

## Synthèse publiable du rapport final

|                                               |                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Titre du projet</b>                        | POWER PID – L'emPOWERement des personnes handicapées mentales par l'activité physique pour gérer leurs conduites addictives |
| <b>Coordonnateur scientifique du projet</b>   | Christian BEN LAKHDAR<br>Université de Lille<br>Lille – Economie – Management (LEM) UMR 9221, CNRS                          |
| <b>Référence de l'appel à projets (année)</b> | Lutter contre les usages de substances psychoactives et les addictions – 2021                                               |

### 1) Contexte et objectifs du projet

En France, entre 1 et 3 % de la population présente un trouble du développement intellectuel. Ces personnes connaissent des limitations cognitives et adaptatives, qui impactent leur autonomie et leur participation sociale. Bien que la prévalence des conduites addictives (tabac, alcool, cannabis) soit généralement plus faible que dans la population générale (Ben Lakhdar et al., 2024), elles y sont exposées. La littérature souligne que la prévention spécifique reste quasi inexistante en France (Inserm, 2016). Les initiatives documentées à l'étranger (Royaume-Uni, États-Unis, Pays-Bas, Australie) montrent un intérêt, mais souffrent souvent de limites méthodologiques et ne ciblent pas le pouvoir d'agir des personnes concernées.

Le projet POWER PID poursuivait trois objectifs principaux. Dans un premier temps, la co-construction d'outils destinés à prévenir les conduites addictives par la pratique d'activités physiques en vue d'augmenter le pouvoir d'agir des personnes concernées. Dans un deuxième temps, le projet ambitionnait de documenter qualitativement les freins et facilitateurs rencontrés lors du processus de co-élaboration. Puis, finalement, il nous fallait évaluer l'appropriation et les effets de cette méthode à travers une étude mixte : évaluations qualitative et réaliste d'un côté, et essai contrôlé non randomisé multicentrique de l'autre.

### 2) Méthodologies utilisées

La méthodologie repose sur une démarche de recherche participative et collaborative.

### 3) Principaux résultats

Les données collectées sont évidemment riches et toujours en cours d'analyse. Les premiers résultats qui peuvent être avancés sont cependant de trois ordres. Premièrement, bien que les outils de sensibilisation soient co-construits avec des personnes avec une déficience intellectuelle, une adaptation des informations et types de supports aux besoins et profils de chaque personne semble nécessaire. Est ici à souligner l'importance de l'accompagnement autour de l'outil et des processus en jeu autour de la co-construction. Deuxièmement, l'activité physique semble être un levier pertinent pour la diminution des risques associés aux conduites addictives. Motivation à la pratique, sentiment d'efficacité et pouvoir d'agir montrent une tendance au renforcement, quoique nuancée. Compte-tenu du niveau collectif des résultats

obtenus, une analyse plus fine des mécanismes à l'oeuvre, ainsi qu'un travail en parallèle sur les obstacles d'accès à la pratique apparaît essentiel. Finalement, la démarche de co-construction innovante semble être une piste d'action prometteuse dans l'amélioration de l'empowerment et de la motivation.

#### **4) Impacts potentiels de ces résultats**

Le projet POWER PID constitue une ressource transférable qui pourrait orienter les politiques de santé publique et les pratiques de terrain vers une prévention plus adaptée et inclusive des addictions chez les personnes présentant une déficience intellectuelle.