

Septembre Bouge : un mois pour remettre l'activité physique et sportive au cœur du quotidien !

28.8.2026 - | ARS Bretagne

À la rentrée 2026, septembre devient le mois de l'activité physique et sportive avec "Septembre Bouge". Le 6 septembre : rendez-vous au Village sport-santé à Lorient (Morbihan) !

Du 1^{er} au 30 septembre 2026, la France va vivre au rythme de "Septembre Bouge", une nouvelle opération nationale portée par les ministères de la Santé et des Sports.

Collectivités, associations, clubs, établissements scolaires, entreprises et partenaires se mobiliseront pendant un mois pour promouvoir l'activité physique et sportive sous toutes ses formes, et encourager les Françaises et les Français à reprendre ou poursuivre une activité régulière, accessible à tous quels que soient l'âge, le niveau de pratique ou le lieu de vie.

Cette mobilisation répond à un enjeu de santé publique. Face à la progression de la sédentarité, l'activité physique constitue un levier essentiel de prévention, avec un message clé porté tout au long du mois :

"30 minutes d'activité physique par jour suffisent pour entretenir sa forme et préserver sa santé physique comme mentale"

Dimanche 6 septembre, un village Sport-santé s'installera à Lorient, place de l'hôtel de Ville de 12h à 19h30 (gratuit et ouvert à tous).

Il s'organise autour de trois espaces :

- "démonstration" dédié à la pratique sportive et au bien-être,
- "Partage" pour s'informer sur les activités physiques praticables près de chez soi,
- Tribune, lieu de sensibilisation et de prises de parole et d'échanges pour informer sur les enjeux de santé publique liées au sport-santé.

Dimanche 6 septembre, un village Sport-santé s'installera à Lorient, place de l'hôtel de Ville de 12h à 19h30 (gratuit et ouvert à tous).

Il s'organise autour de trois espaces :

- "démonstration" dédié à la pratique sportive et au bien-être,
- "Partage" pour s'informer sur les activités physiques praticables près de chez soi,
- Tribune, lieu de sensibilisation et de prises de parole et d'échanges pour informer sur les enjeux de santé publique liées au sport-santé.

<https://www.bretagne.ars.sante.fr/septembre-bouge-un-mois-pour-remettre-lactivite-physique-et-sportive-au-coeur-du-quotidien-1>