer une AP régulière et consistante.

1.4.2 Amélioration de la santé mentale.

Nos sociétés semblent bien connaître des problèmes dont l'ampleur est sans précédent : stress destructeur, drogue, violence, suicide sont des mots qui reviennent quotidiennement dans l'actualité. Ces problèmes que l'on associe à la santé mentale, sont des véritables dangers pour l'humanité toute entière.

L'Organisation Mondiale de la Santé précise, en 2008, qu'une pratique régulière de l'AP rehausse la santé mentale d'un sujet et contribue à sa croissance et à son développement.

Hardman et Stensel (2003), affirment d'une part, qu'un impact non négligeable d'une pratique régulière d'une AP sur la santé mentale est observé même chez les personnes en

bonne santé, d'autre part, qu'un grand nombre d'études attestent de l'amélioration de l'état psychologique grâce à la pratique régulière d'une **AP**.

Pour cela, il est important d'éduquer, d'encourager et de motiver la population en général et la femme en particulier à participer régulièrement à la pratique des **AP**. Cette pratique doit être introduite dès le jeune âge car les habitudes acquises durant l'enfance se transposent dans la vie adulte et que, la participation régulière à l'**AP** a une incidence positive sur le comportement et le mode de vie adopté pendant sa jeunesse.

D'après une étude réalisée au Québec en 2005 sur « **les statistiques des maladies fréquentes** », il ressort qu'après les grossesses et les accouchements, les troubles mentaux constituent la principale cause d'hospitalisation de courte durée chez les sujets âgés de 15 à 44 ans et représentent 20% de dépenses publiques de santé.

Cette pratique accrue des **AP**, contribuera à réduire considérablement les coûts associés aux soins en atténuant les facteurs de risques à diverses maladies.

Ainsi, les études réalisées dans ce domaine, notamment celles de Silly et all (1998), ont permis de mieux comprendre le lien qui existe entre l'**AP** et le bien être psychologique.

C'est ainsi qu'ils ont montré que :

L'AP diminue le stress : le stress est une réponse positive ou négative à certaines situations de la vie quotidienne ou à certains événements qui surviennent au cours de l'existence. Il constitue en quelque sorte une réponse de l'organisme à une stimulation ou à une agression à tout changement qui demande une adaptation importante imprévue.

Ils font ressortir que la sédentarité, l'oisiveté sont à l'origine du stress responsable du déclenchement de nombreuses affections somatiques comme l'ulcère, la migraine, etc. Et que, une pratique régulière d'une **AP** contribue ainsi à éviter les conséquences à long terme du stress car il empêche l'accumulation des stimuli au stress, à diminuer l'état d'alerte, à savoir comment se relâcher, à se détendre musculairement et mentalement, à avoir du plaisir, à en profiter pleinement et à exprimer ses émotions.

Ils ont également démontré que les personnes qui pratiquent régulièrement l'**AP** apprennent à se fixer des objectifs réalistes sur le plan de l'auto efficacité et établissent un juste équilibre entre le travail intellectuel et le travail physique. Et enfin, les personnes en bonne forme physique démontreraient une faible réaction au stress psychosocial et que l'**AP** joue un rôle plutôt préventif que curatif dans ce processus.

L'AP diminue la dépression et l'anxiété : les psychologues comme Sully (1998), Perrin C (2006) disent généralement à leurs patients : « **l'AP c'est bon en tout temps** ». Parce que disent-ils : « **une pratique régulière de l'AP fait sécréter des endorphines, ce qui crée un**

effet d'apaisement, et entraîne une diminution de la dépression et de l'anxiété dans le cas où elles sont légère ou moyenne ».

Selon des études menées par Sully et al (1998), il existe une corrélation positive entre l'AP et le bien-être psychologique et ces études ont démontré que l'AP modérée, pratiquée de façon régulière, réduit les symptômes de la dépression, de l'anxiété, de la névrose d'angoisse et entraîne une amélioration de l'image de soi, des habiletés sociales, et du bien-être surtout si les sujets adhèrent à des programmes d'AP pendant plusieurs mois.

Wankel (1993), affirme que lorsqu'on a recours à l'AP dans le traitement de la dépression et de l'anxiété, il est important de considérer le plaisir et la satisfaction ressentis lors de l'AP. Il continue en notant que plus le plaisir associé à l'AP est grand, meilleurs seront les bénéfices sur le bien-être psychologique.

L'AP diminue la perception négative de soi : Coopersmith (1984), dans un premier temps a défini l'estime de soi comme étant : « **l'expression d'une approbation ou d'une désapprobation portée sur soi. Elle indique dans quelle mesure un individu se croit capable, valable, important** ».

Ensuite, il affirme que l'estime de soi a longtemps été considérée comme un trait de la personnalité, une disposition stable, chaque individu était ainsi caractérisé par une estime de soi élevée ou à l'inverse faible et cela faisait partie de sa personnalité. Il insiste, en précisant que l'AP peut très efficacement contribuer à augmenter l'estime de soi, à améliorer la perception que le sujet a de son image corporelle ainsi que le renouvellement du plaisir de pratiquer une variété d'AP sur une base régulière.

Tous ces auteurs, à travers leurs études ont démontré que la pratique de l'AP et la vie active contribuent à améliorer la santé mentale en augmentant le goût de vivre, en réduisant l'impact du mauvais stress, en diminuant le niveau d'anxiété et de la dépression légère, en augmentant l'estime en soi, en acquérant un meilleur équilibre psychologique et émotionnel, et en créant des liens d'amitié ou des réseaux de support.

1.4.3 Amélioration de la santé sociale.

Parler de l'amélioration de la santé sociale nous amène à établir une relation qui peut exister entre la pratique des AP et ce qu'elle peut procurer d'une manière générale à la société et à l'individu en particulier.

Outre son rôle positif dans la promotion du bien-être et de la santé tant physique que mentale, la pratique d'une AP est aussi généralement associée à des effets « **sociaux** ». Cette

pratique est aussi considérée comme « **une activité humaine qui repose sur des valeurs sociales, éducatives et culturelles essentielles** ».

Selon De Knop (1993), « **la pratique des AP est fréquemment utilisée comme moyen de prévention ou de lutte contre de nombreux maux et problèmes de la société** ».

En effet, la santé sociale est le mécanisme qui conduit à favoriser l'intégration et le bien-être des personnes au sein de la société. La sociologie a bien mis en évidence les inégalités sociales en matière de rapport au corps, de rapport à la santé et aux activités physiques.

D'après Blair (1989), « **La " naturalisation " de l'activité physique ne saurait gommer les effets de la culture. Par ailleurs, on sait que la montée de la représentation de soi comme individu autonome et responsable concerne principalement les populations culturellement favorisées** » (p. 17).

Comment alors toucher ceux qui n'ont pas le désir de bouger, ceux pour lesquels l'activité physique ou tout simplement la santé sont en dehors des préoccupations ?

Pour cela, accompagner les personnes vers la pratique d'une activité physique et créer des environnements plus favorables relèvent de la responsabilité de la société. Il faut donner du sens à cette activité génératrice de participation sociale et de développement de compétences. Les professionnels de l'Activité Physique ont un rôle à jouer dans cet accompagnement individuel, comparable à celui joué par les diététiciennes dans l'adoption d'une alimentation mieux équilibrée, comme l'explique la sociologue Claire Perrin.

Broustel (1996), précise que « **Le devoir de contrôle de leur propre activité physique par les individus au nom de leur santé reste en dehors des préoccupations de la plupart des plus sédentaires. Pour perdurer, l'Activité Physique gagne à être liée à des expériences de réussite, de bien-être et de plaisir. Or, le plaisir de bouger ne provient pas tant de l'exercice du corps en tant qu'organisme biologique que du sens de l'Activité Physique et des interactions sociales qu'elle occasionne pour celui qui la pratique** ».

Selon cet auteur, les Activités Physiques semblent alors essentiellement relever d'une affaire de goûts et de saveurs, éminemment sociale et qui ne saurait se passer de l'expérience. Ainsi, l'aspect bénéfique à travers la pratique des AP contribue à l'amélioration de la santé et participe par la même occasion à l'atteinte d'une meilleure socialisation de l'individu.

Pour Blair en 1989, « **les effets bénéfiques de la pratique d'une AP contribuent à améliorer la santé sociale en prévenant et en combattant diverses formes de violence contre soi-même (suicide, anorexie, solitude), contre les autres (agressivité, sexisme, racisme), contre l'environnement physique (vandalisme)** ».

Selon cet auteur, les Activités Physiques constituent en quelque sorte une micro société, dans laquelle l'individu apprend à s'adapter le plus rapidement et le plus efficacement possible à une variété d'environnements physiques et humains. Placé dans des situations de jeu où il y a confrontation, il apprend à contrôler ses émotions et à résoudre des conflits. En plus d'acquérir des moyens pour lutter contre la solitude, il développe des attitudes et des comportements responsables, il apprend à s'intégrer, à établir des relations, à s'entendre avec un partenaire, à s'opposer à un adversaire, à travailler en équipe etc.

Il continue son développement en précisant que : « **L'Activité Physique constitue un moyen de socialisation unique, puissant et diversifié. La richesse des contextes qu'on y rencontre favorise autant le développement d'une conscience sociale que l'apprentissage de comportements pacifiques, qu'il faut privilégier lors de compétitions contre soi-même, les autres ou l'environnement, à des niveaux ou dans des situations de stress variées** ».

D'après cet auteur, L'Activité Physique facilite l'apprentissage de la vie en société. Elle permet de vivre avec d'autres des expériences heureuses, de s'affirmer, de se valoriser, de s'intégrer au sein d'un groupe, de se sentir utile et accepté. Elle contribue ainsi à diminuer certains comportements anti - sociaux ou auto - destructeurs comme le crime, la délinquance, le vandalisme, la drogue, la consommation d'alcool.

Ainsi, l'aspect bénéfique à travers la pratique des **AP** contribue à l'amélioration de la santé et participe par la même occasion à l'atteinte d'une meilleure socialisation de l'individu.

CHAPITRE II

PRESENTATION DU CHAMP D'ETUDE :

Notre recherche a pour cadre d'étude le Niger, un pays de l'Afrique occidentale. C'est pourquoi, nous nous devons de présenter ce pays dans certains de ses aspects. Un accent particulier est mis sur la région de Niamey, précisément dans la communauté urbaine de Niamey qui est la capitale du Niger.

2.1 Présentation du Niger.

La République du Niger est un pays continental situé à la charnière de l'Afrique occidentale. Il s'étend sur 1.267.000km². Entièrement enclavé, il constitue un carrefour entre l'Afrique du Nord et l'Afrique Subsaharienne, il est limité à l'Ouest par le Burkina Faso et le Mali, au Nord par l'Algérie et la Libye, à l'Est par le Tchad et au Sud par le Nigeria et le Bénin.

Le Niger possède huit (8) principales régions qui sont : Agadez, Dosso, Diffa, Maradi, Niamey, Tahoua, Tillabéry et Zinder.

L'emblème du drapeau est tricolore, à trois bandes horizontales disposées comme suit : de haut en bas : bande Orange, bande Blanche (comportant un disque orange en son milieu symbolisant le soleil) et enfin la bande Verte.

La devise du pays est : ***Fraternité - Travail - Progrès.***

L'hymne national est ***la Nigérienne.***

La langue officielle est le ***Français.*** Mais chacun des groupes sociaux du pays dispose de sa propre langue. Toutes les langues ont un statut égal de langue nationale.

Quelques dates et repères du pays :

18 décembre 1958 : Proclamation de la République

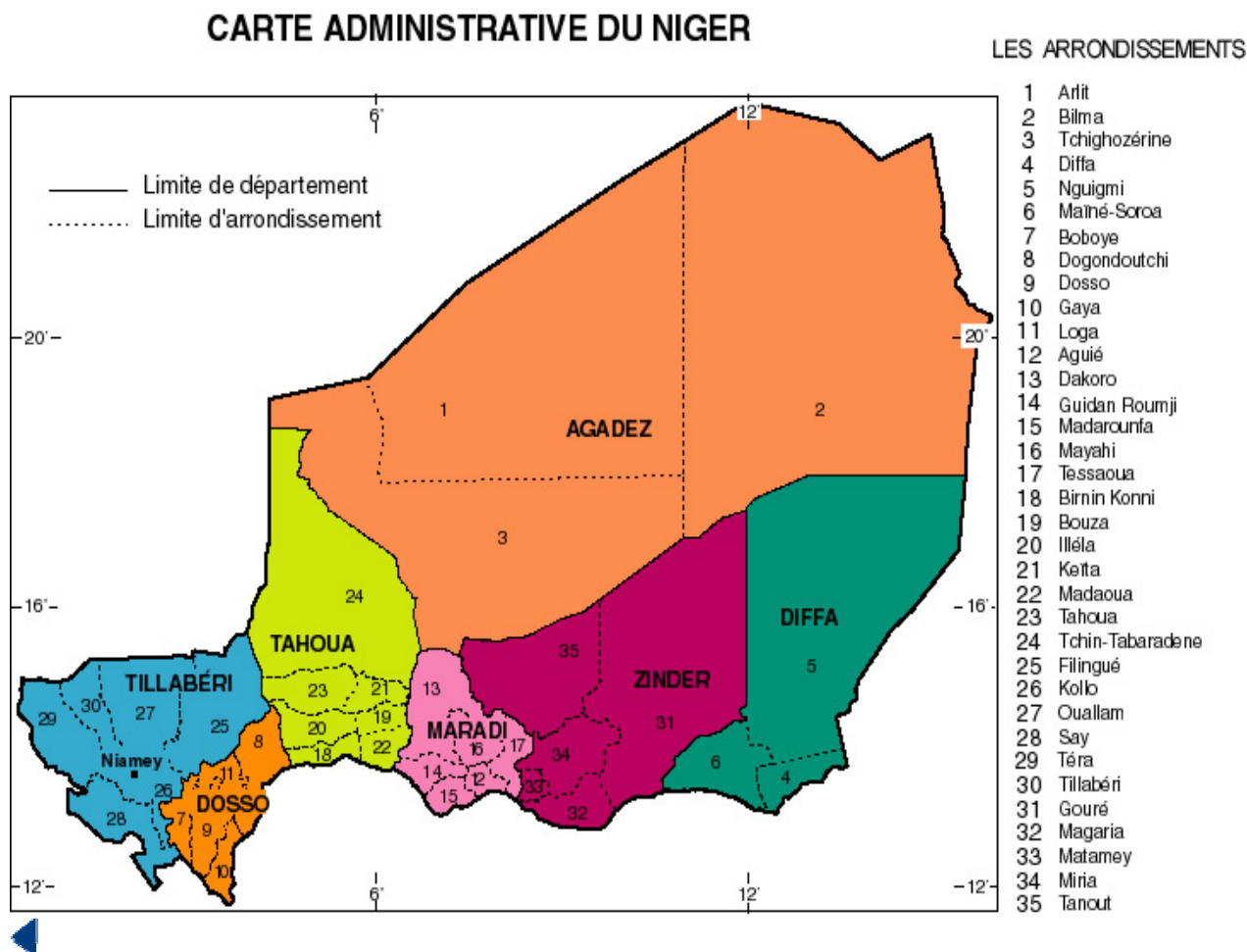
3 août 1960 : Proclamation de l'indépendance

19 Juillet 1991 : Ouverture de la Conférence Nationale Souveraine.

Après presque une décennie de vie politique tumultueuse avec des séries de coups d'Etat, le Niger s'est enfin vu doter en 1999 de nouvelles institutions démocratiques qui ont pu achever le premier mandat depuis l'avènement de la démocratisation de l'Afrique.

Le Niger vit une démocratisation multipartite avec près d'une trentaine de partis politiques dont les principaux sont : le MNSD Nassara, le PNDS Tarraya, la CDS Rahama, L'ANDP Zaman- Lahiya, le RDP Jamaa pour ne citer que ceux-là.

Photo n° 1 : Carte Administrative du Niger ¹



2.1.1 Le Relief.

Le pays se présente comme une immense pénéplaine d'une altitude moyenne de 300 mètres. Sa position géographique stratégique lui confère de nombreux atouts naturels, économiques et commerciaux indéniables. On y distingue cependant d'importantes dépressions généralement envahies par les sables et des horsts, massifs parfois coiffés d'appareils volcaniques dont le plus élevé, l'Air, culmine au mont Greboun à 2 310 mètres.

¹ Source : Issaka Hamadou 2008, modifié par Boubacar Seidou Avril 2008.

2.1.2 Le Climat.

Situé dans une des régions les plus ensoleillées et les plus chaudes du globe, le Niger est soumis à un climat essentiellement sec, avec de fortes amplitudes de températures. Il est confronté à de lourds handicaps naturels liés notamment à l'aridité croissante du climat.

Le régime est :

- Saharien au Nord où tombent en général 160 mm en moins d'un mois par an, sauf dans le désert où il ne pleut que rarement ;
- Sahélien au centre avec une pluviométrie de l'ordre de 600 mm sur 3 à 4 mois (juin à septembre) ;
- Soudanien au Sud, avec une pluviométrie plus importante dépassant 600 mm par an ;
- Une saison dite froide, de novembre à février ;
- Vient ensuite une saison dite chaude, de mars à juin. C'est l'harmattan ou la saison de la canicule ;
- Enfin, de juin à septembre, s'installe la saison des pluies, appelée également hivernage.

2.1.3 La population.

Selon l'Institut National de la Statistique (2010), la population du Niger est estimée à environ 15 203 822 habitants, dont 7 594 565 hommes et 7 609 257 femmes. C'est une population très jeune, car 51,9% ont moins de 15 ans. Sa croissance démographique qui est de 3,3% est l'une des plus élevée du monde. Il y a deux grands ensembles qui composent la population Nigérienne : les populations de race blanche, essentiellement nomades et les populations de race noire essentiellement sédentaires.

Les sédentaires se répartissent en plusieurs groupes : à l'Ouest les Djerma-Songhaï et les Gourmantchés, au centre et à l'Est les Haoussas, à l'Est et au Nord les Kanouri et les Toubous ; les Touaregs et les Arabes au Nord et les Peuls un peu partout dans le pays.

Les nomades occupent surtout le Nord du pays et comprennent principalement les Touaregs et les Peuls. L'ensemble de ces communautés vivent en parfaite harmonie du fait des liens solides (à la fois historiques, sociaux et religieux) qui les unissent depuis la nuit des temps. Ces liens sont par ailleurs confortés par des relations de parenté, fondées sur la plaisanterie. L'islam, religion majoritaire à plus de 90% de la population, couvre tout le pays ; il coexiste cependant, dans un esprit de tolérance, avec le christianisme et l'animisme.

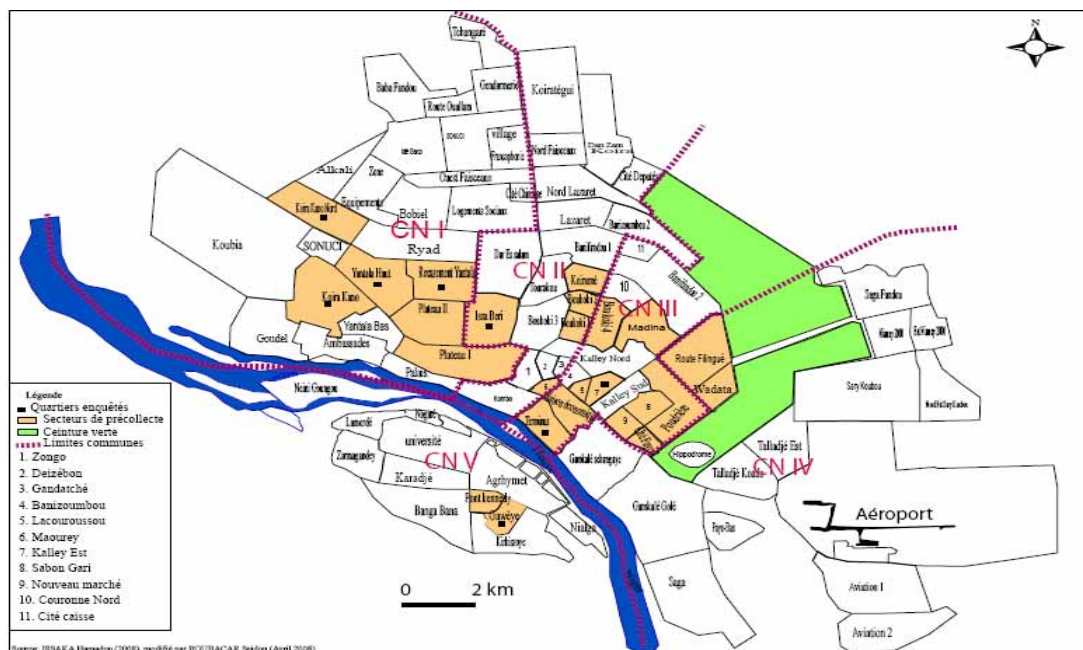
2.2 Présentation de la région de Niamey.

2.2.1. Historique de la Communauté Urbaine de Niamey.

Niamey, Capitale du Niger, signifiait dans une de nos langues (le Zarma), d'après certaines sources « **la rive de la mère** ». A l'époque, une vieille dame vivait au bord de la rive du fleuve où elle s'adonnait au petit commerce et les clients s'y rendaient pour leurs achats quotidiens. C'est ainsi que, en allant pour les achats chez la vieille, le client s'exclame en disant : « **je me rends à la rive de la mère** », en langue Zarma, « **GNAME** », d'où Niamey. Cette ville a connu plusieurs mutations à partir de 1927. Deux fois Capitale du territoire militaire du Niger, très rapidement Niamey devient un centre commercial, ce qui lui a permis une extension importante et rapide (Issaka A. 2005).

Ainsi, en 1954 Niamey devient une Commune mixte et en 1956 cette Commune connaissait son premier élu. Le décret n°67-055 du 18 novembre 1967 est intervenu pour ériger la Commune de Niamey en Ville et l'assimiler à un arrondissement. Le décret n°79-22 du 1^{er} mars 1979 annonce l'organisation de la Ville de Niamey en districts. Le 24 novembre 1988, par décret n°88-393/PCMS/MI, la Ville de Niamey recevait un statut, celui d'une Communauté Urbaine qui est administrée par un Maire ; ensuite avec la décentralisation, Niamey est devenue région avec cinq communes, dirigée chacune par un Maire et au-dessus desquelles, se trouvent un Président du Conseil Régional.

Photo n° 2 : Carte Administrative de la Communauté Urbaine de Niamey ¹



¹ Source : http://www.ird.bf/prog/sem/HTMLF/Illustration/c_nig.htm.

2.2.2. Situation géographique.

La région de Niamey est située le long du fleuve Niger, dans la partie Sud-ouest du pays. On retrouve sur la rive gauche les Communes de Niamey I, II, III, IV et sur la rive droite la Commune Niamey V.

La région de Niamey couvre une superficie de 239.263 km² ; elle se situe sur le parallèle 13°31 de la latitude Nord et le méridien 2°26 de longitude Est, à une altitude variant de 163 à 228 m.

2.2.3. Aspect démographique.

D'après l'INS (2010), la population de la région de Niamey est estimée à 1 222 066 habitants dont 611 173 femmes, avec un taux d'urbanisation de 8% ; elle se compose de : Zarma-Sonrai, Haoussa, Peulhs, Gourmantché, Touaregs, Kanouri et une forte communauté étrangère.

2.2.4. Aspect socio-économique.

La région de Niamey dispose de plusieurs centres commerciaux. Nous pouvons citer le grand marché, le petit marché, le marché de *Katako*, le marché de *Yantala*, celui de *Wadata*, le marché *Bonkaney*, le Nouveau marché, le marché *Albarka* et celui de la rive droite, sans compter des marchés de proximité dans certains quartiers. On note cependant l'existence de grands magasins et une zone industrielle en intense activité.

Sur le plan sanitaire, la région de Niamey dispose de trois grands hôpitaux (l'hôpital national, le centre hospitalier universitaire(CHU), l'hôpital régional), des maternités, des centres de protection maternelle et infantile (PMI), des centres médicaux, des cliniques privées et plusieurs officines.

Dans le domaine de l'éducation, on trouve une université, de grandes écoles professionnelles, des complexes d'enseignement secondaire (CES), des lycées, des collèges, des écoles primaires, des écoles maternelles et des établissements privés primaires, secondaires et professionnels.

Sur le plan socioculturel et sportif, Niamey dispose d'un stade omnisports : le stade Général *Seyni Kountché*, d'un stade municipal, d'un centre Africain de lutte sportive, d'un palais des congrès, d'un musée national, d'un centre culturel franco-nigérien, du centre culturel *Oumarou Ganda*, d'une maison de la culture, d'un centre de formation et de

promotion musicales, de foyers de jeunes (maisons de *samariya*), d'un complexe sportif universitaire et d'une piscine olympique d'Etat. A cela, il faut ajouter un nombre non moins important d'hôtels, de restaurants et de night-clubs.

La région de Niamey a, à sa tête, un gouverneur qui est le représentant du Président de la République au niveau de sa circonscription administrative. Il est le représentant de chacun des Ministres et exerce donc le pouvoir hiérarchique sur les services déconcentrés de l'Etat implantés dans la région. Il y assure la coordination et le contrôle sous l'autorité des Ministères compétents.

2.2.5. Aspect administratif.

Comme les autres régions du pays, Niamey renferme toutes les directions régionales dans plusieurs domaines et qui sont chargées de coordonner les activités relevant de leurs attributions. Parmi elles, se trouve la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports (DRJ/S), qui constitue le cadre de notre étude.

2.2.6. Rôles et attributions de la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports.

La Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports est un service annexe de la Communauté Urbaine de Niamey créée par décret n°03/MJS/C du 09 février 2001.

La Direction Régionale a pour attributions de :

- veiller à l'application de la politique du Ministère de la Jeunesse et des Sports ;
- gérer tous les problèmes administratifs, financiers, structurels et infrastructurels des installations sportives et culturels de la Communauté Urbaine de Niamey.

La Direction Régionale est dirigée par un inspecteur de la jeunesse et des sports qui en est le directeur régional.

Il est assisté de plusieurs collaborateurs qui l'aident dans l'exercice de ses fonctions dont :

- un chef de service du sport ;
- un chef de service de la jeunesse ;
- des assistants sportifs ;
- des assistants de jeunesse ;
- des chefs des services communaux ;
- des responsables des centres de jeunes.

CHAPITRE III

METHODOLOGIE :

Dans ce chapitre, nous faisons d'abord ressortir l'objectif de l'étude, ensuite ces intérêts et ces limites. Une autre partie qui présente les participants à l'étude, puis interviendra la présentation des outils de l'investigation utilisés pour atteindre les objectifs de notre étude. Et enfin, les difficultés rencontrées lors de la réalisation de cette recherche.

3.1 Les objectifs de l'étude.

L'objectif que nous visons à travers cette étude est de :

- voir si réellement les femmes de la CUN pratiquent ou non les **AP** ;
- évaluer leur régularité dans cette pratique;
- connaître les activités physiques qu'elles pratiquent ;
- dégager les raisons pour lesquelles elles pratiquent ou ne pratiquent pas ;
- identifier ce qui peut constituer des conditions favorables ou au contraire des obstacles à la pratique.

3.2 L'intérêt de l'étude.

A travers cette étude nous allons faire le point sur la pratique des **AP** par les femmes et recenser les problèmes qui constituent un frein à cette pratique afin de faire des suggestions aux autorités en charge du MJ/S en vue d'une meilleure prise en compte de l'aspect genre au niveau de toutes les structures.

3.3 Les limites de l'étude.

Nous avons ciblé les femmes pratiquant au SGSK et quelques-unes travaillant dans certaines administrations de la commune II. Pour des raisons d'ordre matériel, financier et de temps nous n'avons pas pu élargir notre population cible.

3.4 Les sujets.

Cette population est constituée des femmes de la CUN pratiquant des **AP** de maintien, de rééducation, de loisir, de certaines femmes de l'administration de la CN II, du personnel du corps médical évoluant dans le domaine des **APS**, à savoir, médecins, personnel subalterne et des personnes ressources.

3.4.1 Les femmes.

Pour mener à bien notre étude, le premier groupe interrogé a été celui des femmes de la commune II de Niamey. Ainsi, nous avons ciblé trois (3) groupes de femmes :

- le premier groupe a concerné les femmes qui pratiquent au niveau des deux salles du Stade Général *Seyni Kountché* qui sont au nombre de vingt quatre (24) ;
- le deuxième est composé de celles qui travaillent sur les installations annexes du SGSK ; celles là pratiquent à volonté et viennent quand elles ont le temps et sont au nombre de dix-huit (18) ;
- le troisième groupe comprend les femmes de certaines administrations de la commune Niamey II que nous avons trouvé sur leur lieu de travail, à savoir : le ministère de la culture et des arts, le ministère de la communication, le ministère de la jeunesse et des sports et la commune Niamey II. Elles sont au nombre de vingt (20) ;

Les tableaux n°1, 2, 3, et 4 présentent les participants à l'étude selon divers paramètres : *âge, situation matrimoniale, nombre d'enfants et niveau d'étude.*

Ces femmes ont un âge variant entre 20 et 52 ans. Elles sont pour la plupart mariées et ont un niveau d'études allant du moyen au supérieur. Quarante (40) d'entre elles ont des enfants en charge.

Tableau n°1 : Répartition des femmes selon leur âge

Tranche d'âge	Nombre	Pourcentage
20 à 24ans	5	8 %
25 à 29 ans	9	14 %
30 à 34ans	12	19 %
35 à 39 ans	11	18 %
40 à 44ans	14	23 %
45 à 49 ans	10	16 %
52 ans +	1	2 %
Total	62	100 %

Tableau n°2 : Répartition des femmes selon leur situation matrimoniale

Situation matrimoniale	Nombre	Pourcentage
Célibataire	17	27 %
marié	40	65 %
Divorcé	4	6 %
Veuve	1	2 %
Total	62	100 %

Tableau n°3 : Répartition des femmes selon le nombre d'enfants

Nombre d'enfants	Nombre	Pourcentage
0	22	35 %
1 à 4	32	52 %
5 à 9	8	13 %
10 +	0	0 %
Total	62	100 %

Tableau n°4 : Répartition des femmes selon leur niveau d'étude

Niveau d'étude	Nombre	Pourcentage
Moyen	15	24 %
Secondaire	5	8 %
Supérieure	42	68 %
Total	62	100 %

3.4.2 Le personnel du corps médical.

Pour compléter cette étude, nous avons interrogé un total de dix (10) membres du personnel médical évoluant dans le domaine des APS. A cet effet, nous nous sommes déplacées pour les rencontrer individuellement à leur lieu de travail et leur remettre des enveloppes contenant le questionnaire qui a été préparé d'avance et en même temps nous avons pris des rendez-vous avec ses derniers pour la récupération des formulaires.

Les membres de ce groupe de participants ont un âge compris entre 30 et 52 ans et plus de 50% d'entre eux ont 12 à 13 ans d'ancienneté dans leur profession. On dénombre neuf hommes, tous mariés et une seule femme. Nous comptons trois (3) médecins généralistes, un (1) médecin interne, un (1) médecin praticien du sport, un (1) médecin du sport, un (1) médecin biologiste du sport, un (1) kinésithérapeute, un (1) physiothérapeute et un (1) spécialiste de la rééducation fonctionnelle (Tableaux n°5 et 6).

Tableau n°5 : Répartition du personnel du corps médical selon leurs spécialités et leurs anciennetés

Spécialité	Nombre	Pourcentage	Ancienneté dans le corps
Généraliste	3	30 %	1 à 3 ans
Médecin Interne	1	10 %	6 ans
Médecin praticien du sport	1	10 %	12 ans
Médecin du sport	1	10 %	13 ans
Biologie Médecine du sport	1	10 %	13 ans
Physiothérapeute	1	10 %	13 ans
Kinésithérapeute	1	10 %	1 an
Rééducation fonctionnelle	1	10 %	13 ans
Total	10	100 %	

Tableau n°6 : Répartition du personnel médical selon leur âge et leur situation matrimoniale

Tranche d'âge	Nombre	Sexe	Situation matrimoniale
30 ans	2	H	mariés
31ans	1	H	marié
36ans	1	F	célibataire
38 ans	1	H	marié
41ans	2	H	mariés
45ans	1	H	marié
46 ans	1	H	marié
52 ans	1	H	marié
Total	10		

3.4.3 Les personnes ressources.

Pour compléter les informations de notre étude nous avons ciblés des personnes ressources qui peuvent apporter beaucoup d'informations pour approfondir les résultats de l'enquête.

C'est ainsi, que nous avons interrogé :

- le Secrétaire Général du MJ/S ;
- le Directeur des Sports ;
- le Président du Comité Olympique et Sportif Nigérien ;
- les Présidents des Fédérations Sportives Nationale du basket-ball, du hand-ball et du volley-ball.

3.5 Le choix des participants.

Le choix de notre population a été fait au hasard car nous ne maîtrisons pas l'effectif exact des femmes qui pratiquent les AP, par conséquent nous n'avons pas pu prélever un pourcentage.

En ce qui concerne le personnel du corps médical, nous avons interrogé les dix(10) qui étaient disponibles.

Pour les personnes ressources, nous avons ciblé des autorités du Ministère en charge du Sport qui sont au nombre de deux (2) : le Secrétaire Général et le Directeur du Sport.

Le président du Comité Olympique et Sportif Nigérien (1) et des dirigeants de certaines fédérations sportives nationales (3) à savoir celles du : basket-ball, hand-ball et volley-ball soit un total de six (6) personnes ressources.

Toutes ces personnes ciblées ont été touchées soit :

- sur les installations où elles pratiquent pour certaines femmes ;
- à leurs lieux de travail pour quelques femmes et les personnes ressources ;
- au niveau de leurs cabinets pour le personnel du corps médical.

3.6 Les instruments de collectes des données.

Deux types d'instruments ont été utilisés pour mener cette étude il s'agit d'un questionnaire et d'un guide d'entretien joints en annexe de ce document.

3.6.1 Le questionnaire.

Le questionnaire est un recueil de questions claires et précises qui peuvent être fermées, semi-ouvertes ou ouvertes. En ce qui concerne notre étude, deux questionnaires ont été conçus:

- un questionnaire adressé aux femmes ;
- un autre adressé au personnel du corps médical évoluant dans le domaine du sport.

Ces questionnaires comportent plusieurs rubriques :

- une première rubrique qui nous permet d'identifier les sujets ;
- une seconde qui est relative à la pratique des **APS** par les femmes ;
- une troisième rubrique se rapportant à la perception des avantages et inconvénients de la pratique des **APS** par les femmes ;
- et enfin celle portant sur les difficultés rencontrées et les propositions quant à l'amélioration de la participation effective des femmes aux **AP**.

Il faut surtout souligner que nous avons distribué un total de cent (100) questionnaires mais, nous n'avons pu récupérer que soixante deux (62).

3.6.2 Le guide d'entretien.

Le guide d'entretien nous a permis de recueillir des informations en rapport avec notre thème auprès du secrétaire général du Ministère de la Jeunesse et des Sports et du directeur des sports, du président du Comité Olympique et Sportif Nigérien, et des présidents de certaines fédérations sportives nationales comme le hand-ball, le basket-ball et le volley-ball.

A ce niveau, les questions posées ont traités à :

- leur appréciation sur la pratique des AP par les femmes ;
- l'existence ou non des textes réglementaires organisant la pratique des **AP** ;
- l'avantage de la pratique des AP ;
- l'encouragement à la pratique des AP par les femmes.

3.7 La collecte et le dépouillement des données.

3.7.1 La collecte des données.

Pour la collecte des données, nous avons distribué les questionnaires au hasard à toutes les femmes qui venaient au niveau des deux salles au cours de cette période par l'intermédiaire des animateurs.

Au paravent, nous nous sommes présentées au niveau des salles pour échanger avec les encadreurs qui nous ont facilité le contact avec les femmes.

Pour celles qui pratiquaient sur les installations annexes du Stade Général *Seyni Kountché*, nous avons distribué également au hasard à toutes celles qui acceptaient de prendre le questionnaire et en même temps nous prenions des rendez-vous pour les récupérer.

Ensuite, pour le troisième groupe qui concerne celui de certaines femmes de l'administration de la commune II de Niamey, nous nous sommes déplacées sur leur lieu de travail où nous avons aussi distribué les questionnaires en fonction de la disponibilité des personnes.

Il en a été de même pour le personnel médical évoluant dans le domaine de la pratique des **APS**.

En ce qui concerne le guide d'entretien, nous avons recueilli automatiquement les réponses aux questions posées aux personnes ressources ciblées.

A chaque étape nous avons essayé d'attirer l'attention des enquêtés femmes et hommes sur le caractère anonyme et personnel des résultats et leur liberté d'opinions par rapport aux informations à fournir.

3.7.2 Le dépouillement des données.

En ce qui concerne le dépouillement, il s'est effectué manuellement.

Dans un premier temps, nous avons trié les questions fermées par rapport à la nature de la réponse : négative ou positive (non-oui).

Pour les questions semi-ouvertes, nous avons aussi procédé de la même manière et ensuite nous avons regroupé les avis selon les ressemblances.

Et enfin, pour les questions ouvertes, les réponses ont été regroupées par groupe de similitudes ; ce qui nous a permis de trier les résultats afin procéder au calcul des pourcentages.

Ainsi, les réponses aux questions préalablement posées sont présentées sous forme de tableaux statistiques et sous formes de figures.

3.8 Les difficultés rencontrées.

Pendant nos travaux de recherche, nous étions confrontée à d'énormes problèmes dont, notamment :

- l'insuffisance de documents traitant de la pratique des **AP** chez la femme au Niger ;
- l'indisponibilité des femmes à se prononcer par rapport à notre préoccupation.
- L'insuffisance du temps matériel car l'enquête a eu lieu pendant que nous étions en stage de responsabilité.

A ces difficultés, il faut ajouter qu'on ne peut pas vivre loin de sa famille sans être stressée, surtout lorsque trois de ses enfants se présentent aussi à la même période à des examens du Baccalauréat, du Brevet d'Etudes du Premier Cycle, et du Certificat de fin d'Etudes Primaires.

CHAPITRE IV

PRESENTATION ET DISCUSSION DES RESULTATS :

Les résultats de cette étude ont portés sur quatre (4) volets :

Dans un premier temps nous présentons les résultats relatifs aux questionnaires adressés aux femmes ; ensuite, vont suivre les résultats relatifs aux questions adressées aux personnels du corps médical intervenant dans le domaine du Sport, puis ceux de l'entretien avec les différents responsables qui ont bien voulu nous donner leur point de vue sur le sujet et enfin, une partie portant sur la synthèse des résultats.

4.1 Réponses des Femmes.

4.1.1 Répartition des réponses par rapport à la pratique des AP.

L'idée était de recueillir dans un premier temps l'avis des enquêtées sur l'engagement des femmes, en général, à la pratique des **AP**, ensuite leur engagement personnel et enfin les raisons pour lesquelles elles pratiquent ou ne pratiquent pas les **AP**.

Pour cela nous avons posé trois types de questions qui sont : A votre avis les femmes nigériennes en général pratiquent-elles les **AP** ? Pratiquez-vous une **AP** ? Et enfin, dites les raisons pour lesquelles vous pratiquez ou pas une **AP** ?

Selon les résultats obtenus à la suite de ces questions, cinquante (50) femmes soit 81% ont affirmé que les femmes nigériennes en général ne pratiquent pas les **AP**; par contre dix 19% pensent qu'elles pratiquent (Fig. n°1).

Quant à leurs propres pratiques, cinquante et une (51) femmes sur les soixante deux (62) questionnées soit 82% ont affirmé qu'elles pratiquent régulièrement les **APS** (Fig. n°2). Il faut signaler que bon nombre d'entre elles ont été rencontrées au stade, leur lieu de pratique.

Par rapport à la 3^{ème} question, certaines ont prétendu pratiquer par passion soit 40%. Elles disent, par exemple : « **quand je ne pratique pas je me sens lourde, ou je me sens malade** », d'autres ont affirmé pratiquer pour maintenir la forme soit 23%, comme l'indique de cette répondante : « **La pratique des AP me permet de garder la ligne, je ne prends pas du poids** » et enfin, une autre catégorie des enquêtées soit 18% a répondu pour prévenir les maladies. « **Quelqu'un qui pratique les AP ne tombe pas malade facilement, la preuve même les médecins nous conseillent de pratiquer quelques AP** » sont une de leurs déclarations (Fig. n°3).

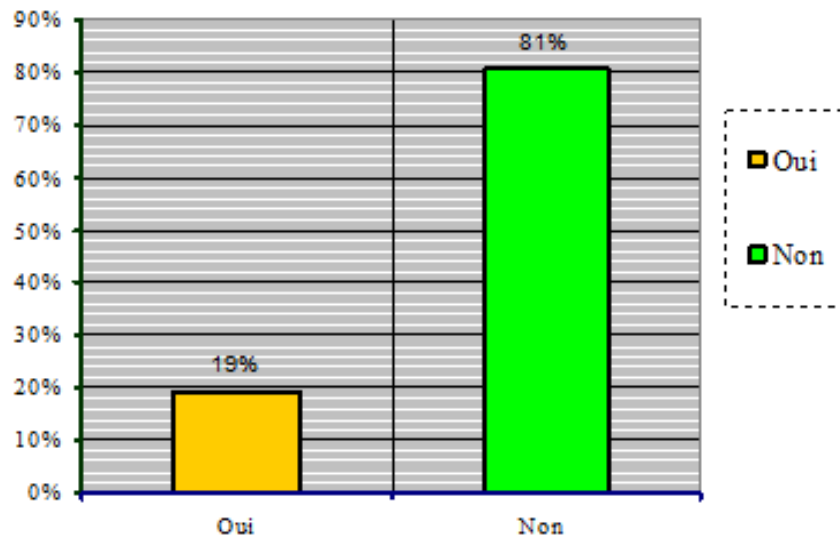


Figure n°1 : Proportion des répondantes selon qu'elles pensent que les femmes nigériennes pratiquent ou pas les APS:

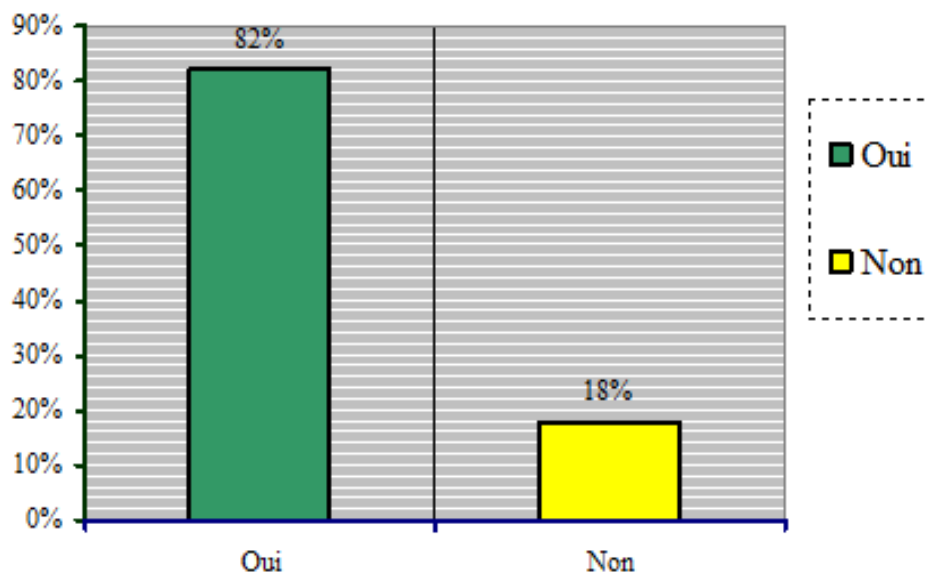


Figure n°2 : Pourcentage des femmes pratiquantes et non pratiquantes :

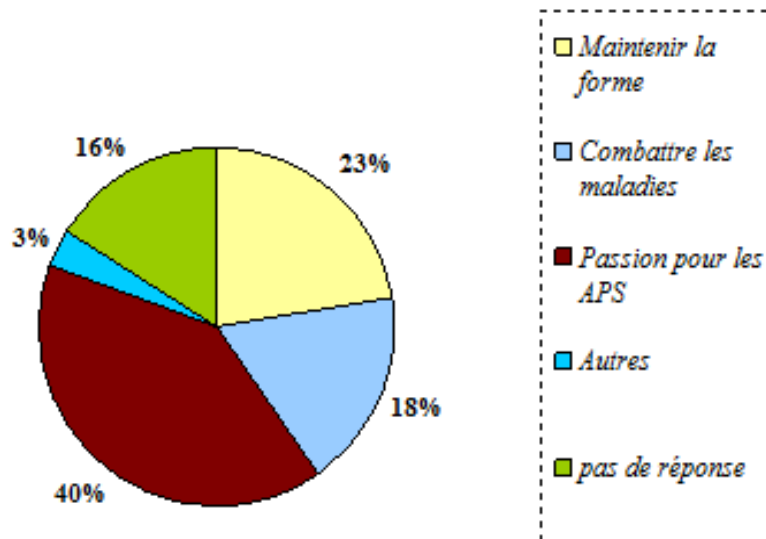


Figure n°3 : Répartition des raisons de pratique, avancées par les femmes :

4.1.2 Répartition des répondantes selon que leurs époux pratiquent ou pas les AP.

A ce niveau, nous avons voulu savoir si oui ou non les époux des répondantes pratiquent aussi les **APS**. Trente quatre (34) femmes soit 55% ont affirmé que leurs conjoints pratiquent une AP, vingt huit (28) femmes soit 45% ont répondu que leurs maris ne pratiquent les **APS** (Tableau n°7).

Tableau n°7: Répartition des répondantes selon que leurs conjoints (maris) pratiquent ou pas une AP.

Votre conjoint pratique-t-il une AP ?	VA	VR
OUI	34	55 %
NON	28	45 %
Total	62	100 %

4.1.3 Proportion des répondantes par rapport à l'influence du milieu sur la pratique des APS et à la compatibilité de la pratique et la gestion du foyer.

Il s'agit pour nous de savoir si le milieu où elles vivent est favorable ou pas à la pratique des **AP** d'une part, et d'autre part, de recueillir leurs avis sur la compatibilité entre la pratique des **AP** et la gestion du foyer.

Les figures n°4 et 5 donnent un aperçu sur les réponses apportées par rapport à ces questions.

Par rapport à la première question, trente trois (33) femmes soit 51% ont affirmé que leur milieu est favorable à la pratique des **AP**. A l'inverse, 47% ont affirmé que le milieu influe négativement sur la pratique des APS surtout que « **d'énormes préjugés sociaux pèsent sur les femmes** » (Fig. n°4).

Quant la question de la compatibilité entre la pratique des **AP** et la gestion du foyer, la figure n°5 fait ressortir que 50% des enquêtées ont répondu qu'il est possible de concilier la pratique des APS et la gestion du foyer, mais qu'il faut savoir s'organiser. Treize pour cent (13%) ont également affirmé cette compatibilité, mais ont rapporté qu'il faut se faire violence. Une autre tranche de la population enquêtée soit 11% a répondu que la pratique des **APS** est incompatible avec la gestion du foyer. Les femmes montrent, par exemple, « **qu'avec les enfants à bas âge et les travaux domestiques ce n'est pas évident** ».

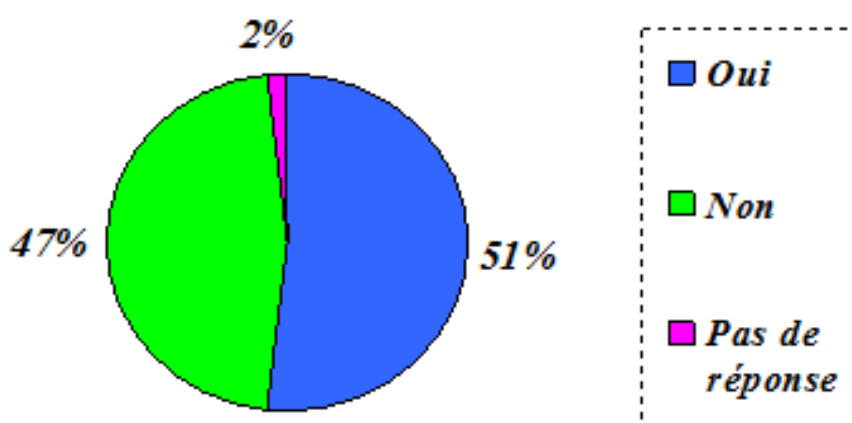


Figure n°4 : Pourcentage des répondantes par rapport à l'influence du milieu sur la pratique des **AP**.

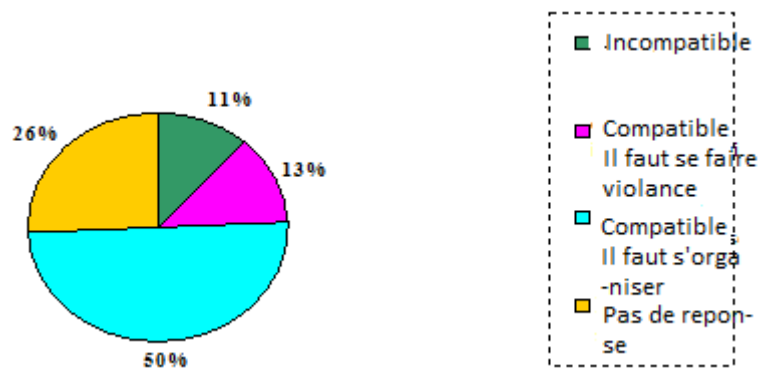


Figure n°5 : Proportion des répondantes par rapport à la compatibilité entre la gestion du foyer et la pratique des AP.

4.1.4 Répartition des avis des répondantes par rapport aux méfaits de la non pratique des AP.

A ce niveau, nous avons demandé l'avis des enquêtées sur les effets de la non pratique des AP.

En répondant à cette question, trente quatre (34) femmes soit 55% ont affirmé que l'inactivité les expose à certaines maladies « **comme le diabète, l'hypertension artérielle** » ; vingt deux (22) femmes soit 35% ont répondu que la non pratique des AP entraîne une surcharge pondérale. C'est le cas de cette répondante qui dit : « **si je ne pratique pas les AP, je prends du poids** » ; huit pour cent (8%) ont évoqué le vieillissement précoce comme l'indique cette dame : « **une femme qui pratique les APS donne l'impression d'avoir un âge jeune.** » (Fig. n°6).

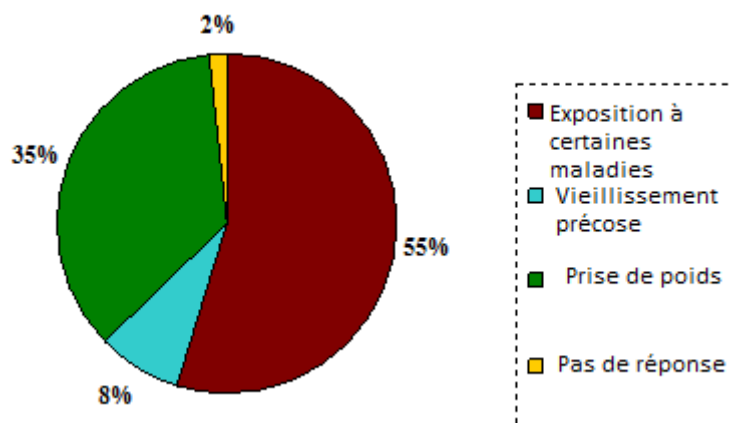


Figure n°6 : Répartition des réponses par rapport aux effets de la non pratique des AP.

4.1.5 Répartition des avis des répondantes par rapport aux avantages de la pratique des AP.

En ce qui concerne cette question, la figure n°7 fait ressortir que vingt six (26) femmes soit 42% ont répondu que la pratique des AP leur permet de lutter contre certaines maladies liées à la sédentarité, à certains stress de la vie comme l'a affirmé cette répondante : « **quand je pratique j'oublie mes soucis et même mes ennuis** » ; trente (30) femmes soit 49% ont affirmé que la pratique des AP leur permet de maintenir la forme.

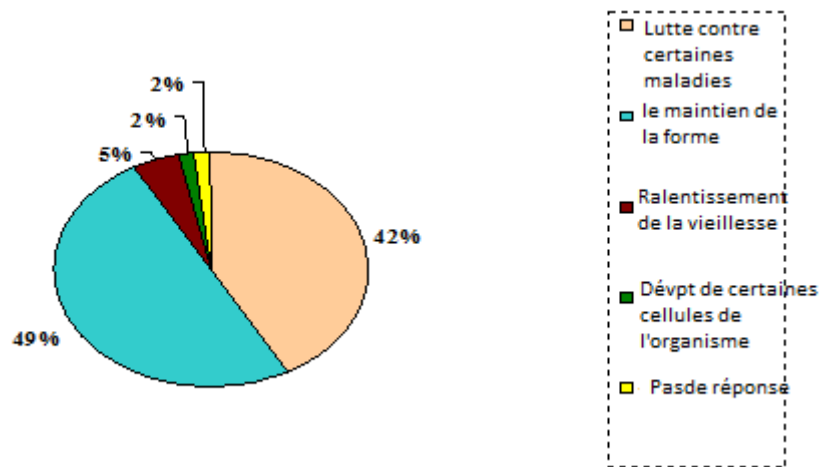


Figure n°7: Répartition des avantages liés à la pratique des AP.

4.1.6 Répartition des avis des répondantes par rapport à l'impact de la pratique des APS sur la féminité ou la maternité.

A ce niveau, nous avons voulu recueillir l'avis des répondantes sur les éventuels impacts de la pratique des APS sur la féminité ou la maternité.

En réponse à cette question, les répondantes dans leurs majorités ont répondu que la pratique des AP n'a aucun impact sur la féminité ou la maternité. Cependant, trente deux (32) femmes soit 51% ont répondu que la maternité n'a aucun impact sur la pratique des AP, dix (10) d'entre elles soit 16% ont répondu que la maternité réduit le temps de pratique, l'une des répondante dit que : « **quand tu es en état de gestation, tu es obligée de suspendre la pratique à un certain moment** » ; dix autres ont affirmé que la pratique des AP permet un bon rétablissement de la forme. Une des femmes affirme que : « **surtout après une**

maternité ou pendant la convalescence », six pour cent (6%) pensent la maternité diminue la performance (fig. n°8).

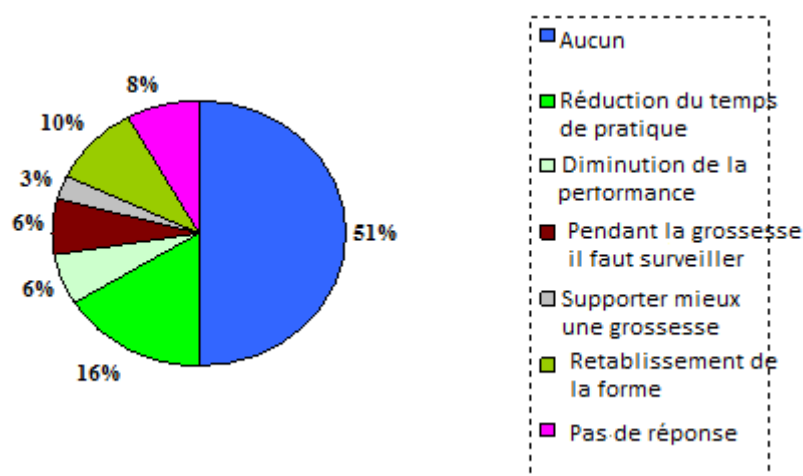


Figure n°8 : Répartition des éventuels impacts de la pratique des AP sur la féminité ou la maternité.

4.1.7 Répartition des avis des répondantes par rapport à l'influence de la religion sur la pratique des AP.

Dans un premier temps, la figure n°9 fait ressortir le pourcentage des enquêtées selon leur religion. Ainsi, cinquante quatre (54) femmes soit 88% des répondantes ont affirmé qu'elles sont musulmanes et six (6) soit 10% sont chrétiennes.

Ensuite, sur la figure n°10, nous avons présenté les avis des femmes par rapport à l'influence de la religion sur la pratique des AP. Quarante une (41) femmes soit 66% ont répondu que la religion n'a aucune influence sur la pratique des APS. Elles rappellent que : **« certaines personnes interprètent mal la religion »** ; par contre, vingt et une (21) femmes soit 34% pensent que la religion influence négativement la pratique des AP comme l'indique cette femme : **« avec les interprétations erronées de la religion, les gens profitent pour apporter des jugements incorrectes sur la femme qui pratique les APS »**.

Et enfin, 34% des femmes qui ont affirmé que la religion a une influence sur la pratique des AP ont donné les réponses suivantes : seize pour cent (16%) ont évoqué le port de la tenue. Pour la plupart, elles pensent que : **« l'entourage et les extrémistes surtout ont une mauvaise appréciation de la tenue sportive »** ; dix pour cent (10%) ont avancé les préjugés sociaux, elles disent que : **« ceux qui ne comprennent pas l'importance de la pratique et ses atouts interprètent mal la présence de la femme dans le domaine des AP »** et enfin, une autre catégorie des répondantes a évoqué d'autres raisons comme **« la cohabitation sur les installations »**. (Fig. n°11).

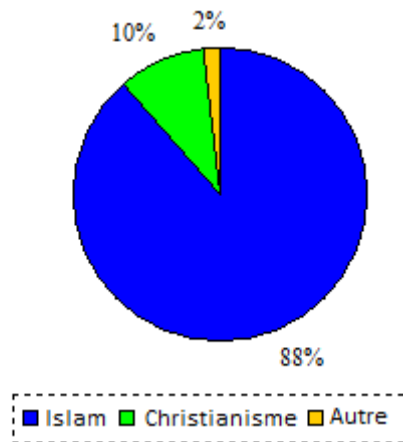


Figure n°9 : Proportion des répondantes selon leurs religions

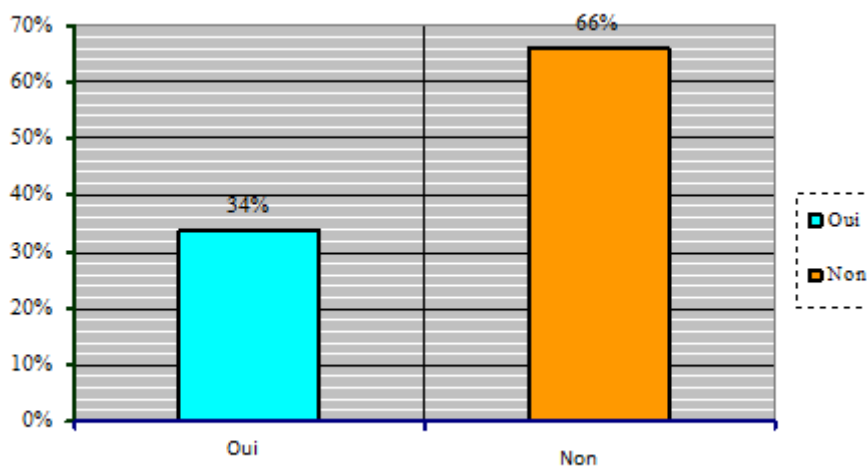


Figure n°10 : Répartition des avis des enquêtées par rapport à l'influence ou non de la religion sur la pratique des AP.

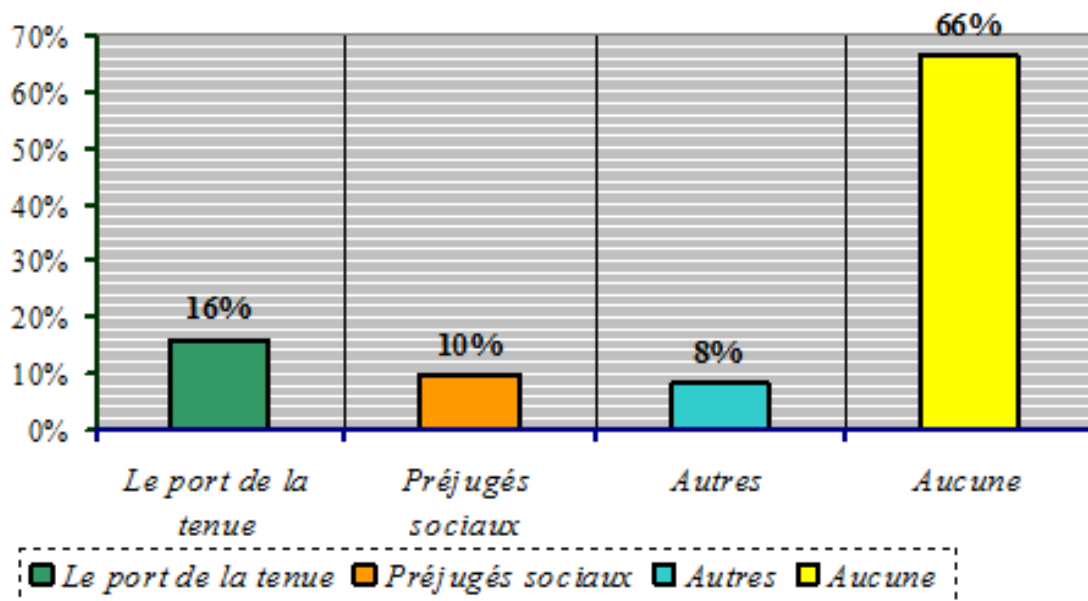


Figure n°11: Répartition des types d'influence de la religion sur la pratique des femmes.

4.1.8 Répartition des répondantes par rapport à leur lieu de pratique et leurs avis sur la mixité des groupes.

Il s'agit pour nous de savoir d'abord où elles pratiquent les **AP** et ensuite, de savoir si la mixité du groupe a une influence sur elles pour la pratique des **AP**.

En réponse à la première question, quarante deux (42) femmes soit 68% ont répondu qu'elles pratiquent au stade ; sept (7) soit 11% ont affirmé qu'elles pratiquent au gymnasium. Une des répondantes a d'ailleurs insisté en disant : « **je fréquente le gymnasium car je déteste le regard des autres** » (Fig. n°12).

En ce qui concerne la deuxième question, une bonne partie des femmes questionnées, vingt sept (27) soit 44% ont répondu que la mixité du groupe n'a aucune influence sur elles quant à la pratique des **AP** ; vingt deux (22) femmes soit 36% ont affirmé qu'elles sont gênées quand le groupe est mixte « **des fois le regard des hommes nous décourage et on n'est complexée** » sont quelques-uns de leurs propos (tableau n°8).

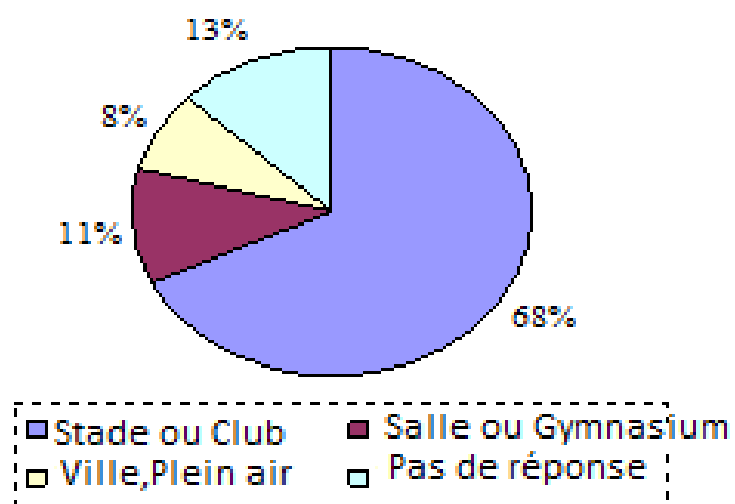


Figure n°12 : Répartition des réponses par rapport à leur lieu de pratique.

Tableau n° 8 : Répartition des réponses par rapport à l'influence de la mixité du groupe sur la pratique des AP.

Quelles influences la mixité du groupe a-t-elle sur vous pour la pratique des APS ?	VA	VR
Aucune	27	44 %
Gêne (complexe)	22	35 %
Motivation	5	8 %
Combattre les stéréotypes	3	5 %
Pas de réponse	5	8 %
Total	62	100 %

4.1.9 Répartition des propositions des répondantes par rapport aux infrastructures sportives.

Quant à leurs propositions par rapport aux infrastructures, quarante (40) femmes soit 64% ont répondu qu'il faut aménager des espaces uniquement féminins. Certaines répondantes ont tenu des discours comme : « **si les femmes ont des espaces uniquement réservés pour elles, l'affluence serait importante** » et deux pour cent (2%) ont affirmé qu'il faut construire des infrastructures de proximité dans toutes les communes (fig. n°13).

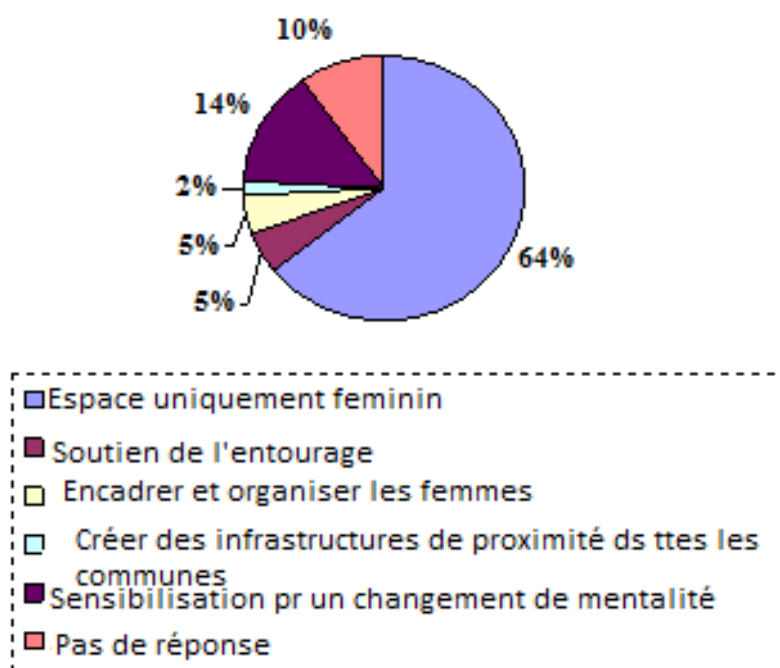


Figure n°13 : Répartition des propositions des répondantes par rapport aux infrastructures :

4.1.10 Répartition des avis des répondantes par rapport aux difficultés rencontrées pour la pratique des AP.

En répondant à cette question, divers aspects ont été évoqués, allant du manque de temps à certaines contraintes sociales et religieuses en passant par le regard des passants.

Ainsi, dix sept (17) femmes soit 27% ont répondu qu'elles sont confrontées à un problème de manque de temps comme l'affirme cette répondante : « **j'ai des difficultés pour agencer mon emploi du temps surtout quand je n'ai pas de domestique** » ; treize (13) soit 21% ont répondu qu'elles sont influencées par certaines considérations religieuses, pour illustrer cela, voici les propos tenus par une femme : « **avant de m'adapter, j'ai interrompu**

plusieurs fois à cause des suspicions des gens qui prétendent que nous partons au stade pour s'adonner à la délinquance » ; six (6) soit 10% ont affirmé qu'elles sont gênées par le regard des hommes ; et enfin cinq (5) soit 8% disent qu'elles ont trop de préoccupations familiales. (Fig. n°14).

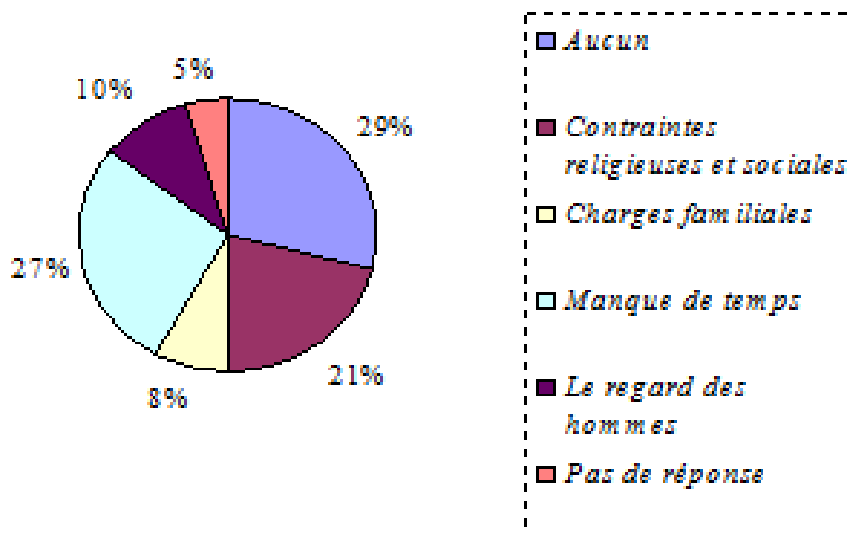


Figure n°14 : Répartition des problèmes rencontrés par les femmes pour la pratique des AP.

4.1.11 Répartition des propositions des répondantes pour encourager les femmes à une pratique effective des AP.

A ce niveau, il s'agit pour nous de recueillir quelques propositions des répondantes pour amener les femmes à s'adonner plus à la pratique des AP.

En répondant à cette question, divers aspects très intéressants ont été abordés.

Ainsi, trente (30) femmes soit 49% ont proposé qu'il faut sensibiliser, informer et éduquer toute la population sur l'importance de la pratique des AP, ensuite, vingt deux (22) soit 35% ont répondu qu'il faut structurer et organiser la pratique des AP. Enfin, trois (3) femmes soit 5% ont affirmé qu'il faut une implication effective de l'Etat et un autre groupe a répondu qu'il faut élaborer une politique nationale en matière de sport (fig. n°15).

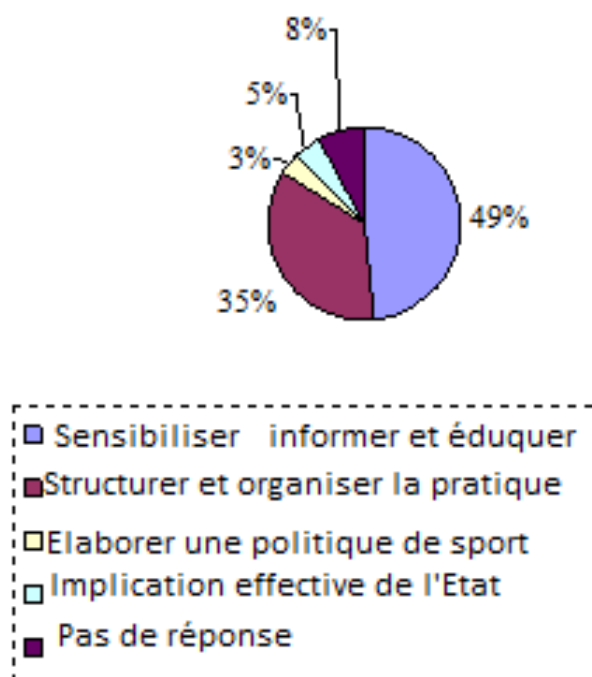


Figure n°15 : Répartition des propositions faites pour encourager les femmes à une pratique effective des AP.

4.2 Réponses du personnel du corps médical.

4.2.1 Proportion des répondants par rapport à la pratique ou non des AP par les femmes Nigériennes.

Il s'agit à ce niveau de présenter les statistiques en valeur absolue et en valeur relatif des points de vue du personnel médical par rapport à la pratique ou non des APS des femmes nigériennes.

A cette question, 60% soit six (6) répondants sur les dix (10) questionnés ont répondu que les femmes nigériennes pratiquent les AP comme illustré sur le tableau n°9.

Tableau n°9 : Proportion des pratiquantes révélée par le personnel du corps médical par rapport à la pratique ou non des AP

Pensez-vous que les femmes nigériennes pratiquent ou non des AP ?	VA	VR
OUI	6	60 %
NON	4	40 %
Total	10	100 %

4.2.2 Répartition des réponses relatives à l'avis du personnel du corps médical par rapport à la pratique des AP par les femmes.

A ce niveau, la question est de recueillir l'avis du personnel du corps médical par rapport à la pratique des APS par les femmes.

En réponse à cette question, il ressort que quatre personnes (4) soit 40% ont répondu que : « **c'est une très bonne chose car elle a beaucoup d'avantages** » ; quatre autres (4) soit 40% ont répondu que : « **les femmes Nigériennes pratiquent les AP mais de façon très timide** » ; et enfin deux d'entre eux (2) soit 20% ont répondu que : « **les AP doivent être vulgarisées car seules dans les grandes villes les femmes pratiquent** » comme illustré sur le tableau n°10.

Tableau n°10 : Avis du personnel du corps médical par rapport à la pratique des AP par les femmes.

Que pensez-vous de la pratique des AP par les femmes au Niger?	VA	VR
C'est une très bonne chose avec beaucoup d'avantages	4	40 %
Elles doivent être vulgarisées car seules, dans les grandes villes elles pratiquent	2	20 %
Les femmes Nigériennes pratiquent les APS de façon timide	4	40 %
Total	10	100 %

4.2.3. Répartition des réponses par rapport à l'existence des méfaits liés à la pratique des AP par la femme.

En répondant à cette question, la figure n°16 fait ressortir que 90% du personnel médical soit 9 ont répondu que la pratique des AP ne présente pas de méfait pour la femme ; par contre un (1) médecin estime qu'il y a méfait. Il spécifie que : « **des pratiques comme la boxe, la lutte et le catch sont dangereux pour la femme** » (fig. n°17).

La figure n°17 nous fait ressortir qu'un médecin des neuf qui ont affirmé que la pratique des AP ne présente aucune conséquence a ajouté que la femme en gestation doit surveiller sa pratique, raison pour laquelle nous avons obtenu les 10%, 10%, et 80%.

Donc la figure n°16 est relatif au pourcentage de l'avis des médecins par rapport aux méfaits de la pratique des AP pour les femmes et la figure n°17 fait ressortir les éventuels méfaits de la pratique selon certains médecins.

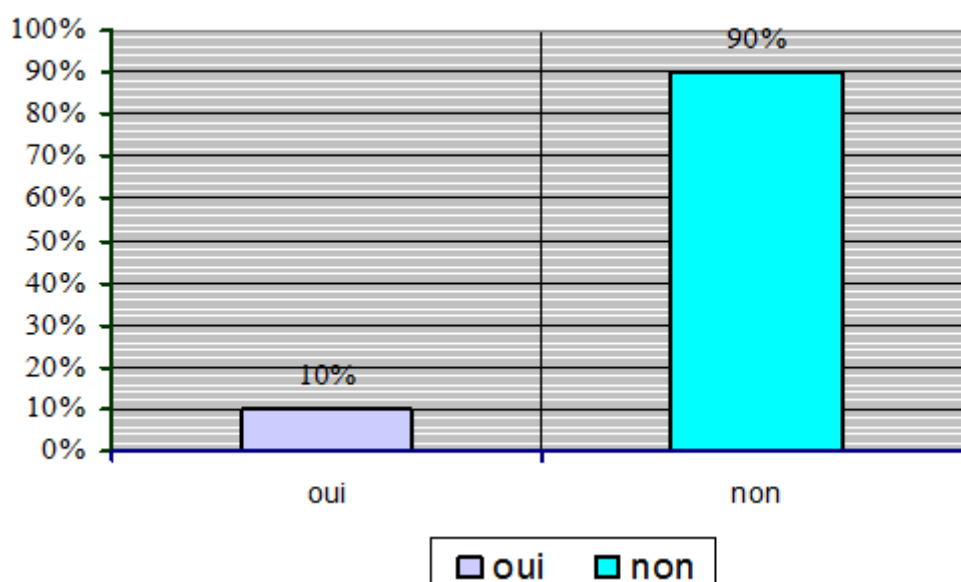


Figure n°16 : Répartition des avis du personnel du corps médical par rapport à l'existence ou non des méfaits dans la pratique des AP pour les femmes.

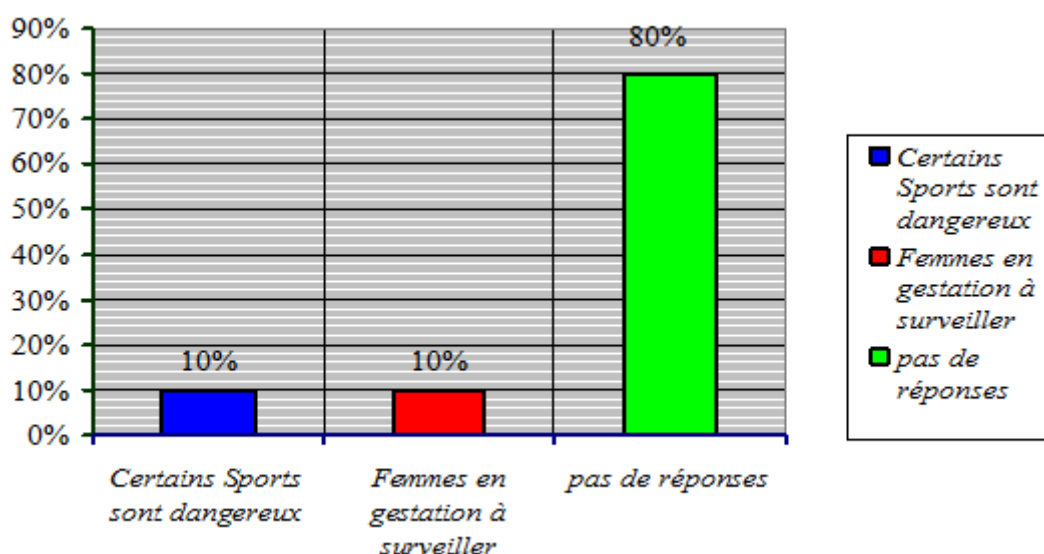


Figure n°17 : Répartition des réponses proposées par rapport aux méfaits de la pratique des AP.

4.2.4 Répartition des réponses relatives aux effets bénéfiques de la pratique des AP sur la santé de la femme et à son impact sur la maternité et la féminité.

Les avis recueillis auprès du personnel du corps médical par rapport à cette question ont d'une part, donné trois types de réponses à savoir 60% des médecins soit six (6) ont répondu que la pratique des AP permet de prévenir certaines maladies ; vingt pour cent (20%) des médecins soit deux (2) ont donné comme réponse : « **la pratique des APS permet le développement psychomoteur** » ; et enfin 20% ont répondu que : « **la pratique des AP permet de mieux supportée la grossesse avec un accouchement moins dystonique** » (fig.18).

D'autre part, 70% d'entre eux ont affirmé que : « **APS et grossesse sont compatibles, mais il faut savoir surveiller** » ; trente pour cent (30%) ont affirmé que : « **les AP permettent le ralentissement de la prise de poids donc les femmes pratiquant les APS ne prennent généralement pas trop de poids et elles gardent la ligne.** » (fig.19).

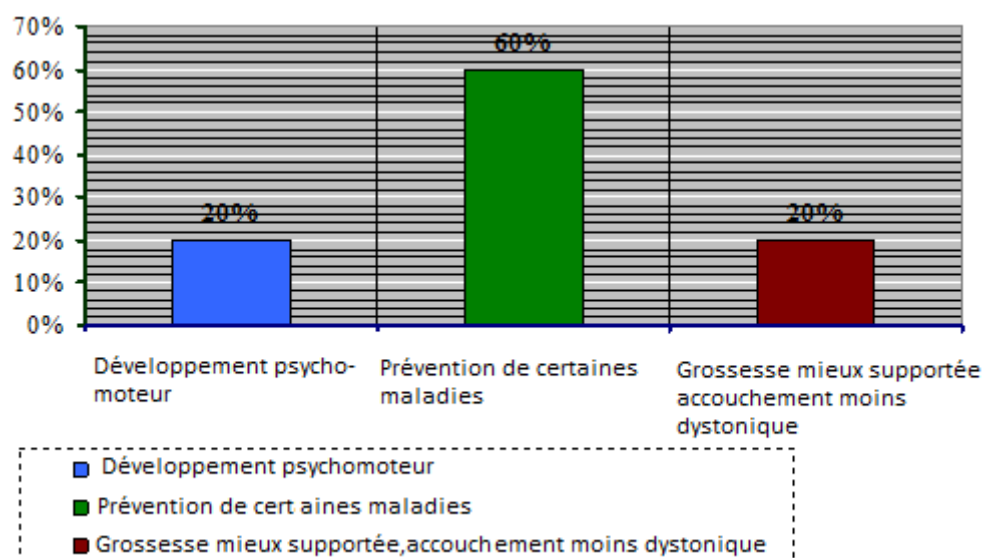


Figure n°18 : Répartition des réponses sur les effets bénéfiques de la pratique des AP sur la santé des femmes.

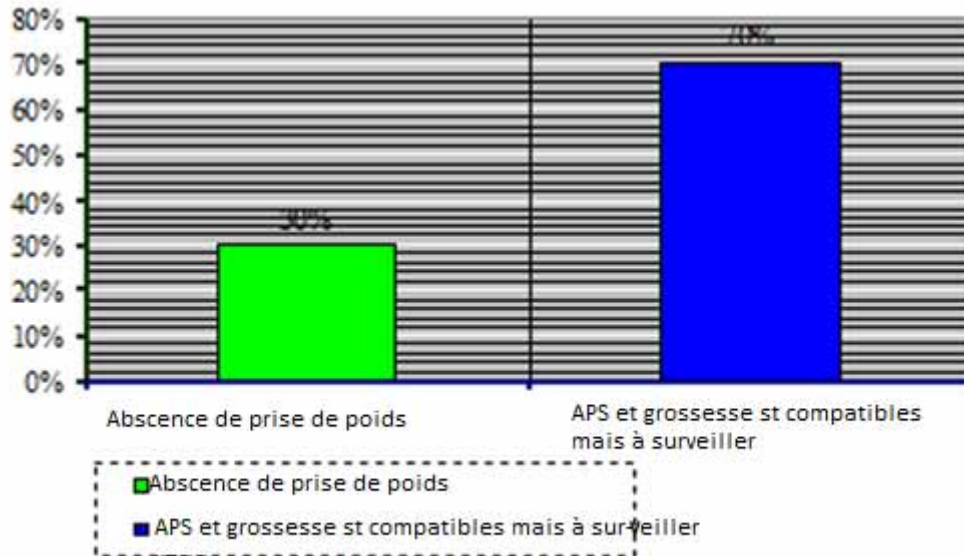


Figure n°19 Répartition des impacts des AP sur la maternité ou la féminité des femmes.

4.2.5 Répartition des propositions relatives aux conseils donnés aux femmes pour la pratique des AP.

Il s'agit à ce niveau de recueillir quelques propositions de conseils à fournir aux femmes pour les amener à une pratique effective des AP. Ainsi, le personnel médical a eu à aborder les axes suivants. D'abord, 90% d'entre eux ont affirmé qu'il faut sensibiliser les femmes sur les avantages de la pratique des AP ; ensuite dix pour cent (10%) des enquêtés ont proposé d'informer et d'éduquer les femmes par rapport à la pratique. (fig. 20).

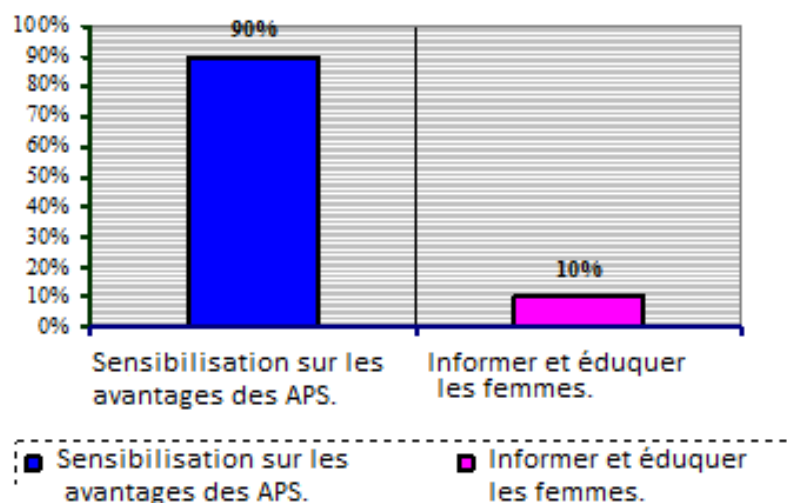


Figure n°20 Répartition des conseils donnés aux femmes pour une pratique effective des AP.

4.2.6 Répartition des réponses relatives aux propositions à l'endroit des décideurs pour qu'ils accordent plus d'intérêt à la pratique des AP par les femmes.

En abordant cette question, le personnel médical a fait trois propositions différentes qui se répartissent comme suit : quarante pour cent (40%) ont proposé de promouvoir une politique nationale en matière de sport comme l'indique les propos d'un répondant : « **s'il y avait une politique nationale de sport qui prenait en compte tous les aspects dont le genre, le problème ne se poserait pas** », trente pour cent (30%) ont proposé un engagement effectif et un soutien de l'Etat, et 30% ont proposé de mener des campagnes de sensibilisation et d'information pour un changement de comportement. (fig.21).

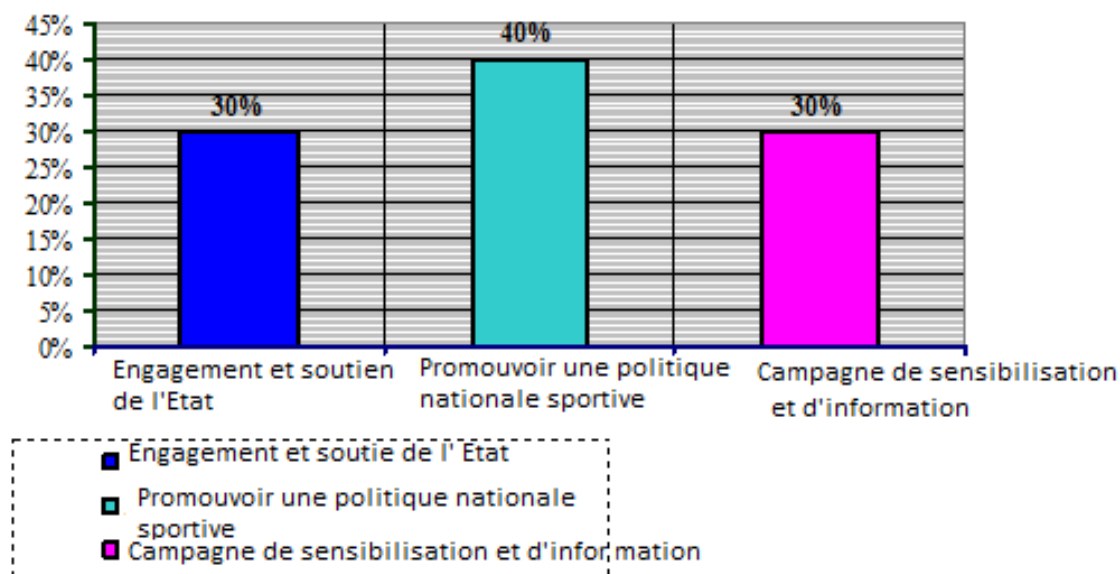


Figure n°21 : Répartition des propositions à l'endroit des décideurs pour qu'ils accordent plus d'intérêt à la pratique des AP par les femmes.

4.3 Réponses des personnes ressources (le Secrétaire Général et le Directeur des Sports du MJ/S, le Président du COSNI et les Présidents des FSN du basket-ball, du hand-ball et du volley-ball).

4.3.1 Réponses relatives à la pratique des APS par les femmes au Niger.

A ce niveau nous avons recueilli l'avis des personnes ressources sur un certain nombre de points dont notamment l'engagement des femmes quant à la pratique des **AP**. La question était de savoir ce qui peut constituer des freins à cette pratique et l'existence des structures qui s'occupent de la pratique des **AP** par les femmes au niveau des structures respectives.

En répondant à ces séries de questions, ces différents responsables ont abordé deux aspects qui sont :

Dans un premier temps, ils ont tous affirmé qu'au niveau des associations sportives les femmes sont prises en compte au même titre que les hommes. Ensuite, tous ont reconnu que la pratique des **APS** par les femmes est très timide et ces dernières pour la plupart, pratiquent après une prescription médicale.

Quant à l'existence des structures s'occupant des **AP** des femmes, d'après le président du COSNI, il existe au niveau de sa structure une commission *femmes et sport* qui malheureusement n'arrive pas à s'organiser pour prendre en charge cette catégorie de pratiquantes. Le directeur des sports a également affirmé l'existence d'un groupe de travail des femmes mis en place par la CONFEJES qui a pour mission de faire la promotion de la pratique des APS en général, et la prise en charge de l'aspect genre. Mais malheureusement ce groupe de travail ne fonctionne pas comme il se doit.

Par rapport aux éventuels obstacles liés à la pratique, tous ont évoqué des problèmes liés aux contraintes sociales, aux charges familiales, aux considérations religieuses, d'où une très forte influence négative pour la pratique des **AP** par les femmes et surtout l'absence d'une culture en la matière. Car, il est très évident que quelqu'un qui, dès son bas âge n'a pas pratiqué une **APS**, se verra très mal entraîné de pratiquer à un âge avancé.

4.3.2 Réponses relatives à la Politique Sportive Nationale.

Il s'agissait pour nous de savoir si le Niger dispose exactement d'une Politique Nationale en matière de Sport et l'effet bénéfique de celle-ci.

Par rapport à cette question, tous les répondants ont affirmé qu'actuellement il n'existe pas une Politique Nationale de Sport mais, les grandes orientations en matière de la pratique

des **APS** sont données à travers la loi n°98-14 du 1^{er} juin 1998 portant Orientation, Organisation, et Promotion des **APS**. Présentement un comité qui regroupe toutes les structures est entrain de réfléchir sur l'élaboration d'une Politique Nationale Sportive.

Quant à la question relative à l'aspect bénéfique d'une Politique Nationale Sportive, ils ont tous répondu qu'une Politique Sportive bien définie permet une bonne émergence de la pratique des **APS** en général et donnera la possibilité à une pratique effective des **APS** pour tous et par tous ; ce qui conduira sans nul doute à l'amélioration du bien-être et de la santé.

4.3.3 Réponses relatives au budget alloué à la pratique des APS pour les femmes.

Par rapport à cette question, les répondants ont affirmé qu'il n'existe pas de budget spécifique pour la pratique des **APS** féminines, elles sont prises en compte au niveau associatif en même temps que les hommes. Néanmoins, le secrétaire général du Ministère de la Jeunesse et des Sports a affirmé que des réflexions seront menées sur ce volet qui paraît très important.

4.3.4 Réponses relatives aux avantages liés à la pratique des AP.

En réponse à cette question quatre (4) aspects ont été abordés, à savoir :

Dans un premier temps, tous ont affirmé que la pratique des **APS** a un effet bénéfique sur le plan sanitaire pour l'homme en général et la femme en particulier.

Ensuite sur le plan social, la pratique des **APS** procure un bon épanouissement et un bien être, elle permet de raffermir la cohésion sociale.

Sur le plan économique, à travers l'amélioration de la santé, elle contribue au bon fonctionnement de l'économie de la famille en réduisant les dépenses liées à la santé.

Enfin, elle permet une ouverture d'esprit, une bonne socialisation et le développement d'une bonne culture démocratique.

4.3.5 Réponses relatives aux encouragements à la pratique des APS par les femmes.

A ce niveau, ces décideurs ont tous abordé la question sous divers angles. D'abord, ils ont affirmé qu'il est indispensable de mener des campagnes de sensibilisation pour un changement de comportement, de sensibiliser toute la population sur les avantages liés à la pratique des **AP** et les méfaits de l'inactivité. Ensuite, de mettre en place des structures de gestion des **APS** ou redynamiser celles qui existent déjà. Et enfin, de créer des infrastructures de proximité, publiques, adéquates pour permettre une pratique effective à tous les niveaux.

4.4 Synthèse des Résultats

Nous avons administré deux types de questionnaires. L'un aux femmes pratiquant les Activités Physiques, l'autre à l'intention du personnel du corps médical évoluant dans le domaine des **AP**. Nous avons aussi exploité un guide d'entretien avec des décideurs et certains présidents des fédérations sportives nationales.

Au regard des données recueillies, il se dégage plusieurs constatations. C'est ainsi qu'on arrive à déduire que toutes les femmes enquêtées portent un intérêt capital à la pratique des **AP**, si l'on s'en tient à leurs propos.

Quant à certaines questions qualitatives concernant la pratique des **AP**, la plupart d'entre elles ont répondu favorablement.

Elles trouvent que la pratique des **AP** permet de prévenir certaines maladies non transmissibles et non héréditaires liées à la sédentarité, de ralentir le processus de vieillissement, de garder la ligne (absence de prise de poids), de garantir un bon équilibre psychique, et une bonne intégration sociale de la femme par son ouverture au monde extérieur, etc.

Cependant, il est important de noter que la majeure partie des répondantes a évoqué un certain nombre de problèmes qui constituent des freins et obstacles à l'épanouissement durable de la femme dans la pratique des **AP**.

Ces obstacles évoqués sont entre autres, les contraintes sociales, la mixité de groupe, et les préjugés sociaux.

Aussi bien les décideurs, le personnel du corps médical évoluant dans le domaine des **AP** et les femmes questionnées sont unanimes sur certaines considérations religieuses qui sont intolérantes à la tenue idéale pour la pratique des **AP** qu'elles trouvent exhibitionnistes.

Certains préjugés culturels sous-tendent que la pratique des **AP** conduit la femme à une vie libertine, d'où la délinquance sexuelle, l'accès à la vie matrimoniale à un âge avancé, l'entourage accable de beaucoup de suspicion la femme qui pratique les **AP**. A cela il faut noter le caractère parfois décourageant du public nigérien à l'égard des femmes qu'il critique gratuitement.

D'aucuns pensent que la vie conjugale est incompatible avec la pratique des **AP**, pourtant les résultats auxquels nous sommes parvenus nous ont confirmés que la pratique des **AP** et la gestion du foyer sont compatibles car les cinquante (50%) des résultats obtenus sont illustratifs (graphique n°5).

De même, le personnel du corps médical évoluant dans le domaine des **AP**, ont pour la plupart affirmé que la pratique des Activités Physiques est une très bonne chose pour les femmes car elle est très bénéfique pour l'organisme, qu'elle n'a aucune conséquence néfaste sur la féminité et la maternité, l'important c'est de savoir choisir sa pratique et bien surveiller en cas de grossesse.

Par ailleurs, il faut surtout souligner, qu'à certaines questions qualitatives, les décideurs (SG et DS), le président du COSNI ainsi que les présidents de certaines fédérations sportives nationales ont reconnu l'absence des textes réglementaires (politique nationale sportive), l'absence des structures féminines qui peuvent prendre en charge la question de la pratique des **AP** chez la femme.

L'un des aspects qui a le plus marqué l'étude, fait ressortir que les acteurs concernés par l'enquête ont souhaité l'implication effective de l'Etat à travers l'élaboration d'une politique nationale efficace en matière du sport. Cela peut se faire par l'élaboration de textes juridiques et réglementaires, la création d'un cadre de pratique approprié par la dotation de toutes les localités en infrastructures sportives de proximité pour les femmes. Les enquêtés ont enfin exprimé le souhait de voir mener des campagnes de sensibilisation au niveau de toute la population pour un changement de comportement.

En définitive, les résultats obtenus font ressortir que la femme nigérienne est confrontée à d'énormes difficultés quant à son évolution dans le domaine des **AP** dont notamment :

Les considérations sociales et religieuses, les charges familiales, l'absence des textes institutionnels prenant en compte le genre pour ne citer que ceux-là.

Cela nous amène à faire la conclusion suivante.

CONCLUSION

Au terme de cette étude, nous pouvons en tirer les conclusions suivantes : il appert que l'amélioration de la situation de la femme nigérienne dans le domaine de la pratique des **AP** est un sujet qui nous interpelle tous.

Certes, les résultats de ce travail ne sont pas uniformes partout en Afrique, loin s'en faut, mais force est de reconnaître qu'ils se retrouvent dans beaucoup de pays d'Afrique et du monde musulman, car la religion se confondant souvent à la tradition, la situation se complique davantage pour les femmes pratiquant les **AP** au Niger.

Loin de nous la prétention d'avoir épuisé complètement ce thème. Pour certains, nous n'avons que fait l'effleurer, pour d'autres c'est juste une entame. Mais nous pensons que nous avons au moins apporté notre contribution, si modeste soit-elle, pour mieux appréhender les tenants et les aboutissants de la pratique des **AP** par les femmes nigériennes.

C'est pourquoi, au-delà des difficultés inhérentes à tout travail de recherche de cette nature, le sujet demeure toujours d'actualité et nous osons espérer qu'il suscitera l'intérêt d'autres chercheurs disposant de plus de temps et de moyens.

Son importance nécessite, la mise en œuvre de moyens beaucoup plus importants car il y va de l'intérêt des pays qui ont fait de la promotion du sport féminin et la pratique des **APS** un cheval de bataille et le fer de lance du développement tout court, dans un monde en pleine globalisation où le respect du Genre n'est plus un secret de polichinelle.

Nos Etats n'ont plus le droit de maintenir la femme dans un confinement digne de l'époque médiévale, sous le fallacieux prétexte de considérations religieuses plus tendancieuses qu'objectives. Elle ne doit plus faire les frais de religions instrumentalisées (à l'exemple de cette question de voile intégral imposé par les fondamentalistes qui ont une toute autre lecture du Coran et des Hadiths). Il est grand temps de cesser de voir en la femme une concurrente gênante mais plutôt comme une partenaire qui sait se faire respecter pourvu qu'on lui en donne l'occasion. L'Histoire et le monde contemporain nous en donnent des exemples éloquents.

La sagesse politique d'un dirigeant, ce n'est pas seulement d'assurer au peuple son pain quotidien, elle réside surtout en sa capacité de s'adapter aux mutations générales de son temps afin d'en tirer au mieux les bienfaits, dans l'intérêt de ce peuple.

Par conséquent, les recommandations et suggestions que nous allons formuler pour clore ce travail, permettront à notre humble avis, d'améliorer la pratique des **AP** par les femmes, d'aider à mieux les intégrer dans la société et les faire participer au processus global du développement du Niger.

RECOMMANDATIONS

- 1) élaboration d'une politique nationale sportive, ou la mise en application de la loi n°98-14 du 1^{er} juin 1998 portant Orientation, Organisation, et Promotion des **APS** voire l'adoption d'une loi sur la démocratisation du sport ;
- 2) création d'une direction nationale du sport féminin ;
- 3) construire et mettre à la disposition de la population des infrastructures sportives de proximité afin de susciter le désir de pratiquer les **AP** surtout par les femmes ;
- 4) créer des centres de pratique des **AP** exclusivement réservés aux femmes ;
- 5) lever le voile sur les multiples interprétations du Livre Sacré, le Coran quant à la pratique des **AP** aussi bien par les femmes que par les hommes ;
- 6) sensibiliser les femmes sur l'intérêt médical (préventif et curatif) de la pratique des **AP**.
- 7) sensibiliser toute la population pour un changement de comportement quant à la perception négative de la pratique des **APS** par les femmes.

BIBLIOGRAPHIE

OUVRAGES GENERAUX :

- Assises Nationales Femmes et Sport : *Analyses des pratiques sportives des femmes*, Ministère de la Jeunesse et des Sports Français, 04-05-1999, rapport d'étape du groupe n° 4.
- Le Pogam Yves ; Delarge 1979 : *Démocratisation du Sport, mythe et réalité*, Paris, V.
- Actes du colloque Euro-méditerranéen, *Femmes et sport dans les pays méditerranéens* : Antibes-Juan les Pin, du 23 au 26 Novembre 2000 sous la direction de Borhane Errais et Marie Christine Lanfranchi. Association Femmes, Sport, Culture, Méditerranée 2002.
- Odile Jacob (1996), *Masculin(M), Féminin(F); la pensée de la différence*, Paris, p.22 ;

MEMOIRES ET MONOGRAPHIES :

- Adamou Issaka, *la supervision pédagogique en EPS cas des Etablissements Secondaires publics de la région de Niamey Situation et perspectives*, Monographie pour l'obtention du certificat d'aptitude à l'Inspection de l'Education Populaire de la Jeunesse et des Sports Dakar 2005.
- Codou Soukho Sissoko; *la femme, les Activités physiques et Sportives et l'Islam*, Mémoire de Maitrise 1990, page 15.
- Issa Mbaye; *l'Activité Physique des Fonctionnaires de Dakar*, Mémoire de STAPS 1991, page 5.
- Mariama Soumana Kambeidou, *Tentative d'analyse des causes de faiblesse de la pratique des APS chez les femmes au Niger*, Mémoire pour l'obtention du diplôme de technicienne d'économie familiale, INJS, Niamey, 1992 .

- Boureima Soumana, *Identification des besoins des travailleurs nigériens pour la pratique des APS*, Mémoire pour l'obtention du certificat d'aptitude à l'Inspectorat de la Jeunesse et des Sports, INJS Abidjan, 1995.

SITES INTERNET :

- Site [http : //www.who.int/dietphysicalactivity/fr/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/fr/).

OMS 2008 ; *L'Activité Physique des femmes ; stratégies mondiales pour l'alimentation ; l'exercice physique et la santé* page 16 ; consulté le 23-06-2009.

- Site [http: //www.kino-quebec.qc-ca](http://www.kino-quebec.qc.ca)

Kino-Québec ; *Quantité d'Activité Physique requise pour en tirer des bénéfices pour la santé*, Secrétariat au Loisir et au Sport et Ministère de la Santé et des Services Sociaux, Gouvernement du Québec, 1999 page 27.

In: "*An Integrated View of Physical, Fitness, and Health*", C.Bouchard, SN.Blair et W.L.Haskell (éditeurs), *Physical Activity and Health* Champaign, Il, Human Kinetics p. 359-374; consulté le 23-06-2009.

- Site [http: //www. ist.inserm.fr/basis rapports/activite-physique.html](http://www.ist.inserm.fr/basis_rapports/activite-physique.html)

INSERM ; *Activité Physique : contexte et effets sur la santé*, mars 2008, page 16 ; consulté le 23-06-2009.

- Site [http: // www.kino-quebec.qc.ca/effets.asp](http://www.kino-quebec.qc.ca/effets.asp).

Sculled.D, Kremer.J, Meade.M, Graham.R, Dudgeon.K, *Physical exercise and Psychological Well-Being*; a cristal review. *Journal of Sport Medicine*, 1998, page 111- 120.

Wankel.L; *The importance of enjoyment to adherence and Psychological benefits from Physical Activity*. *International Journal of Sport Psychology*, 1993, p. 151- 169 ; consulté le 15-10-2009.

- Site <http://www.hcsp.fr/docs>.

Actualité et dossier en Santé Publique n°14, *Aspects bénéfiques de la Pratique des APS*, mars 1996 page 13-14 ; consulté le 28-01-2010.

- Site <http://www.cat.inist.fr/?a> modèle-présentation.

Bargach.S, *La pratique des APS chez les jeunes garçons et filles au Maroc*, Thèse de Doctorat 1994, Université d'Aix- Marseille 2 ; consulté le 08-01-2010.

- Site <http://www.portail-prof.africa-web-org/modules/newws/article.php>:

Abdelaziz BenAbdella(2006), *L'Activité Physique et le Sport vue par l'Islam*, le Prophète Muhammad (PSL) dans la bible et la thora ; consulté le 03-03-2010.

- Site <http://www.santé.gouv.fr/htm/point> sur/nutrition/action42_activité PDF

U.S. Departement of Health and Humain Services. Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General Atlanta, GA.

U.S. Departement of Health and Humains Services, Center for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic, Disease Prevention and Health Promotion, 1996.

- Dietz. WH; *The role of lifestyle in health: the epidemiology and consequences of inactivity*. Proc Nutr Soc, 1996; 55: 829-840.

- Tudor-Locke C, Myers A.M. *Challenges and opportunities for measuring physical activity in sedentary adults. Physical activity assessment in sedentary adults*. Sports Med 2001, 31:91-100; consulté le 26-03-2010.

- Site <http://www.s1.e-monde.com/2009/08/14/2651378462761797> la femme Marocaine-et-le-sport-par-el.chaheb-mustapha-doc-doc.

El Chaheb Mustapha, (2009), *la femme Marocaine et la pratique Sportive*. Professeur Agrégé, Lycée Moulay Ismail, Meknès p 1 à 4 ; consulté le 01-04-2010.

- Site <http://www.inpes.santé.fr> Dossier « la santé » par l'activité physique n°387

Perrin C. (2006), *l'activité physique de la recommandation d'une pratique à la promotion de la santé*. Réseaux diabète. P 27 ; consulté le 30 – 03 – 2010.

ANNEXES

Annexe n°1 :
QUESTIONNAIRE ADRESSE AUX FEMMES

I. Identification :

1-1 Quel est votre âge ?ans

1-2 Situation matrimoniale :

Célibataire Mariée Divorcée Veuve

1- 3 Avez-vous des enfants ? OUI NON COMBIEN :

1- 4 Quelle est la dernière classe que vous avez fréquentée à l'école (niveau d'étude) ?
.....

1- 5 Quelle profession exercez-vous ?
.....

II. La pratique des Activités Physiques Sportives (APS) :

2 - 1 A votre avis les femmes nigériennes pratiquent – elles régulièrement les APS ?
OUI NON

Pratiquez-vous une APS ? OUI NON

2 -2 Si oui laquelle ?

2- 3 Dites pourquoi vous pratiquez ou ne pratiquez-vous pas une activité physique et sportive ?

.....
.....
.....
.....

III. Motivations à la pratique des Activités Physiques Sportives :

3-1 Quelles sont les raisons qui vous ont poussé à choisir cette activité ?
.....
.....
.....

3 - 2 Votre conjoint (mari) pratique t-il régulièrement une activité physique ?

OUI NON

3 - 3 Le milieu dans lequel vous vivez est-il favorable à (facilite) la pratique des activités physiques et sportives?

OUI NON

Justifiez votre réponse

3 - 4 Si vous êtes mariée ou vivez avec vos enfants ou famille, comment arrivez-vous à concilier la gestion du foyer et la pratique des activités physiques et sportives ?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

IV. Perception des avantages et inconvénients de la pratique des APS par les femmes :

4 -1 Quels sont les méfaits de la non pratique des APS ?

.....
.....
.....

4 -2 Quels avantages peut-on tirer de la pratique des APS ?

.....
.....
.....

4 - 3 Quels impacts la maternité pourrait-elle avoir sur la pratique des activités physiques et Sportives ?

.....
.....
.....

4 - 4 Selon vous, jusqu'à quel âge peut – on pratiquer des APS ?

.....
.....
.....

V. Appréciation de la pratique des APS par rapport à la religion:

5 -1 Quelle est votre religion ?

- L'Islam
- Le christianisme
- L'animisme
- Autres

5 - 2 La religion a-t-elle une influence sur la pratique des APS ?

OUI NON

Si oui laquelle ?

.....
.....
.....

VI. Cadre physique de la pratique des APS par les femmes

6 - 1 Où pratiquez-vous vos activités physiques ?.....

6 - 2 Nature du groupe :

- Mixte
- Uniquement réservé aux femmes

6 – 3 Quelles influences la mixité du groupe a-t-elle sur vous quant à la pratique des APS ?

.....
.....
.....

6 - 4 Quelles propositions feriez-vous pour que le cadre physique soit plus approprié à la pratique des APS pour les femmes.

.....
.....
.....
.....

VII. Difficultés rencontrées :

7 -1 Quelles sont les problèmes que vous rencontrez, en tant que femme, pour la pratique des APS ?

.....
.....
.....
.....

VIII. Propositions :

8 -1 Quelles solutions proposeriez-vous pour encourager plus les femmes à une pratique effective des APS ?

.....
.....
.....
.....

Annexe n°2 :
**QUESTIONNAIRE ADRESSE AUX PERSONNELS DU CORPS MEDICAL EVOLUANT
DANS LE DOMAINE DES APS :**

I. Identification :

1.1 Quel est votre âge ?

1.2 Situation matrimoniale :

Célibataire : Marié : Divorcé : Veuf (e) :

1.3 Sexe : M : F :

1.4 Quelle est votre spécialisation: -----

1.5 Ancienneté dans le corps : -----

II. La pratique des activités physiques et sportives par les femmes :

2.1 Que pensez-vous de la pratique des APS par les femmes au Niger ?-----

2.2 Pensez-vous que les femmes Nigériennes pratiquent les APS ?

Oui : Non :

Sinon pourquoi ?-----

2.3 Selon vous quels sont les obstacles qui freinent les femmes dans la pratique des APS ?----

III. Avantages et Inconvénients de la pratique des APS pour les femmes :

3.1 Y'a-t-il des méfaits dans la pratique des APS pour les femmes ?

Oui : Non :

Si oui lesquelles ?-----

3.2 En quoi la pratique des APS est-elle bénéfique pour la santé de la femme ?-----

3.3 Quels impacts la pratique des APS pourrait-elle avoir sur la maternité ou la féminité de la femme ?-----

IV. Encouragement à la pratique des APS par les femmes :

4.1 Quels conseils donnerez-vous aux femmes pour les amener à une pratique effective des APS ?-----

4.2 Quelles propositions faites vous à l'endroit des décideurs afin qu'ils accordent plus d'intérêt à la pratique des APS en général et chez les femmes en particulier ?-----

Annexe n°3 :
**GUIDE D'ENTRETIEN ADRESSE AU SECRETAIRE GENERAL DU MINISTERE DE
LA JEUNESSE ET DES SPORTS ET AU DIRECTEUR DES SPORTS (MJ/S) :**

I. La pratique des activités physiques et sportives (APS) par les femmes au Niger :

- 1.1 Que pensez-vous de la pratique des activités physiques et sportives (APS) par les femmes au Niger ?
- 1.2 Existe-t-il une structure qui s'occupe des APS pour les femmes au Niger ?
- 1.3 Selon vous quels sont les obstacles qui freinent les femmes dans la pratique des APS ?

II. Politique du sport :

- 2.1 Existe-t-il une politique en matière du sport au Niger ?
- 2.2 Sinon pourquoi ?
- 2.3 Quels sont les effets positifs d'une politique sportive sur le développement de la pratique des APS chez les femmes ?

III. Budget relatif à la pratique des APS pour les femmes au Niger :

- 3.1 Existe-t-il un volet spécifique pour la pratique des APS par les femmes ?
- 3.2 Sinon pourquoi ?
- 3.3 Pensez-vous que l'affectation d'un budget conséquent pour la pratique des APS par les femmes ne serait pas un facteur déterminant pour développer cette pratique ?

IV. Avantages des APS pour les femmes :

- 4.1 En quoi la pratique des APS est-elle bénéfique pour la santé des femmes ?
- 4.2 En quoi la pratique des APS est-elle bénéfique pour l'économie d'un pays ?
- 4.3 Quelles autres ouvertures la pratique des APS peut-elle procurer aux femmes ?

V. Encouragement à la pratique des APS par les femmes :

- 5.1 Quelles actions l'Etat et les collectivités locales doivent-ils mettre en œuvre pour une pratique effective des APS par les femmes ?
- 5.2 Pensez-vous qu'un cadre physique spécifiquement réservé aux femmes peut susciter un regain d'intérêt aux APS ?
- 5.3 Quelles propositions faites-vous pour faciliter l'accès à la pratique des APS à toutes les femmes ?

Annexe n°4 :
GUIDE D'ENTRETIEN ADRESSE AUX PRESIDENTS DES FEDERATIONS
SPORTIVES NATIONALES (Handball, Basketball, volleyball),
ET AU PRESIDENT DU COSNI :

I. La pratique des activités physiques et sportives (APS) par les femmes au Niger :

- 1.1 Que pensez-vous de la pratique des activités physiques et sportives (APS) par les femmes au Niger ?
- 1.2 Existe-t-il une commission qui s'occupe des APS pour les femmes au sein de votre organisation ?
- 1.3 Selon vous quels sont les obstacles qui freinent les femmes dans la pratique des APS ?

II. Politique du sport :

- 2.1 A votre connaissance existe-t-il une politique en matière du sport au Niger ?
- 2.2 Sinon pourquoi ?
- 2.3 Quels sont les effets positifs d'une politique sportive sur le développement de la pratique des APS en faveur des femmes ?

III. Budget relatif à la pratique des APS pour les femmes au Niger :

- 3.1 Votre organisation dégage-t-elle un budget spécifique pour la pratique des APS par les femmes ?
- 3.2 Sinon pourquoi ?
- 3.3 Pensez-vous que l'affectation d'un budget conséquent pour la pratique des APS en faveur des femmes ne serait pas un facteur déterminant pour développer cette pratique ?

IV. Avantages des APS pour les femmes :

- 4.1 En quoi la pratique des APS est-elle bénéfique pour la santé des femmes ?
- 4.2 En quoi la pratique des APS est-elle bénéfique pour l'économie d'un pays ?
- 4.3 Quelles autres ouvertures la pratique des APS peut-elle procurer aux femmes ?

V. Encouragement à la pratique des APS par les femmes :

- 5.1 Quelles actions l'Etat, les collectivités, les organisations sportives et les partenaires doivent mettre en œuvre pour une pratique effective des APS au profit des femmes ?
- 5.2 Pensez-vous qu'un cadre physique spécifiquement réservé aux femmes peut susciter un regain d'intérêt aux APS ?
- 5.3 Quelles propositions faites-vous pour faciliter l'accès à la pratique des APS à toutes les femmes ?