

Projet Sport sur Ordonnance

plaidoyer

sédentarité

formation



L'ANESTAPS



Seule organisation représentative des jeunes dans le champ du sport et de l'animation

2012



2016



2019



1ère cause de mortalité évitable dans le monde



Décret sur la prescription d'activité physique



Naissance du projet



SENSIBILISER

INFORMER

ORIENTER

DIALOGUER

6 et 7 avril 2022
1ère édition nationale



2 Colloques
13 Intervenants



Conférence des Doyens des facultés de Médecine



1 Village de sensibilisation
10 Intervenants



Auteurs :

- Julie Renaud, Vice-présidente en charge des Affaires de Santé
- Cécile Peltier, Chargée de Mission Orientation, Réussite et Insertion Professionnelle
- Timothée Brun, Président

Site web : www.anestaps.org

LES CLUBS OMNISPORTS



La Littératie physique, un axe des projets sport santé

PROPOSER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE À TOUT ÂGE: LE SPORT TOUT AU LONG DE LA VIE

Comment ce concept permet aux projets sport santé de se renouveler ?

S'ACCULTURER



Depuis 2020, la FFCO s'acculture à la littératie physique :

Participer à des sommets internationaux,
Organiser des échanges de pratiques FR-CA
Se positionner en tête de réseau auprès des institutions françaises (Ministère des Sports, Agence du sport)

Créer un réseau d'experts internationaux en littératie physique

Ressources :

Sport pour la vie (Canada) <https://sportpurlavie.ca/>

IPLA (Asso. Internationale) <https://physical-literacy.isca.org/>

Universités françaises (C3D) <https://c3d-staps.fr/>

ACCOMPAGNER



Expérimenter des micro-projets pour faciliter la révolution de l'organisation stratégique des clubs omnisports :

- écoles omnisports,
- dispositifs d'insertion et d'inclusion socio-sportifs,
- séjours de remobilisation,
- projets équité-égalité,
- projets sport santé,
- projets sport en entreprise

Proposer des partenaires :

Plateforme interactive (LÜ)
Solutions numériques innovantes
Pratiques sportives émergentes

Identifier des nouveaux financeurs plurisectoriels (santé, économie, sport, éducation...)

Ressources :

Université virtuelle francophone de médecine du sport

Université Laval (Québec)

Doctorant Joseph Gandrieau (Université de Lille et Strasbourg)

CONSTRUIRE ENSEMBLE LE PROJET



Partager une vision avec les clubs omnisports
Proposer une formation vers les éducateurs
Assurer une veille
Créer des opportunités
S'intégrer à des projets internationaux, dont Erasmus +, et le COJOP Paris 2024

Ressources :

C3D (conférence des directeurs de UFR Staps)

ISCA (Asso. Internationale) <https://www.isca.org/>

Projet ERsamus + / <https://physical-literacy.isca.org/>

EVALUER ET ESSAIMER



Créer et administrer des enquêtes actions
Construire une évaluation formative avec les porteurs de projets
Intégrer de nouveaux partenaires
Fonder une communauté d'acteurs
Encourager la création de nouveaux projets

Ressources :

Fédération Française des clubs omnisports, <https://www.ffco.org/>

C3D

Comité National Olympique

Ministère de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des sports

Stratégie Nationale Sport-Santé

70 % des clubs ont une offre exclusivement disciplinaire
30% ont une offre en lien avec la littératie physique

REFLEXION

ACTION

Développer le sport pour chacun
Partout
Tout au long de la vie



Objectif :
70% des clubs engagés dans la littératie physique

LES CLUBS OMNISPORTS
Acteurs de la littératie physique

Le fardeau économique de la sédentarité en France

Antoine Noël Racine^{1,5}, Irène Margaritis², Martine Duclos³, François Carré⁴, Anne Vuillemin⁵, Christèle Gautier⁶

¹Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Etre, CREPS AURA / Vichy ; ²Agence nationale de sécurité Sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) ; ³CHU Clermont-Ferrand, Service de Médecine du Sport et des Explorations Fonctionnelles, Université Clermont Auvergne, INRAE, UNH, F-63000 ; LTSI INSERM, U1099, Université Rennes 1, Département de Médecine du Sport, Hôpital Pontchaillou ; Université Côte d'Azur, LAMHRESS, France ; ⁴Ministère des Sports et de Jeux Olympiques et Paralympiques, Direction des sports, bureau de l'élaboration des politiques du sport (DS.1A), Stratégie Nationale Sport Santé

RATIONNEL SCIENTIFIQUE

<p>Sédentarité</p> <p> >7 heures par jour</p> <p> >40% des adultes</p> <p>ANSES (2017)</p>	<p>Risque Relatif (RR)</p> <p>Mortalité toutes causes</p> <p>RR=1.28 >8.6 heures par jour</p> <p>RR=1.71 >9.6 heures par jour</p> <p>RR=2.63 ≥10.8 heures par jour</p> <p>Ekelund et al (2019)</p>
<p>Maladie cardiovasculaire (MCV)</p> <p>RR=1.08 >10 heures par jour</p> <p>RR=1.14 >12.5 heures par jour</p> <p></p> <p>Pandey et al (2016)</p>	<p>Cancer du sein</p> <p>RR=1.10 >6 heures par jour</p> <p>Côlon cancer</p> <p>RR=1.23 >5 heures par jour</p> <p></p> <p>Patel et al (2015) ; Morris et al (2018)</p>

MÉTHODES

1) Le risque relatif de décès prématuré et le risque relatif de développer une maladie cardiovasculaire, un cancer du côlon ou un cancer du sein causé par un temps de sédentarité trop élevé ont été identifiés.

2) À partir de ces risques relatifs et de la prévalence de la sédentarité en France, une approche fondée sur la fraction attribuable dans la population (PAF) a été utilisée pour estimer le nombre annuel de cas pour chaque maladie (Rockhill et al., 1998 ; Ding et al., 2016):

$$PAF (\%) = \frac{P_1(RRs - 1)}{RRs} \times 100$$

PI est la prévalence de la sédentarité prolongée au départ. RRs est le RR ajusté sur la sédentarité prolongée par rapport à l'absence de sédentarité prolongée, ajusté sur des facteurs de confusion.

3) Les données de l'Assurance Maladie ont été utilisées pour calculer les coûts moyens annuels par cas pour chaque maladie.

4) Les coûts des soins de santé spécifiques à la maladie et les totaux attribuables à un temps de sédentarité excessif ont été calculés.

5) Les coûts indirects de perte de productivité due à la morbidité et à la mortalité prématurée ont été estimés à l'aide d'une approche de coût de friction (Koopmanschap et al., 1995).

Les conséquences économiques de la sédentarité n'a jamais été évaluées en France

RESULTATS

Risques attribuables à la sédentarité en France

Risques	Seuil de sédentarité (heures/jour)	Prévalence des adultes sédentaires (%)	RRs ^a (95% CI ^b)	PAF ^c ,% (95% CI)	Nombre de décès ou de maladie attribuable à la sédentarité (95% CI)
Mortalité	8.6	6.8	1.28 (1.09-1.51)	1.48 (0.56-2.29)	7 229 (2 735-11 186)
	9.6	6	1.71 (1.36-2.15)	2.49 (1.58-3.20)	12 163 (7 718-15 632)
	≥10.8	10.5	2.63 (1.94-3.56)	6.51 (5.09-7.55)	31 801 (24 864-36 881)
MCV ^d	10	15.6	1.08 (1.00-1.14)	1.15 (0-1.91)	55 213 (0-91 702)
	≥12.5	6.4	1.14 (1.09-1.19)	0.78 (0.53-1.02)	37 449 (25 556-48 972)
Cancer du côlon	≥5	9	1.23 (1.00-1.57)	1.68 (0-3.27)	6 310 (0-12 620)
Cancer du sein	≥6	51	1.10 (1.04-1.17)	4.64 (1.96-7.4)	31 449 (13 284-50 157)

Notes: ^arisque relatif ajusté ; ^b Intervalle de confiance ; ^c fraction attribuable à la population ; ^d maladie cardiovasculaire

Chaque année, environ 51 193 décès prématurés sont liés à un temps de sédentarité quotidien trop important.

Coûts des dépenses directes de santé (95% CI)

MCV	317.46 millions € (87.65-481.95)
sein	142.20 millions € (60.03-226.66)
Côlon	142.20 millions € (60.03-226.66)

Perte de productivité due à la morbidité (S.E) sans ou avec limitation fonctionnelle due à la maladie

31.17 millions € (±720.16)	129.11 millions € (±22.22)
9.85 millions € (±228.22)	121.67 millions € (±29.05)
2.11 millions € (±49.04)	26.15 millions € (±6.24)

Perte de productivité due à la mortalité prématurée (95% CI)

	507.50 millions € (305.12-636.51)
--	-----------------------------------

CONCLUSIONS

- Des économies importantes pourraient être réalisées et de nombreux décès être évités en réduisant la prévalence d'une sédentarité excessive en France.
- Dans tous les secteurs de la société, des mesures fortes doivent être prises pour lutter contre les comportements sédentaires, complémentairement à la promotion des activités physiques et sportives.

ANSES (2017). Etude INCA 3 : avis de l'Anses rapport d'expertise collective ; Ding, D., Lawson, K. D., Kolbe-Alexander, T. L., Finkelstein, E. A., Katzmarzyk, P. T., Van Mechelen, W., ... & Lancet Physical Activity Series 2 Executive Committee. (2016). The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. The Lancet, 388(10051), 1311-1324; Ekelund, U., Tarp, J., Steene-Johannessen, J., Hansen, B. H., Jefferis, B., Fagerland, M. W., ... & Lee, I. M. (2019). Dose-response associations between accelerometer measured physical activity and sedentary time and all cause mortality: systematic review and harmonised meta-analysis. bmj, 366. ; Morris, J. S., Bradbury, K. E., Cross, A. J., Gunter, M. J., & Murphy, N. (2018). Physical activity, sedentary behaviour and colorectal cancer risk in the UK Biobank. British Journal of Cancer, 118(6), 920-929 ; Rockhill, B., Newman, B., & Weinberg, C. (1998). Use and misuse of population attributable fractions. American journal of public health, 88(1), 15-19. ; Pandey, A., Salahuddin, U., Garg, S., Ayers, C., Kulinski, J., Anand, V., ... & Berry, J. D. (2016). Continuous dose-response association between sedentary time and risk for cardiovascular disease: a meta-analysis. JAMA cardiology, 1(5), 575-583 ; Patel, A. V., Hildebrand, J. S., Campbell, P. T., Teras, L. R., Craft, L. L., McCullough, M. L., & Gapstur, S. M. (2015). Leisure-Time Spent Sitting and Site-Specific Cancer Incidence in a Large US Cohort. Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention, 24(9), 1350-1359;

L'impact De L'Activité Physique Adaptée Comme Vecteur Social Chez Les Personnes Traversant Un Episode Dépressif Chronique (EDC)



Lila Sucche (Etudiante en Master 2 – APAS-ID à Strasbourg)

Introduction

Aujourd'hui, l'EDC touche 15 à 20% de la population française dans une vie entière. Entre 2005 et 2015, on note une augmentation du nombre d'EDC de 18% dans le monde ((INSERM, 2017). Des sociologues se sont intéressés au rôle que pouvait avoir les sociétés occidentales dans cette augmentation. Le développement d'une économie de marché, dans les années 1990, valoriserait l'individualisme et le matérialisme au détriment de valeurs sociales. Or, selon la théorie de Maslow, l'Homme est un être aux besoins sociaux. Connaissant principalement les vertus sociales des sports collectifs pour les jeunes issus de quartiers défavorisés et les personnes âgées, quels peuvent être les bienfaits de l'Activité Physique Adaptée (APA) pour les personnes vivant un EDC ?

Méthodologie

21 sujets, âgés en moyenne de 58 ans, ont participé à cette étude en collaboration avec la clinique du Dauphiné (Seyssins).

Parmi ces 21 sujets, 20 ont répondu à deux questionnaires (pré et post-prise en charge) inspirés de questionnaires officiels (QSSP, SSB, SSQ), en amont d'un entretien. La durée moyenne d'hospitalisation est de 1,5 mois.

Parmi les 21 sujets, 15 ont été observés pendant chaque séance d'APA.

L'objectif de cette étude est de comparer l'évolution de chaque individu à travers les questionnaires et de comparer les résultats des individus entre eux.

EDC et étiologie sociale

1) L'existence de traits de personnalité communs tels que le besoin d'être toujours entouré (5/21), la sensibilité au rejet ou à l'intégration sociale (4/21), le dévouement de soi pour l'autre (3/21).

2) La récurrence de situations sociales telles que la maladie (4/21), la retraite et l'âge (3/21), le statut d'aidant.e familial (3/21) ou de traumatismes sociaux comme le deuil (4/21) et la crise sanitaire (4/21).

3) L'existence d'une instabilité sociale liée à des relations compliquées ou d'éloignement physique (6/21), d'une insatisfaction quantitative (9/21) et qualitative (9/21) des soutiens sociaux. Au total, 16 des 21 sujets ont moins de 4 ami.e.s.

4) La récurrence du sentiment de solitude (13/21).

Hospitalisation et vertus sociales

Une augmentation significative :

-Du nombre d'échanges avec les membres de la clinique (13/20) ;

-De la satisfaction quantitative des soutiens familiaux (8/20), amicaux (8/20) et avec les membres de la clinique (5/20) ;

-De la satisfaction qualitative des soutiens émotionnel (9/20) et de reconnaissance (8/20).

Une diminution significative :

-Du sentiment de solitude (11/20).



APA et vertus sociales

1) La resocialisation par la pratique individuelle puis collective (13/15).

2) Des bienfaits sociaux reconnus par les sujets (9/21) tels que la création de liens sociaux, l'entraide, la bienveillance, l'initiation de conversations distrayantes ; l'atténuation de la peur du regard d'autrui (4/21).

3) Des bienfaits sociaux parfois non conscientisés par les sujets (12/21) à travers des comportements verbaux (ouverture au dialogue) et non verbaux (intégration dans l'espace, sourires, échanges de regard).

4) Des bienfaits sociaux induit par des bienfaits physiques et psychologiques notamment l'envie de dialoguer grâce à l'augmentation de la confiance en soi et au bien-être psychologique procuré.

Facteurs optimisant les bienfaits sociaux

Parmi les 9 sujets ayant constaté des bienfaits sociaux, on note l'influence de critères :

1) Le type d'APA. Les APA à visée introspective (yoga, expression corporelle) semblent moins socialisantes que les APA en autonomie, le renforcement musculaire, la marche nordique et la gymnastique douce (4/21).

2) L'appréciation ou non de l'APA par le patient.e (5/9) ;

3) La présence d'un objectif social dans la prise en charge (6/9) ;

4) La motivation et l'assiduité à la pratique (9/9) ;

5) Le suivi individualisé (6/9).

6) La relation EAPA-patient.e notamment grâce à la création d'un lien affinitaire (9/9).

Discussion

Des éléments confirmant la littérature :

Les APA améliorent la qualité, la quantité du soutien social reçu et perçu et le sentiment de solitude. Elles contribuent au processus de resocialisation des personnes traversant un EDC.

Des éléments complétant la littérature :

- Les APA pratiquées en individuel et en collectif semblent avoir des bienfaits sociaux similaires.

- Il existe des facteurs optimisant les bienfaits sociaux de l'APA.

Les limites de l'étude :

Des incohérences dans les discours de sujets (8/21) peuvent fausser la fiabilité et l'objectivité des résultats des questionnaires. Malgré les efforts employés pour limiter cela, il est important de considérer le potentiel manque de fiabilité des outils, des résultats et de son analyse.

Conclusion

L'APA a sa place au sein d'une prise en charge pluridisciplinaire à visée resocialisante. Elle est un outil pertinent de prévention et de traitement des maladies mentales comme l'EDC. Etant peu onéreuse et accessible, l'APA pourrait être un avantage financier pour le gouvernement français. Ainsi, il paraît cohérent et urgent, en vue de l'épidémiologie actuelle des maladies mentales, d'agir dans le développement d'actions de prévention dans les établissements privés et publics.

Références

- Caron, J., & Guay, S. (2005a). Le soutien social peut-il reprendre sa juste place dans la problématique de la santé mentale? Santé mentale au Québec, 30(2), 7-13.
- Deleuze, G. (2018). Les sociétés de contrôle. EcoRev', 46(1), 5-12.
- Fossati, P. (2018). Are depressed patients too aware of others? The contribution of cerebral imaging to major depression physiopathology. BULLETIN DE L'ACADEMIE NATIONALE DE MEDECINE, 202(1-2), 293-305.
- Goodwin, G. M. (2006). Depression and associated physical diseases and symptoms. Dialogues in clinical neuroscience, 8(2), 259.
- De Matos, M. G., Calmeiro, L., & Da Fonseca, D. (2009). Effet de l'activité physique sur l'anxiété et la dépression. La presse médicale, 38(5), 734-739.
- Ninot, G. (2013). Démontrer l'efficacité des interventions non médicamenteuses. Presses universitaires de la Méditerranée.



HAUTE-VIENNE



LIMOGES



limousinsportsante@orange.fr

LES BONS REPONDEURS A UN PROGRAMME SPORT-SANTE FACTEURS PREDICTIFS

Patrice VIROT, Nicole TUBIANA-MATHIEU, Julien MAGNE, Philippe FREDON, Marion BERTIN, Laëtitia MOMAUD

Après prescription médicale, 1222 adultes ont suivi, pendant 3 mois, un programme de remise en condition, avant d'être adressés à une association sportive proposant de l'activité physique adaptée (APA). Tous ont été suivis plus d'un an, évalués à l'inclusion et 47% à 1 an ; 97% de ces derniers ont continué l'APA : ce sont les « **bons répondeurs** » à ce programme de Sport-Santé.

OBJET PRINCIPAL

L'étude a cherché les facteurs de l'évaluation initiale, prédicteurs de ces « bons répondeurs » à 1 an, versus ceux qui ont abandonné l'APA, n'ont pas voulu la 2^{ème} évaluation ou ont été perdus de vue.

POPULATION

1222 participants : 537 « bons répondeurs » (groupe 1) - 685 sans évaluation finale (groupe 2).

RÉSULTATS	Groupe 1 Répondeurs	Groupe 2 Perdus de vue	Analyses statistiques	
			Univariée	Multivariée
Participants (Nb)	537	685	p	p
Sexe (% de femmes)	79,3%	79,7%	ns	
Age (ans)	55,8	52,6	0,0001	0,052
Poids initial (kg)	75,2	77,4	0,048	
IMC	27,7	28,6	0,023	
Périmètre Abdo. (cm)	96,5	98,7	0,026	
Habitudes avant la passerelle				
Sédentarité (h)	7,7	8,9	0,035	
Heures/mois, d'activité physique	25,7	28,4	ns	
Prescription (prévention ou ALD)				
Pathologie chronique (%)	73%	76%	ns	
Tests d'évaluation à l'inclusion				
6mn-marche distance (m)	530	500	0,0001	0,0001
6mn-marche % théorique	86%	79%	0,0001	0,0001
Les autres tests ne sont pas significatifs (unipodal, souplesse rachis, lever-assis)				
Qualité de vie estimée (score 1 à 10)				
Sensation de bien-être	5,5	5,1	0,001	0,001
Les autres scores ne sont pas significatifs (possibilités physiques, essoufflement, anxiété, sommeil)				

CONCLUSIONS

Il y a des facteurs prédictifs au maintien de l'activité physique à 1 an, enjeu principal des structures SPORT-SANTE : le résultat du test initial 6 mn-marche, un âge un peu supérieur et une meilleure sensation de bien-être, dès l'inclusion. **Important** : il n'y a pas de différence entre les participants en prévention primaire et les patients chroniques (ALD), sur la probabilité de continuer l'APA à 1 an .

LES OLYMPIADES DES AÎNÉS

**Promouvoir l'activité physique
et prévenir la perte d'autonomie
en s'amusant**

30 EHPAD - 1000 résidents
1 séance/semaine pendant 1 an
6 épreuves sportives
5 poules - 1 finale départementale
1 recherche-action - labo S3S
(Université de Strasbourg)

282 000€ de budget

**Projet porté
par la Direction de l'Autonomie
de la Collectivité Européenne d'Alsace,
financé par la Conférence des Financeurs**

**PLUS D'INFOS :
WWW.ALSACE.EU
MARIE.COLIN@ALSACE.EU**

Le métier de psychomotricien dans les APA



L'importance de l'apport pluridisciplinaire dans l'accompagnement d'usagers en sport santé

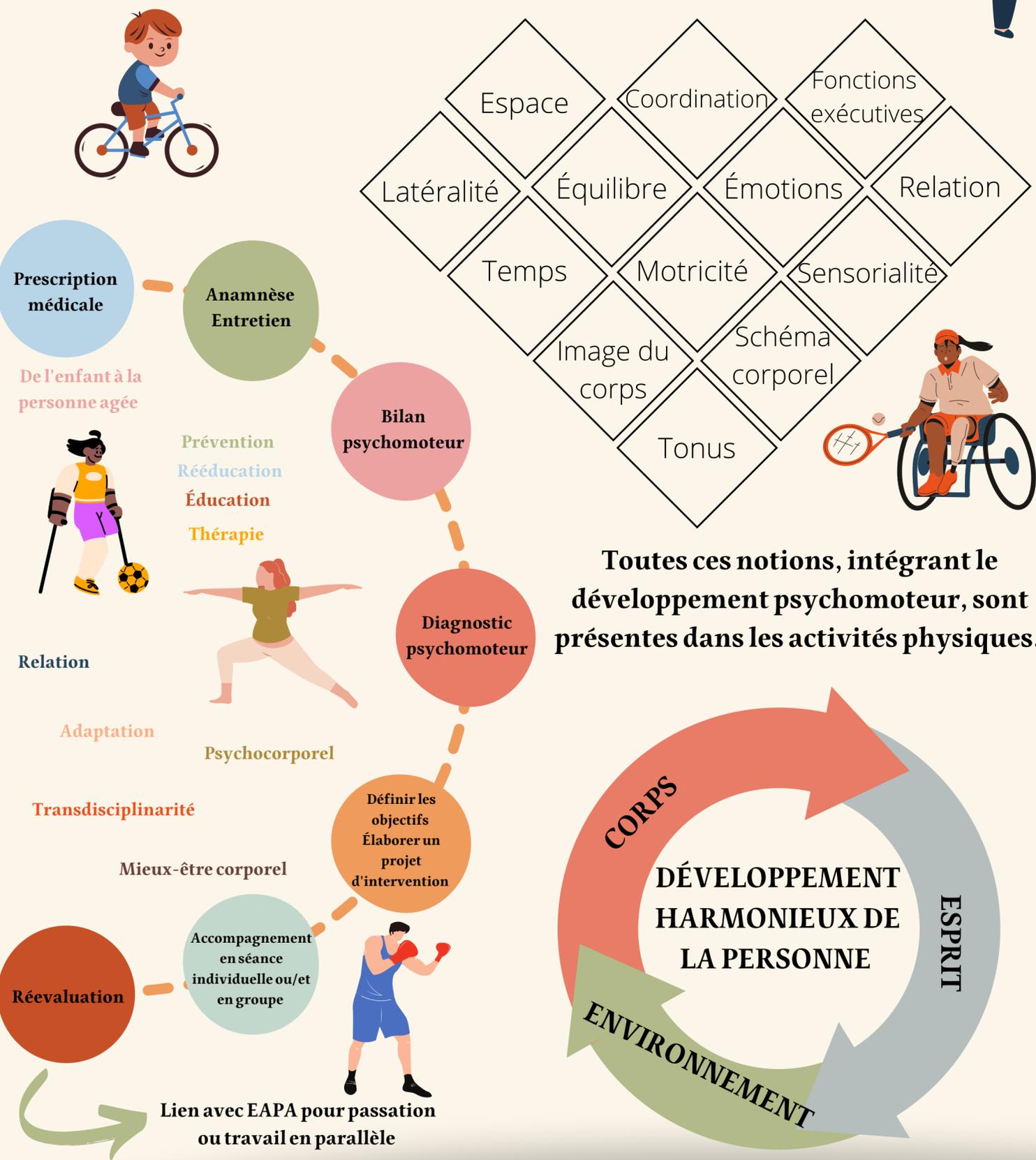
Le psychomotricien est formé pour proposer différentes **médiations**, dans différents **milieux**, afin d'accompagner l'individu dans son parcours de sport sur ordonnance.



L'objectif étant de développer l'**autonomie** de la personne et de la responsabiliser pour la rendre pleinement disponible à son activité physique et à son travail en activité physique adaptée.



CHAMPS D'APPLICATION DU PSYCHOMOTRICIEN :



CADRE LÉGAL :

Paramédical - auxiliaire de médecine

Sur prescription médicale

Diplôme d'État en 3 ans

Article L.4332-1 et suivant du code de santé publique
Intervient dans les APA depuis le décret n°2016-1990 du 30/12/2016



Une connaissance de son corps permet d'évoluer en toute confiance et de reconstruire et/ou consolider l'estime de soi.

La remise en mouvement induite par les activités physiques adaptées et le sport sur ordonnance s'inscrit donc dans une dynamique psychomotrice.



UNE AUTRE IDÉE DE LA PERFORMANCE

LA PRATIQUE PHYSIQUE ET SPORTIVE RÉGULIÈRE, LA CLÉ D'UNE MEILLEURE SANTÉ

Une ambition : rendre accessible la pratique pour le plus grand nombre!

Nous soutenons l'idée que la performance et l'entraînement ne sont pas des concepts réservés au sport de compétition mais qu'ils peuvent être au service de l'épanouissement de la personne. Nous développons la performance humaine, sociale, citoyenne...

La finalité de notre projet est la construction et le développement de la personne dans la gestion de son capital santé, dans la relation à l'autre et aux autres, dans le rapport à son environnement.

Une performance centrée sur la personne et non l'activité

Notre démarche Sport Santé : Le parcours d'accompagnement Sport Santé vers le Clubs

INFORMER

Je souhaite reprendre une activité régulière en groupe, vers laquelle m'orienter ?

Testez votre forme avec « **Forme Plus Sport** » et laissez-vous guider !



Accessibles à tous, ces tests simples et rapides vous permettent de mesurer votre condition physique, de connaître votre état de forme du moment et de bénéficier de conseils personnalisés. Pour en savoir plus, rapprochez-vous de votre Comité Régional ou Départemental.



ACCUEILLIR

Je souhaite poursuivre l'expérience Sports pour Tous et rejoindre un Club qui me ressemble.

Que vous ayez suivi un programme ou non, nos 5 200 animateurs diplômés vous attendent dans l'une de nos 2 700 structures.

Les Clubs Sports pour Tous proposent un panel de plus de 150 activités différentes telles que la Marche Nordique, le Pilates, en passant par le Qi Gong, la Randonnée, le Stretching ou la Danse.

ACCOMPAGNER

Je souhaite être accompagné par des professionnels afin de pratiquer une activité adaptée à mon rythme, à mes besoins et en toute sécurité.

La Fédération met en place des programmes spécifiques, validés scientifiquement :

➤ Programme de prévention du diabète
diabetaction.fr



➤ Programme de prévention des maladies cardiovasculaires
coeurforme.fr



➤ Programme de prévention des chutes
programme-pied.fr



➤ Programme de prévention du surpoids et de l'obésité chez les jeunes (-18 ans)
mooveeat.fr



+ 400 programmes Sport Santé / an



+ 5000 personnes/an entrent dans la démarche Sport Santé



140 000 Adhérents à la Fédération Française Sports pour Tous



455 clubs du réseau Sports pour Tous peuvent accueillir une personne avec prescription médicale en 2022



193 animateurs formés à l'option complémentaire APSPM du CQP ALS en 2021

Pour plus d'informations

www.sportspourtous.org

julien.grignon@sportspourtous.org

LA plateforme qui facilite la prise en charge et le suivi des adhérents !



Notre objectif

Permettre aux Institutions Sport-Santé et à leurs collaborateurs de **gagner du temps** dans la gestion de leurs tâches administratives pour se concentrer sur la prise en charge des adhérents et leur offrir un suivi personnalisé.

INSTITUTIONS

Gagnez 2 X plus de temps dans la gestion des programmes de vos adhérents.

COACHS

La prise en charge et le suivi de vos adhérents n'aura jamais été aussi facile.

ADHÉRENTS

Des adhérents impliqués et placés au cœur de leur prise en charge !

www.miloe-sante.com/fr/sport-sante



@Miloesante



@MiloeSante



@MiloeSante



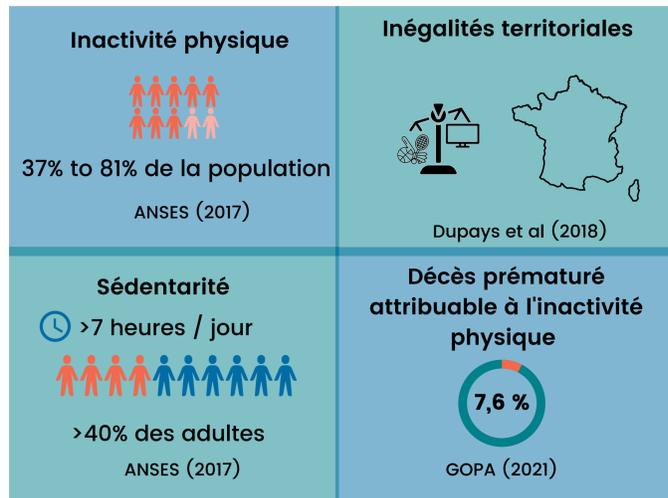
@Miloé

Evaluation des différents impacts socio-économiques du sport-santé en France: une revue de littérature

Antoine Noël Racine^{1,2}, Anne Vuillemin², Bénédicte Meurisse³, Jean-François Toussaint⁴, Christèle Gautier⁵

¹Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Etre, CREPS AURA / Vichy ; ²Université Côte d'Azur, LAMHES, France ; ³Ministère de la Transition écologique, Commissariat général au Développement Durable ; ⁴URP 7329, Université de Paris, IRMES, INSEP, Hôtel-Dieu ; ⁵Ministère des Sports et de Jeux Olympiques et Paralympiques, Direction des sports, bureau de l'élaboration des politiques du sport (DS.1A), Stratégie Nationale Sport Santé

CONTEXTE



RATIONNEL SCIENTIFIQUE

- Il existe des preuves solides des multiples avantages de l'activité physique sur la santé dans la prévention primaire, secondaire et tertiaire (OMS, 2020).
- Des études socio-économiques sont encore nécessaires pour estimer les coûts directs et indirects qui pourraient être économisés grâce à diverses stratégies de promotion du sport-santé (Ding et al., 2020).
- Les économies pourraient être influencées par les spécificités du système national de santé (Masters et al., 2017).
- En France, la littérature sur les impacts socio-économiques du sport-santé dans différents contextes n'a jamais été précisément explorée.

METHODE ET RESULTATS

Revue exploratoire: conduite selon la méthode d'Arksey and O'Malley (2005)

Stratégie de recherche: littérature grise et scientifique en anglais et en français entre 2000 et 2020

Mots clés: "activité physique", "sédentarité", "analyse économique", France

Critères d'inclusion : études sur les conséquences économiques de l'inactivité physique et/ou de la sédentarité, études sur les impacts socio-économique de la promotion HEPA en France

Critères d'exclusion : résumés sans texte intégral, études sans description de la méthode

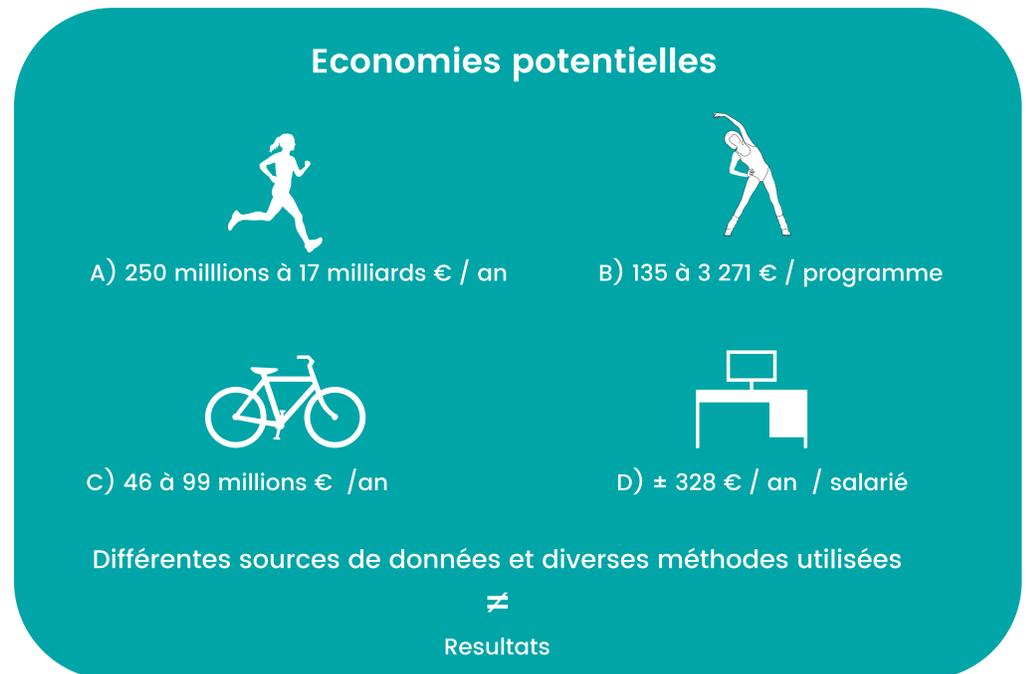
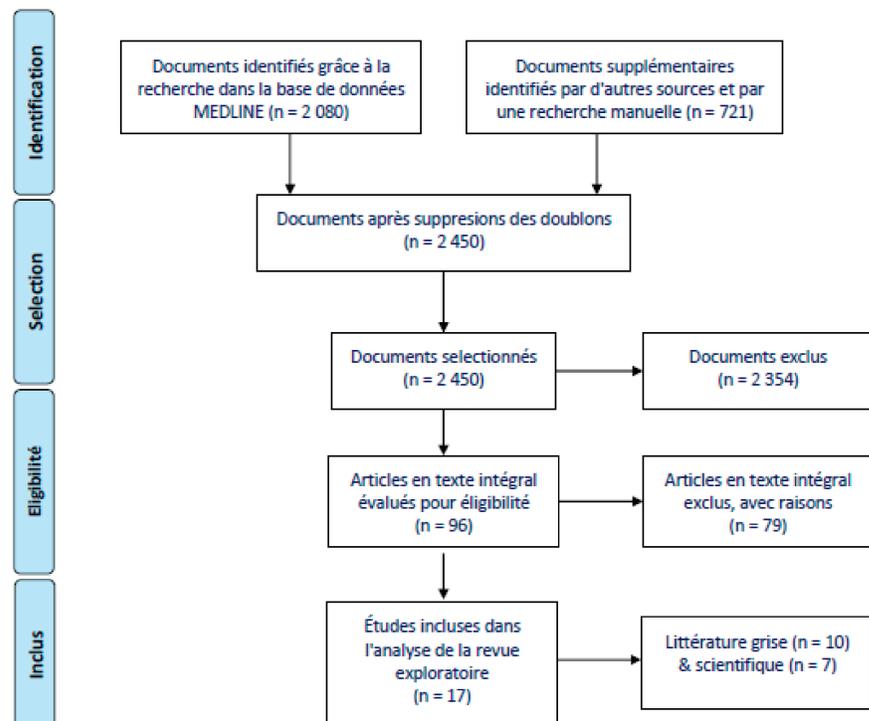
Les études ont été catégorisées en 4 types :

A) Estimation du coût de l'inactivité physique ou des économies réalisées grâce à la promotion du sport-santé au niveau national (n=8)

B) Evaluation de l'impact médico-économique d'un programme d'activité physique adaptée (n=5)

C) Évaluation du bénéfice économique des déplacements actifs dans une ville (n=3)

D) Estimation de l'impact économique de l'activité physique du point de vue d'une entreprise et de ses employés (n=1).



CONCLUSIONS

- la promotion des activités physiques et sportives relevant de la politique sport-santé peut générer des économies substantielles.
- Des nouvelles études méritent d'être développées afin d'estimer plus précisément l'ampleur des économies qui pourraient être générées en fonction des milieux et des populations ciblés.

REFERENCES: ANSES (2017). Etude INCA 3 : avis de l'Anses rapport d'expertise collective ; Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. International journal of social research methodology, 8(1), 19-32 ; Ding, D., Varela, A. R., Bauman, A. E., Ekelund, U., Lee, I. M., Heath, G., ... & Pratt, M. (2020). Towards better evidence-informed global action: lessons learnt from the Lancet series and recent developments in physical activity and public health. British journal of sports medicine, 54(8), 462-468 ; Dupays, S., Bourdais, F., Kiour, A., & De Vincenzi, J. P. (2018). Évaluation des actions menées en matière d'activité physique et sportive à des fins de santé. Paris: Inspection Générale des Affaires Sociales. Masters, R., Anwar, E., Collins, B., Cookson, R., & Capewell, S. (2017). Return on investment of public health interventions: a systematic review. J Epidemiol Community Health, 71(8), 827-834 ; World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: web annex: evidence profiles.

UN DISPOSITIF DE KARATÉ À LA MAISON DES FEMMES

ETUDE DE L'APPORT DE LA PRATIQUE DU KARATÉ ADAPTÉ POUR DES FEMMES AYANT SUBI DES VIOLENCES

Par Samantha Vigne, Agnès Couffinhall, Ghada Hatem, Iris Trinkler

UN DISPOSITIF KARATÉ ADAPTÉ À LA MAISON DES FEMMES

LE KARATÉ ADAPTÉ POUR ACCOMPAGNER LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES

L'association **FIGHT FOR DIGNITY** a été créée en 2018 par Laurence Fischer, triple-championne du monde de karaté, suite à ses voyages en République Démocratique du Congo. L'association intervient au sein de la **Maison des Femmes de Saint Denis**, pour proposer une séance de karaté adapté chaque semaine.

Les femmes, vêtues de leur kimono, entrent sur le tatami. Après avoir effectué une salutation, la pratique débute par un échauffement ludique. S'en suivent des exercices préparatoires, des techniques de karaté, seuls ou par deux, des katas, mais aussi un travail individuel focalisé sur l'introspection. Le retour au calme consiste en une phase de relaxation et la séance se clôture systématiquement par un débrief en cercle sur le tatami. L'environnement se doit d'être rassurant.

UNE ÉTUDE EXPLORATOIRE

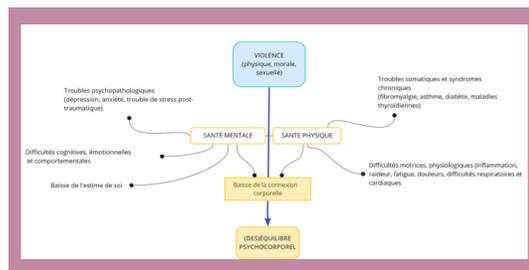
L'APPORT DE LA PRATIQUE DU KARATÉ ADAPTÉ POUR DES FEMMES AYANT SUBI DES VIOLENCES

Après plusieurs mois d'observation participante, nous avons interrogé des pratiquantes régulières à une séance de karaté adapté en groupe, au sein de la Maison des Femmes de Saint-Denis (structure de soin pluridisciplinaire) à propos leur vécu du dispositif.

Le **but** de cette étude exploratoire est mettre en lumière les bénéfices perçus par ses destinataires, en appuyant sur la prise en considération du corps dans le champ du psychotrauma (Van der Kolk & Weil, 2018) et par extension, de l'efficacité de l'activité physique adaptée comme moteur de mieux-être. Ces trouvailles nous ont permis d'informer le choix des indicateurs d'un essai randomisé contrôlé en cours.

Méthode :

Quatre patientes majeures (âge 22-55) ont participé à un entretien semi-directif portant sur leur expérience dans le dispositif karaté. Elles ont au minimum pratiqué durant 6 semaines. Toutes les patientes étaient suivies au sein de la structure hospitalière, et parallèlement à leur pratique du karaté adapté, toutes présentent un vécu de violences. Chaque patiente possède un profil différent, aussi bien clinique que socio-culturel. Les entretiens furent intégralement retranscrits et analysés au moyen de la méthode API (Antoine & Smith, 2017).



RESULTATS ET DISCUSSION

LA DÉFENSE

Les femmes mettent en avant l'aspect "combat" du karaté, celui-ci est considéré comme une opportunité d'apprendre à se défendre (auto-censure de combativité).

La notion de défense, vécue comme besoin en tant que femme, est évoqué par chaque participante.

Toutefois, cette première représentation du karaté, reste ambigu et fait rapidement place à autre chose, plus en lien avec la reconstruction à une échelle plus globale.

La notion de vengeance est complètement absente

« (prend sa respiration) le karaté c'est un combat ... là je saurai me comba- me ... me défendre ... éventuellement (voix chevrotante, renifle, pleurs) ça m'apporte beaucoup. »

L'ESTIME DE SOI

L'estime de soi altérée est l'un des points les plus sensibles et récurrents chez les participantes. Elles soulignent que la pratique du karaté impacte positivement leur estime de soi ainsi que leurs sentiments d'assurance et de compétence.

Le soutien émotionnel, le sentiment de sécurité ainsi que la constance relationnelle de l'instructrice sont pour cela primordiaux.

Le fait de réussir à pratiquer du karaté, avec une instructrice titrée et reconnue dans son domaine, participe à l'augmentation du sentiment de compétence et à l'estime de soi.

« C'est pas ... d'un seul coup c'est des petites choses comme ça, (...) indescriptibles ... c'est au fond, c'est à l'intérieur, quand on sent que même s'il nous dénigre, c'est, (...) ça vient, ça part ... ça ne touche pas autant que ... qu'avant... »

LA CONNEXION CORPORELLE

Les femmes ont le sentiment d'être déconnectées de leur corps, sans pouvoir prendre conscience corporellement de certaines parties. Le karaté leur permet d'avoir accès à leurs sensations et perceptions corporelles, pendant la séance et aussi dans la vie de tous les jours. L'exercice du *kiai* est un fort moment émotionnel et de catharsis. Elles ont le sentiment d'être amenée et accompagnée à faire ce cri : « ça sort ». Il s'agit d'un indicateur qui montre à quel point elles sont connectées, intérieurement, et capable de "le" faire sortir.

« J'avais les épaules (...) tendues (...) comme ça ... tout le temps crispée ... tout le temps ... et je me rendais même pas compte en fait (...), c'est avec le cours (...) là on se surveille, on se regarde et (...) je me rends compte ... et aussi elle nous dit que quand on sent une tension avec la respiration on arrive à ... à détendre (...) et maintenant même en dehors du cours, quand je sens que je suis crispée (prend sa respiration) je souffle (souffle), je respire, et, j'arrive à me détendre un p'tit peu. »

Références :
Antoine, P., & Smith, J. A. (2017). Saisir l'expérience : Présentation de l'analyse phénoménologique interprétative comme méthodologie qualitative en psychologie. *Psychologie Française*, 62(4), 373-385.
Fayollet, D. C. B., Kern, L., & Thevenon, D. C. (2019). Activités physiques en santé mentale. *Dunod*.
Ogden, Minton, Pain, (2016). Le trauma et le corps : Une approche sensorimotrice de la psychothérapie. De Boeck Supérieur.
Porges, S. W. (2011). The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation (1st ed.). W. W. Norton
Van der Kolk, B., & Weil, A. (2018). Le corps n'oublie rien : Le cerveau, l'esprit et le corps dans la guérison du traumatisme. Paris, France: Albin Michel.
World Health Organization (2019). Violence against women: Intimate partner and sexual violence against women. Geneva, Switzerland.

LA MAISON DES FEMMES :

UN EXEMPLE DE STRUCTURE NOVATRICE OÙ LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ONT LEUR PLACE.



Une femme sur trois expérimentera des violences physiques et/ou sexuelles au cours de sa vie. Les conséquences psychocorporelles de ces violences sont massives et multifformes (World Health Organization, 2019).

La Maison des femmes est une structure semi-hospitalière qui vise à accompagner les femmes en difficulté, ou victimes de violences, qu'elles soient conjugales, intrafamiliales ou sexuelles. Leur est proposé un parcours de soin personnalisé et adapté à leurs besoins et à leur rythme. Les patientes sont accueillies sans considération d'âge, de nationalité, de situation économique ou sociale.

Cet accompagnement des victimes de violences, est porté par une équipe aux domaines de compétences variés, médical, psychologique, juridique, social, et également **sportif**. Les professionnels de l'activité physique font partie intégrante de l'équipe. Tous partagent un même but : aider et accompagner les femmes dans leur reconstruction physique et psychologique, jusqu'à la guérison et l'autonomie.

Davantage de dispositifs innovants, axés sur la dynamique psycho-corporelle de soins, doivent être mis en place et rendus accessibles aux personnes victimes de violences, notamment celles et ceux les plus éloignés des systèmes de droit et de santé.

L'APAISEMENT MENTAL ET PSYCHOLOGIQUE

La vie de tous les jours est marquée par la crispation et des émotions négatives fortes. La détente est difficile pour les pratiquantes.

Toutefois, un effet avant/après de la pratique du karaté se dégage chez les participantes et le sentiment que le dispositif contribue à l'apaisement de leur symptômes physiques et mentaux d'anxiété post-traumatiques, des états hyper-émotionnels et dépressifs.

Le dispositif est perçu comme instant de lâcher-prise et d'augmentation des capacités d'ancrage dans le présent.

«(patiente souffle) ...tout le stress de la semaine, la nervosité, l'anxiété euh ... ça me fait énormément de bien, c'est sûr, c'est une force que je puise à ce moment-là, pour reprendre des forces et tenir debout quoi ... »

LA SORORITÉ

Il existe un fort sentiment d'appartenance et de partage au sein du groupe, même si celui-ci est en réalité composé de différents membres d'une semaine à l'autre.

Le vécu parfois similaire des paires revêt toute son importance : identification, communication, sécurité émotionnelle et physique.

« (...) le fait qu'on fasse des pompes comme ça (...) c'est rigolo on le fait toutes ensemble donc c'est toujours (...) mieux que de le faire chacune (...) de notre côté (...) y'a vraiment cette communication (...) entre nous (...) même si (...) on ne voit (...) jamais les mêmes personnes, (...) y'a toujours une personne qui manque ou une autre de plus voilà, et bah c'est pas gênant, y'a toujours ce côté groupe (...) qu'est tout de suite fondé (...) »

Les processus corporels sont clés dans le vécu des personnes victimes de violences (Van der Kolk, 2018 ; Porges, 2011 ; Ogden, 2006). La prise en charge du **psycho-trauma** lié à la violence nécessite la prise en compte de la déconnexion et un travail sur la reconnexion au corps, donc une prise en charge globale corps-esprit.

La pratique du karaté adapté semble fonctionner tel un catalyseur du travail psychologique :

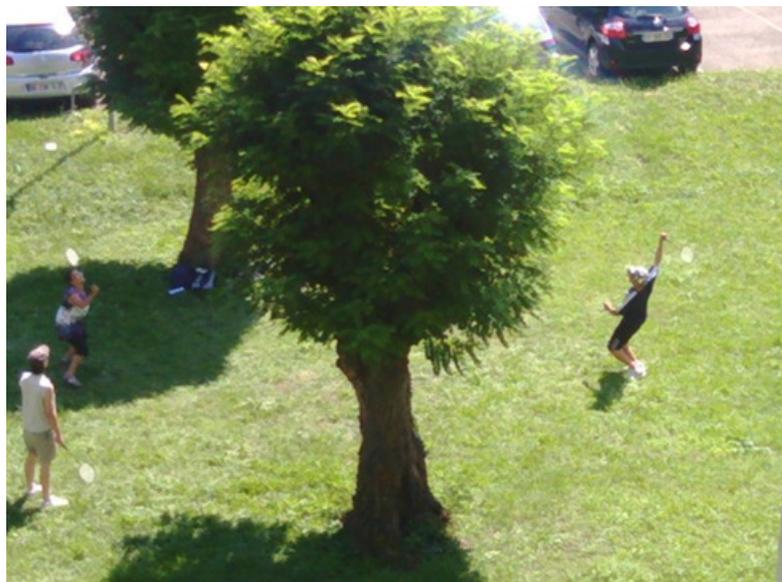
- Sentiment de compétence -> Confiance -> Estime
- Ambiance de soutien (relation avec la professeure et sororité)
- Apaisement -> Présence, Conscience -> Re-connexion

En conclusion, l'activité physique adaptée s'avère être un outil thérapeutique complémentaire à l'accompagnement médico-psychologique (Fayollet et al., 2019).



Le Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA)

Hôpitaux Universitaire de Strasbourg



Prévention des risques Accompagnement Sport-Santé

De la pratique du sport-santé comme prévention des risques en addictologie

Le centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie – CSAPA – fait partie du service d'Addictologie des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg.

Publics : Tout usager présentant une problématique addictive ainsi que leur entourage.

Objectifs : Pour l'équipe du CSAPA, sport et santé mentale sont liés étroitement et participent à la réduction des risques pour les usagers. L'équipe pluridisciplinaire du centre les accompagne dans leur démarche de soin, suivant leur demande et leur besoin.

L'accompagnement : Dans le cadre de cet accompagnement, des ateliers thérapeutiques sont proposés allant de l'éveil corporel à la méditation ainsi que des ateliers alimentation – santé allant de la prise en compte de l'équilibre alimentaire à la préparation de repas au quotidien.

Les perspectives d'avenir

Quelques usagers du CSAPA ont pu bénéficier récemment du sport sur ordonnance proposé par la Maison Sport Santé de Strasbourg. Ces séances sont bénéfiques aux personnes accompagnées, leurs retours positifs en témoignent largement.

A l'avenir, ces accompagnements vont pouvoir permettre de développer un travail de coordination et de partenariat entre la Maison Sport Santé et le Service d'Addictologie.



Evaluation des représentations et freins à la prise en charge en activités physiques des personnes présentant des troubles psychiques

Etude réalisée dans le cadre d'une thèse d'exercice de Médecine, DES de psychiatrie par **Pierre Kalipé** sous la direction du **Professeur Pierre Vidailhet**

Faculté de médecine de Strasbourg – Université de Strasbourg

Université
de Strasbourg



Mots-clés :

santé mentale / activité physique / freins
Représentations / sport-santé / prescription

Méthodologie

Etude quantitative auprès de 2200 sujets via une enquête anonyme en ligne par questionnaires (plateforme « Lime Survey ») diffusés durant 2,5 mois de mi-mai à fin juillet 2022 auprès de patients, soignants, médecins, et professionnels des activités physiques. L'étude a été validée par le comité d'éthique de l'Université de Strasbourg.

Contexte

10-20 ans d'espérance de vie en moins



Comorbidités physiques (diabète, dyslipidémie, HTA,...)



Sédentarité-Complications liées aux traitements-
Symptomatologie psychiatrique

Effets thérapeutiques de l'activité physique

- Diminution des **symptômes psychiatriques**
- Lutte contre les **effets 2nd** des traitements
- Amélioration de la **qualité de vie**
- Amélioration de la **sociabilisation**
- Amélioration de la **neurocognition**

Objectif de l'étude

Déterminer les **représentations et freins** à la prescription et la mise en œuvre de **programmes d'activité physique adaptée** dans le parcours de soins des patients psychiatriques. Les **conclusions** de cette étude visent à **améliorer l'offre de soins**, et de **sensibiliser les différents protagonistes** aux bénéfices de cette **intervention non-médicamenteuse**.

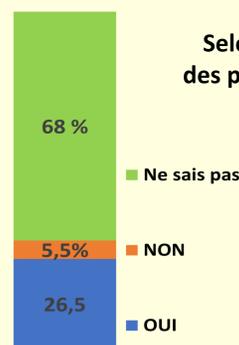
Originalité de l'étude

Tous les maillons de la chaîne de soins ont été interrogés et ont répondu dans des **proportions semblables**.

**Patients – Soignants - Médecins -
Professionnels des activités physiques**

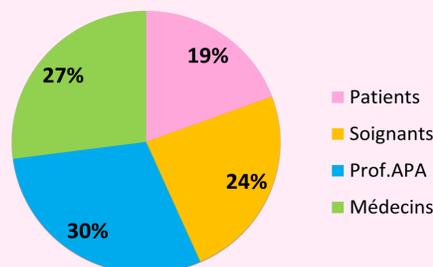
Résultats

Selon vous, existe-t-il des recommandations de l'HAS pour la prise en charge des patients atteints de pathologies mentales en activités physiques adaptées ?



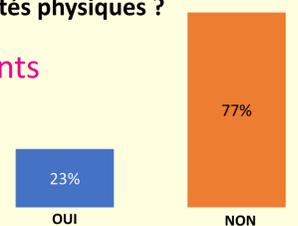
La majorité des médecins n'a pas connaissance des recommandations HAS concernant les indications d'activités physiques pour les personnes présentant des troubles psychiques

1 079 questionnaires complétés à 100 %



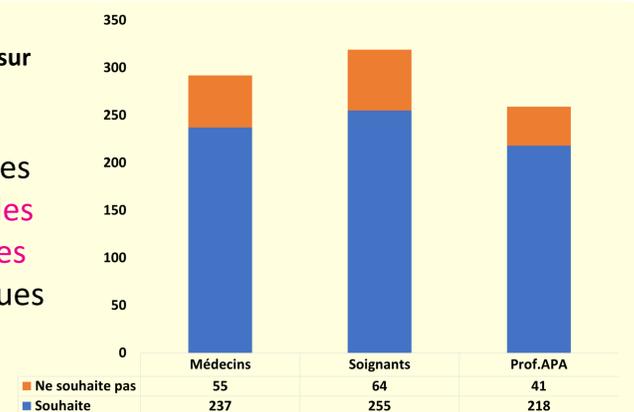
Votre psychiatre traitant vous a-t-il déjà proposé de participer à des activités physiques ?

Une minorité de patients s'est vu proposer de participer à des activités physiques



Souhaiteriez-vous une formation complémentaire sur les activités physiques en santé mentale ?

L'ensemble des métiers de la santé et des activités physiques adaptées **souhaite des formations complémentaires spécifiques** à la problématique des activités physiques en santé mentale



Conclusion

Les résultats préliminaires de l'étude KinéoPsy montrent qu'il existe clairement une **méconnaissance** et une **demande d'information et de formation** de la part des professionnels sondés

Nécessité de **structures de référence & Centres de ressources** pour les professionnels

-> **Regrouper les recommandations**

-> **Diffuser des outils d'aide à la prescription, à la réalisation et au suivi**

Bibliographie

- De Hert M et al. Physical illness in patients with severe mental disorders. *World Psychiatry* 2011
- P. Bernard, G. Ninot. Bénéfices des activités physiques adaptées dans la prise en charge de la schizophrénie : revue systématique de la littérature. *L'Encéphale*, 2012
- P. Bernard. Barrières et motivation à l'activité physique chez l'adulte atteint de schizophrénie : revue de littérature systématique. *Science & sports*, Janvier 2013

Pour contacter l'auteur :

pierre.kalipe@gmail.com

www.linkedin.com/in/pierre-kalipe

Avec le soutien



Pour plus d'informations sur les **activités physiques en santé mentale**

Pour suivre les résultats de l'étude KinéoPsy

www.kineopsy.fr ou flasher le QR CODE



Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de l'Agglomération Montargoise



58 associations conventionnées
6 médecins prescripteurs
30 bénéficiaires
10-12 000€ budget annuel

Les grands principes du dispositif

Présentation : Ordonnance du médecin généraliste, RDV individuel avec un éducateur APA pour réaliser un bilan initial orienter le patient vers le choix d'une activité physique adaptée et un bilan final comparatif.

Suivi des bénéficiaires : Suivi individuel pendant les 20 séances puis entretien téléphonique à deux mois et à 1 an.

Publics : Aux personnes atteintes d'obésité, de diabète de type II, d'HTA équilibrée, de cardiopathie ischémique, d'antécédents d'AVC, de cancers et d'insuffisance rénale dialysée.

Lieux : Le bilan initial et final se déroule au Centre Médico Sportif de l'Agglomération, les activités se déroulent au sein des structures des associations conventionnées.

Prise en charge : Dispositif gratuit pour 20 séances, reste à la charge du bénéficiaire le coup de l'assurance pour pratiquer au sein de la structure.

FORUM
Sport Santé dans l'AME

**VIVRE MIEUX...
...EN BOUGEANT PLUS**

Sous le parrainage de Jean François LAMOUR, champion olympique d'escrime

Samedi 7 septembre 2019
de 14h00 à 18h00

Salle le Tivoli
2, rue Franklin Roosevelt 45200 Montargis

EN PRÉSENCE DE PATIENTS TÉMOINS ET DE :

- Pr François CARRÉ
Cardiologue du sport-CHU Rennes
- Pr Xavier BIGARD
Directeur scientifique - Union Cycliste Internationale
- Dr Alexandre FELTZ
Maire Adjoint en charge de la santé de Strasbourg
- Dr Fabrice LAGARDE
Diabétologue du CHAM
- Dr André PRUNIER
Médecin du sport - Thonon-les-Bains
- Dr Marc CHARLES
Médecin de santé publique - Clermont-Ferrand
- Dr Dominique DELANDRE
Responsable du programme Sport Santé dans l'AME

A partir de 16h30, stands et ateliers pratiques

- Aviron santé
- Boxe santé
- Escrime santé
- Gymnastique
- Marche nordique
- Natation adaptée

Pour plus de renseignements : 06 49 25 22 78



2034 bénéficiaires 334 médecins partenaires 113 clubs partenaires 54 communes 70 000€ budget annuel



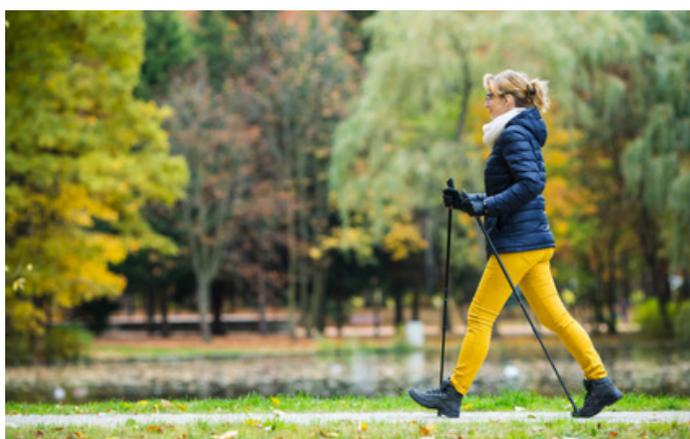
Sport Santé Côte Basque

Présentation :

- Dispositif prévention santé : une prescription médicale, un entretien d'évaluation et d'orientation par un APA et un programme de 12 semaines de reprise de l'activité physique dans le réseau des acteurs du sport santé de la Côte Basque.
- Dispositif maladies chroniques : prise en charge d'un an dont 2 mois de réentraînement au CH de la Côte Basque puis 10 mois d'activité physique dans le réseau des acteurs du sport santé de la Côte Basque.

Public : Sur 54 communes du Pays Basque et du sud Landes

Prise en charge : Une prise en charge financière des 3 premiers mois de pratique sportive pour les bénéficiaires non imposables.





230

bénéficiaires

19

médecins prescripteurs

2013

date de mise en oeuvre



1ère semaine sport-santé en 2021



Dispositif sport sur ordonnance

Public : Action destinée aux habitants de Blagnac, majeurs, atteints d'une pathologie chronique, éloignés de la pratique sportive ou ayant besoin d'une pratique adaptée.

Présentation : Prise en charge sportive par la direction des sports de la ville de Blagnac : 2 séances d'activité physique par semaine pendant un an. Activité adaptée, encadrée par un éducateur sportif de la ville, pratiquée par groupe de 4 à 8 personnes.

Prise en charge : Dispositif entièrement pris en charge par la ville

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance intercommunal Prescri'SPORT

Caen - Hérouville Saint Clair - Mondeville



600

bénéficiaires

200

médecins

21

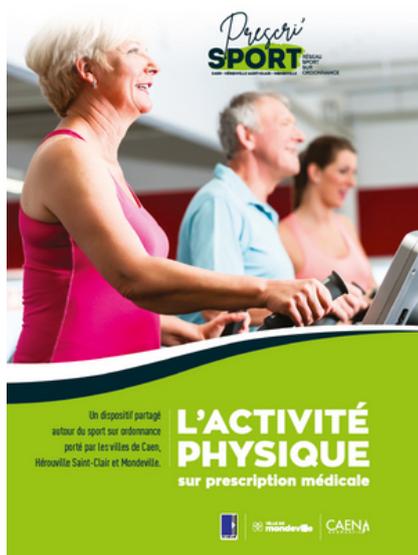
associations

94%

pratique autonome 3
mois post-dispositif

91%

pratique autonome 6
mois post-dispositif



Paroles d'une bénéficiaire

"En plus de diminuer mes douleurs, quand je suis dans l'eau, je ne pense à rien, je déconnecte totalement des mes problèmes du quotidien "

Yasmine, 62 ans

Dispositif intercommunal

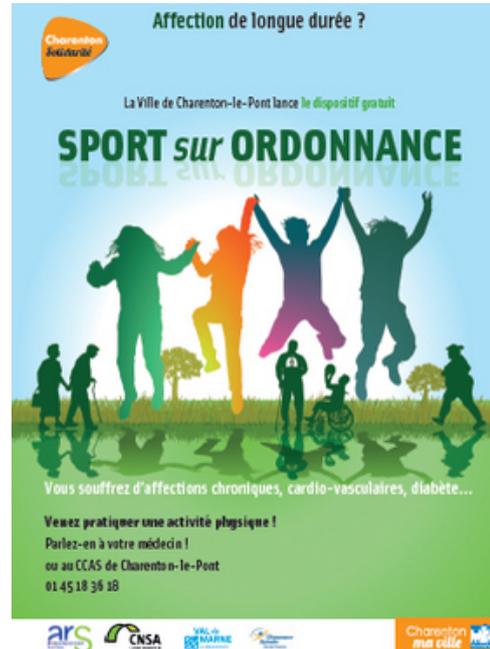
Présentation : Prescri'Sport est une étape vers la pratique d'activité physique autonome. Le dispositif est commun aux 3 plus grandes communes de la Communauté Urbaine Caen La Mer : Caen, Hérouville Saint Clair et Mondeville. Il s'adresse aujourd'hui à une population de 140 000 habitants.

Objectif : Amener les bénéficiaires à un pratique d'activité physique autonome et pérenne en sortie de dispositif.

Publics : Il s'adresse aux habitants des trois communes, sédentaires ou atteints de maladies chroniques (diabète, troubles psychiques, maladies neurodégénératives, cardio-vasculaires, obésité, troubles de l'appareil locomoteur).

Prise en charge : Gratuit pour le bénéficiaire

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance du Centre communal d'action sociale de Charenton-le-Pont



55

bénéficiaires

144

séances annuelles

4

éducateurs sportifs

29 000€

budget annuel



La devise du dispositif

Venez prendre goût à l'activité physique, acceptez votre corps, tout en vous amusant !!!

Sport Santé sur Ordonnance

Objectif : Ce programme vise à redonner du plaisir et du bien-être à bouger, tout en profitant de loisirs et d'activités ludiques, et ce surtout pour les plus jeunes.

Publics : Il est ouvert aux personnes, à partir de 11 ans, en Affection de Longue Durée (ALD) et/ou souffrant d'obésité, de surcharge pondérale ou sédentaire qui pourrait bénéficier de la pratique régulière d'une activité physique.

Prise en charge : Le dispositif « Sport sur ordonnance » est pris en charge financièrement par la Ville de Charenton-le-Pont pendant 1 an.



48

bénéficiaires

22

médecins

4

associations
partenaires

2

éducateurs sportifs
et 1 coordinatrice

266 266€

budget annuel

adaptation
programme
APAISEMENT
être bien
accompagnement
équilibre
envie
activité
progression
physique
plaisir
souplesse
bonne
alimentation
ateliers
PARTICIPER
détente
confiance
motivation
vitalité
sport
compétences
moral
respiration
sourires
gratuit
relaxation
HUMEUR
ludique
mental

Pour Votre Santé, Soyez Sport

Présentation : Un parcours santé gratuit pour les sédentaires de 60 ans et plus en affection de longue durée ou en COVID long.

Objectifs : Le but de cette démarche est de proposer des ateliers d'activités physiques adaptées aux participants pour les amener à une pratique régulière dans une association sportive.

Evénements : AVIROSE (Championnat du monde d'aviron indoor à Coubertin) – Octobre rose – Semaine bleue – Fête du Sport et Foulées olympiques de Colombes

Parole d'une bénéficiaire

"Après chaque séance, adaptée à mon niveau physique, et variée dans le choix des exercices, il y a, bien entendu, la satisfaction de l'effort accompli et des progrès réalisés, mais aussi, le fait de « vider son esprit » pendant un moment. Et cela fait du bien !"

Michelle

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de

La Ville de Coudekerque-Branche



Sport Santé Amitié Convivialité Dépassement

103

bénéficiaires

27

médecins

3

éducateurs sportifs

20 600€

budget annuel



Paroles d'un bénéficiaire

« 8 ans que le sport santé est pratiqué à Coudekerque-Branche. Que de bonheur pour les participants tant sur le plan physique que moral. Un grand merci M. le Maire. »

Jacques, 75 ans.

Sport Santé sur Ordonnance

Présentation : Le dispositif propose gratuitement des séances d'activités physiques adaptées à la santé (APAS) aux résidents Coudekerquois en affection longue durée (ALD)

Objectifs : Lutter contre la sédentarité, maintenir la condition physique, travailler l'endurance, le renforcement musculaire des membres supérieurs et/ou inférieurs, la souplesse, la coordination, la mémoire... Avec un important lien social

Prise en charge : Annuelle sur renouvellement du dossier médical

Événements : Initiations aux activités sportives associatives tout au long de l'année.



320

96

10

51

175 000€

bénéficiaires médecins associations encadrants budget annuel



Paroles de bénéficiaires

"Cette année en sport sur ordonnance a été vraiment bénéfique au niveau physique et moral. Cela m'a permis de m'évaluer et d'évacuer le stress. J'ai ressenti des bienfaits à court terme et à long terme. Un grand merci pour votre dispositif"

Améliorer son bien-être et sa santé

Présentation : Notre programme comprend une prise en charge en APA, un accompagnement diététique, un suivi psychologique, un accompagnement dans l'arrêt du tabac, un accès aux droits et aux soins. Le programme est gratuit pendant 1 an.

Objectifs : Améliorer la qualité de vie des personnes souffrant de maladies chroniques, augmenter la part des bénéficiaires en QPV et développer le réseau partenarial.

Publics : Personnes majeures, résidant à Dunkerque et communes associées

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de la Ville d'Evry-Courcouronnes



SPORT SANTÉ



ACTI'SANTÉ

LE SPORT SUR PRESCRIPTION MÉDICALE

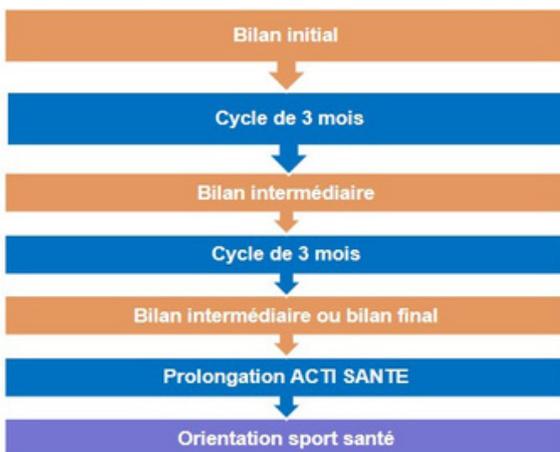
35

17

5

80 000€

bénéficiaires médecins prescripteurs éducateurs sportifs budget annuel



Parole d'un.e bénéficiaire

"Je suis Acti'santé depuis février et grâce à l'aide que j'ai trouvée, j'ai stabilisé mon poids, arrêté progressivement les antidépresseurs, équilibré mon hypertension et surtout j'ai compris que je peux améliorer ma santé par mes propres actions."

Acti'Santé

Vous souffrez d'une ou plusieurs pathologies chroniques telles que : affections de longue durée, hypertension artérielle, obésité ?

L'activité physique adaptée peut faire partie de votre traitement !

La ville vous propose le dispositif Acti'Santé

1. Obtenir une ordonnance auprès de votre médecin traitant
2. Prendre contact avec la direction des Sports au 01.69.36.66.85 ou actisante@evrycourcouronnes.fr

Dispositif gratuit et personnalisé

Comité Régional de Gymnastique Grand-Est



36 coaches gym+ **28** associations proposant gym+ **62** cours **16** associations Prescri'mouv **37** créneaux labellisés



gym+ = la pratique sportive au service de votre santé

Objectifs : Le **développement harmonieux** du corps par une pratique adaptée, ludique, collective favorisant le plaisir et le bien-être.

Le **maintien des qualités physiques** (endurance, force, souplesse, équilibre, coordination, repérage dans l'espace, la protection du dos grâce à l'approche posturo respiratoire du docteur De Gasquet).

Le **maintien d'une qualité de vie** grâce à l'acquisition de postures, de gestes justes.

Publics : Adultes et seniors, personnes fragiles ou en bonne condition physique, sans ou avec pathologies chroniques (dont les ALD)

Prise en charge des séances : À voir au cas par cas avec l'association

Paroles de bénéficiaires

« C'est une bonne alliance entre un côté gym et un travail postural »

« Rester en forme, voir du monde, c'est sympa, bien adapté à notre âge malgré les douleurs ».



140

bénéficiaires

59

médecins

39

créneaux d'activités

70 000€

budget annuel



Paroles d'une bénéficiaire

"Je tenais à vous faire part de la grande satisfaction que j'éprouve lors des séances de sport auxquelles je participe. Ces séances me font beaucoup de bien tant physiquement que moralement."

Les grands principes du dispositif

Publics : Les personnes atteintes d'une affection longue durée (ALD) ou d'une pathologie chronique (diabète de type 2, obésité, lombalgies chroniques, ...)

Présentation : Prescription par le médecin traitant. Bilan d'entrée avec entretien motivationnel et tests physiques. Prise en charge de 2 séances par semaine pendant une année avec un suivi continu et régulier.

Les activités : Gym douce, badminton, randonnée, tir à l'arc, renforcement musculaire, aquagym, volley, golf.

Prise en charge : Bilans (initial, intermédiaire, final) pris en charge par la ville. 2€ la séance par patient quelle que soit l'activité.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de la Ville de Montreuil



250

bénéficiaires

23

prescripteurs

60 000€

budget annuel



Paroles d'une bénéficiaire

Cette bénéficiaire présente un syndrome métabolique. Les effets bénéfiques décrits par la patiente après 5 mois de Sport Santé sur Ordonnance, vont au-delà des effets espérés et observés sur le plan physique, la patiente décrivant une ré-appropriation de son corps des années après avoir été victime de violences conjugales.

Mme H, 52 ans

Le dispositif sport-santé

Présentation : Dispositif Passerelle (séances cardio et de découverte de plusieurs activités physiques) de 5 mois entièrement gratuit suivi d'un accompagnement vers les associations sportives de la ville

Suivi des bénéficiaires : Des bilans réguliers : bilan d'entrée et de sortie complétés par un suivi diététique et des entretiens motivationnels

Publics : Toute personne pour qui son médecin juge que l'activité physique sera bénéfique pour sa santé

Prise en charge : 5 mois gratuits puis coût de l'adhésion aux associations sportives

Mise en place d'ateliers Tremplin qui permettent de rentrer dans le dispositif à n'importe quel moment de l'année en attendant les sessions Passerelle de septembre ou mars

Contact : actionsportive@montreuil.fr / 01 71 86 28 55



220

bilans réalisés en 2021

12

médecins prescripteurs

2

enseignants APA

Aisne Sud - 274 communes - 177 580 habitants

Je bouge pour ma santé



Présentation du dispositif : Mettre en œuvre des parcours sport santé sécurisés en coordination avec les collectivités, les professionnels de santé et les clubs et associations sportives du territoire

Objectifs : Maintenir la dynamique sport santé du Sud de l'Aisne

Publics : Tous publics à partir de 18 ans en prévention primaire secondaire tertiaire handisport et sport en entreprise

Suivi des bénéficiaires : Réalisé avec notre outil numérique de suivi et de coordination tout au long du parcours SS : Mon Bilan Sport Santé

Evénements : Rencontres annuelles, journées à thèmes (diabète obésité octobre rose journée sans tabac) Villages associatifs du territoire

Parole d'une bénéficiaire

"Je recommande autour de moi le bilan proposé avec enthousiasme. C'est la première fois qu'il m'est consacré autant de temps et de moyens pour évaluer mes conditions physiques et de bien-être."

Bienveillance, bonne humeur, plaisir, santé

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de de l'Office Municipal des Sports de Miramas



356 bénéficiaires	65 médecins partenaires	15 structures partenaires	11 associations labellisées	95 000€ budget annuel
-----------------------------	--------------------------------------	--	--	---------------------------------

Parole d'une bénéficiaire

Suite à une maladie chronique, j'ai intégré le dispositif « Sport sur Ordonnance » de l'OMS de Miramas en 2020, ce qui a nettement amélioré ma qualité de vie. En effet, mon sommeil est plus récupérateur, les douleurs se sont atténuées et la fatigue moins intense.

Je ressens également un mieux être sur le plan psychologique car le rythme des séances est vraiment adapté à mon état et m'évite de me retrouver en situation d'échec et par conséquent d'abandon d'activités physiques.

Le contact social est aussi un facteur important car il permet d'échanger avec des personnes qui ressentent les mêmes difficultés au quotidien.

Un grand merci à tous les intervenants pour leur professionnalisme et leur gentillesse.

Sport sur ordonnance

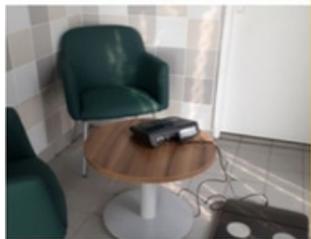
Activités : 2 activités par semaine pour 60€ l'année sportive, 18 activités proposées : randonnée palmée, marche nordique, foot en marchant, ...

Suivi des bénéficiaires : Bilans de la condition physique et suivi via l'application web GOOVE.app sécurisée RGPD et sous le haut patronage du Ministère des Sports.

Public : Pathologies chroniques ou facteurs de risque (HTA, obésité), ALD, dépression, COVID long.

Lieux : Dans les infrastructures sportives en lien avec les associations sportives labellisées.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de la Ville de Paris



**MAISON SPORT
SANTE CURIAL**
VOUS SOUHAITEZ
REPRENDRE UNE
ACTIVITE PHYSIQUE ET
SPORTIVE ?

HORAIRE D'OUVERTURE
MARDI MERCREDI
VENDREDI
10H-17H
JEUDI
10H-20H
SAMEDI
9H30-12H30

**LA MAISON SPORT
SANTE CURIAL
VOUS
ACCOMPAGNE**

01 40 33 26 02 maisonsportsante-curial@paris.fr
Gymnase Curial 84 rue curial 75019 Paris



51

bénéficiaires

96

médecins formés

65

éducateurs formés

Le dispositif sport-santé

Paroles d'une bénéficiaire

"Après 2 mois de marche nordique et d'ateliers autour du renforcement musculaire, travail d'assouplissement et d'équilibre, je me sens dans une bien meilleure forme dans ma vie quotidienne, je dors beaucoup mieux, je suis beaucoup moins essouffée et ne souffre plus.

J'ai beaucoup apprécié l'écoute, l'accueil de la MSS Curial et la qualité de l'orientation vers les activités de l'Espace 19. J'ai d'ailleurs rencontré des gens avec qui je me suis liée d'amitié "

Dominique, 63 ans

Présentation : L'ambition du projet est de pouvoir proposer aux parisiennes et aux parisiens des lieux d'accueil, d'écoute, d'évaluation et d'orientation afin de développer l'activité physique comme facteur de santé.

Objectif : Cet objectif se concrétisera par l'ouverture de 4 Maisons Sport Santé (MSS) afin de couvrir le territoire parisien à l'horizon 2024. 1er jalon de ce projet : ouverture le 16 mai 2022 de la 1ère MSS de la Ville de Paris dans le 19^e arrondissement (QPV) et l'accueil des premiers usagers.

Publics : La MSS Curial accueille tous les publics éloignés de la pratique et plus particulièrement ceux disposant d'une prescription d'Activité Physique Adaptée (APA).

Prise en charge : La MSS accueille gratuitement pour un entretien motivationnel et l'évaluation de la condition physique. Les bénéficiaires sont ensuite orientés vers des APA gratuites de la ville ou vers des créneaux associatifs payants.



575

bilans médico-sportifs

194

créneaux labellisés

73

structures partenaires

A propos de nous

- Association créée en 2009 et reconnue Maison Sport Santé depuis 2020
- Nous accompagnons toutes les personnes souhaitant reprendre une activité physique régulière, adaptée, sécurisante & progressive dans les Ardennes, l'Aube, la Marne et la Haute-Marne.
- Nous coordonnons un réseau de professionnels formés et qualifiés dans le champ de la santé et du sport formé

Nos projets

Prescri'mouv : Nous déployons ce parcours de reprise d'activité physique sur prescription médicale pour les personnes adultes atteintes de maladies chroniques. Nos offres de prise en charge et d'activités s'étendent sur les Ardennes, l'Aube, la Marne et la Haute-Marne.

PRESCRI'
m@uv

Séniors actifs Marne : Nous proposons au public de 60 ans et plus de la Marne d'adopter un mode de vie sain et actif au travers d'une offre d'activités physiques et sportives diversifiées, de proximité et accessibles.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de la Ville de Romans-sur-Isère

ROMANS SUR ISÈRE



150 bénéficiaires **10** médecins prescripteurs **1** diététicienne **1** sophrologue **15 000€** budget annuel



Parole d'une enseignante APA

"Ce qui me tient à cœur, dit-elle, c'est de pouvoir apporter, grâce au sport, un bien-être physique mais surtout mental et social !"

Le Sport au service de la Santé

La Ville de Romans vous propose des parcours sport-santé pour vous accompagner dans la pratique d'une activité physique régulière, modérée et adaptée à votre profil.

Présentation du dispositif : En salle, en extérieur ou en piscines, les encadrants construisent leurs séances sport-santé avec des ateliers travaillant : le cardio, la motricité, la mobilité, le renforcement musculaire et l'équilibre.

Publics : Ce dispositif est proposé aux personnes souffrant de maladies chroniques (maladie cardio-respiratoire, diabète, cancer, obésité, ...) et aux personnes sédentaires souhaitant reprendre une activité physique. Nouveau parcours post-covid.

3 types d'activités : Activité physique adaptée, aquagym et aquatonic. En journée, pendant la pause déjeuner ou en soirée.

Coût financier : 1 à 6€ pour les Romains et 4,5 à 9€ pour les non Romains.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de l'Office Municipal des Sports et de l'Education Populaire de Saint Paul



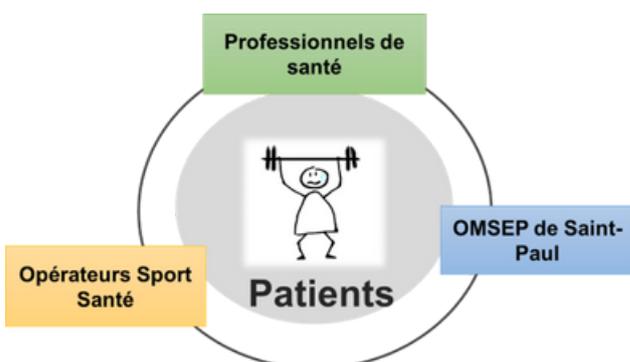
1 800

132

15

150 000€

bénéficiaires médecins opérateurs sport-santé budget annuel



Paroles d'une bénéficiaire

"L'accompagnement est génial, merci d'être là pour nous. Je peux maintenant marcher tous les jours avec des copines que j'ai rencontré dans mon groupe Sport Sur Ordonnance."

Votre santé, notre métier

Présentation : « UN STARTER* » pour reprendre une pratique autonome d'Activités Physiques régulières.

Publics : Personnes atteints d'ALD, de maladies chroniques et facteurs de risques.

Prise en charge : Suivi en Activités Physiques Adaptées avec 2 bilans APA et 1 bilan motivationnel par semestre. 1 à 6 semestres d'accompagnement avec une fréquence de pratique de 1 à 2 fois par semaine. 4 types d'activités : Aquatiques, Douceurs, Energies, Pédestres. Possibilité également de suivre un accompagnement diététique ciblé.

Événements : Un séminaire sur l'alimentation chaque semestre. Une clôture annuelle du dispositif avec un village santé et une marche santé. Une soirée biennale des médecins prescripteurs du dispositif Sport Sur Ordonnance.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de la Ville de Saint-Quentin-En-Yvelines

**SAINT
QUENTIN
EN YVELINES**
Terre d'innovations



SPORT SUR ORDONNANCE

BESOIN DE PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ?

L'IPS vous propose des séances d'**activité physique adaptée** encadrée par des **éducateurs sportifs** aux Clayes-sous-Bois, Élancourt, Guyancourt, Magny-les-Hameaux, Maurepas, Plaisir, Trappes, Villepreux et Voisins-le-Bretonneux



SUR AVIS MÉDICAL

SUR INSCRIPTION : 01 30 16 17 80 - sante@sqy.fr

Gratuit

ars
Préfecture des Yvelines

Yvelines
Le Département

Yvelines
Le Département

utolep
Tous les sports / Tous les âges

KORIAN

Clayes-sous-Bois

Élancourt

Clayes-sous-Bois

Maurepas

Plaisir

Trappes

Villepreux

Voisins-le-Bretonneux

Voisins-le-Bretonneux

Voisins-le-Bretonneux

SQ

Institut
de Promotion
de la Santé

530

109

8

68 000€

bénéficiaires médecins prescripteurs éducateurs sportifs budget annuel

Faites du sport... sur ordonnance



Présentation : Séances hebdomadaires d'APA en salle ou en piscine, en petits groupes, encadrée par des éducateurs sportifs formés

Lieux : Dans des équipements mis à disposition par 9 communes et à la piscine intercommunale de SQY

Publics : Pour les personnes ayant une ALD, avec surpoids ou obésité, hypertension artérielle, avancées en âge,

Processus : Evaluation des capacités physiques et du ressenti des participants en début et fin de cycle

Prise en charge : Dispositif cofinancé dans le cadre du contrat local de santé et par la conférence des financeurs

Devise du dispositif

Energie communicative et
bienveillance, c'est le cocktail
gagnant des séances !

Activités Physiques et Sportives sur Ordonnance de l'Office Municipal des Sports de Salon de Provence



214

bénéficiaires

13

associations

15

éducateurs sportifs

136 500€

budget annuel



Paroles de bénéficiaires

"Toujours hâte de retrouver mes amis, 3 fois par semaine, en entretenant ma forme »
Patrick

« J'ai trouvé ici un encadrement adapté à mon état moral et physique " Joëlle

Un atout cœur pour votre santé !

Présentation : Programme de 30 semaines (de fin septembre à mi juin). Choix de 3 activités par semaine, parmi 45 créneaux proposés où plus de 25 Activités Physiques Adaptées sont représentées.

Publics : En faveur des personnes souffrant de maladies chroniques, surpoids, obésité, Covid long.

Accompagnement : Bilan médico-sportif en début et fin de programme.

Prise en charge : Cotisation annuelle de 50€

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance du Service Sport-Santé de la Ville de Sète



Sport sur
ordonnance

Sport loisir

14 activités
sportives
en sport sur
ordonnance

Sport handi

Sport bien-
être en
entreprise

Groupe de 8 à
10 personnes
en sport sur
ordonnance

520

6

bénéficiaires associations

5

éducateurs
sportifs

89

médecins
prescripteurs

175 000€

budget annuel

Témoignage d'une bénéficiaire

"Je suis vraiment ravie d'avoir participé à vos activités sportives, aussi bien pour mon moral que ma santé physique.

Je trouve que c'est une excellente idée d'avoir mis ce dispositif en place, ça permet aussi de garder le contact social !

Je trouve que votre équipe est très agréable et très professionnelle, c'était un vrai bonheur d'être parmi vous ! "

Bougez sur ordonnance

Public : Pour les **enfants et adolescents** en ALD et obésité.

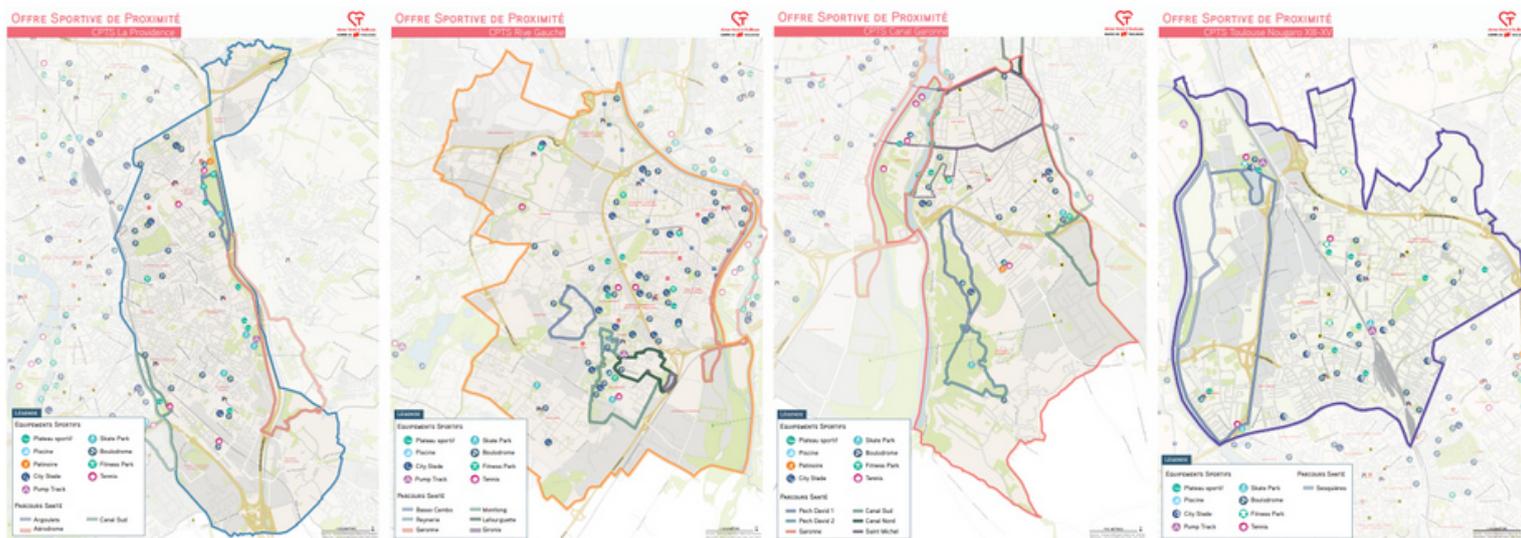
Pour les **adultes** atteints d'une ALD, d'obésité, d'une insuffisance respiratoire ou cardiaque, d'un cancer, de diabète, de Covid long, dialysé, de dépression.

Objectifs : Amélioration de la condition physique par les activités physiques adaptées et sportives et maintien de l'activité après le dispositif

Prise en charge : Dispositif gratuit pendant 1 an avec deux activités sportives par semaine.



Un dispositif de Sport-Santé de la Ville de Toulouse



**Activité physique du
quotidien**

**Proximité avec les
habitants**

**Relai par les professionnels
de santé**



Cartes sport-santé

Présentation : Mise en valeur de l'offre sportive de la ville de Toulouse, depuis les parcours de marche jusqu'aux city stades en passant par les piscines, par des cartes à l'échelle des CPTS de la ville. Cartes valorisées par les professionnels de santé qui peuvent les mettre à disposition à leur patientèle, ou en ligne sur toulouse.fr

Objectifs : Faire marcher les toulousains et toulousaines ; faire pratiquer une activité physique au quotidien

Publics : Tous les Toulousains et Toulousaines

Prise en charge : Pas nécessaire

Événements : Valorisation de ces cartes à l'occasion de la présence médiatisée de l'élue en charge de la santé sur ses événements santé-sport (marche seniors...)

"C'est super, on va s'en servir !"

Paroles d'un président d'une
Communauté Professionnelle
Territoriale de Santé (CPTS)



170 bénéficiaires 41 médecins prescripteurs 10 associations partenaires 3 enseignants APA 500€ coût par bénéficiaire



Evènementiel

En juin 2022, une journée de regroupement "En forme sur ordonnance" a été organisée par le service de l'animation sportive pour réunir tous les bénéficiaires du dispositif, actuels et anciens autour d'un temps convivial et leur permettre de découvrir les activités physiques proposées par nos partenaires associatifs.

En forme sur ordonnance

Présentation : "En forme sur ordonnance" a été mis en place par la ville de Villeurbanne. Le dispositif permet au médecin traitant de prescrire de l'Activité Physique Adaptée et d'orienter ses patients en toute simplicité.

Objectifs : Réduire les inégalités sociales de santé et d'accès à la pratique d'activité physique. Faciliter l'accès à l'activité physique à celles et ceux qui en sont les plus éloignés (socialement, financièrement, culturellement, physiquement...)

Publics : Aux Villeurbannais.e.s atteints d'une maladie longue durée, les plus éloignés de la pratique physique.

Suivi des bénéficiaires : Bilan individualisé avec un.e ETAPS, 40 séances d'APA, entretien motivationnel à mi-parcours, bilan de sortie, orientation, bilan téléphonique 6 mois après la sortie du dispositif.

Prise en charge : Le dispositif est gratuit une fois pour les bénéficiaires. En cas de reconduction, un tarif est appliqué en fonction des ressources, entre 0 et 75€.



510

bénéficiaires

4

médecins

12

enseignants APAS

174 000€

budget annuel



Paroles de bénéficiaires

"Prise en charge adaptée à mon diabète, j'ai retrouvé de la mobilité et plus de motivation pour être d'avantage active dans mon quotidien"

Christine, 62 ans

Maison Sport-Santé APS Vosges

Présentation : APS Vosges a pour objet la promotion de l'activité physique à des fins de santé, envers la population ainsi que les professionnels médicaux, sociaux et sportifs.

Elle propose différents programmes d'activité physique adaptée à des fins de santé et notamment : Dispositif Grand Est Prescri'mouv, Prévention de la perte d'autonomie, Programme socio-sportif.

Publics : Adultes sédentaires et/ou inactifs avec ou sans pathologies chroniques.

Prise en charge : Bilan motivationnel et de condition physique, séances d'activité physique adaptée, orientation vers des structures sportives partenaires et accompagnement dans la durée.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de La Ville de Boulogne-sur-Mer et du Centre Médico Sportif



SPORT - SANTÉ - BIEN-ÊTRE

70
bénéficiaires

66
médecins

70 000€
budget annuel



Paroles de bénéficiaires

"J'ai bien aimé aussi la découverte du karaté. Cela permet de faire travailler les jambes, loin des idées préconçues qui me faisaient un peu peur. C'était une séance ludique loin de la notion de combat."

Marianne, 43 ans

Un parcours de santé coordonné

Publics : Le programme s'adresse aux personnes éloignées de l'activité physique, atteintes de diabète, de surpoids, d'hypertension, de maladies cardiaques ou du cancer du sein.

Objectifs : Proposer une ou plusieurs activités physiques adaptées par semaine accompagnées d'un suivi régulier par des éducateurs sportifs et du médecin prescripteur de l'activité.

Coût financier : Le coût financier pour les bénéficiaires est progressif. La première année est totalement gratuite, puis la deuxième année est de 20€, la troisième de 40€ et la quatrième de 90€.



197 bénéficiaires **69%** femmes **7** éducateurs sportifs **4 723.16€** budget annuel

Limoges Respire

Paroles de bénéficiaires

J'ai participé à 3 éditions de Limoges Respire durant lesquelles j'ai pu pratiquer le stand up paddle, le roller, le canoë et la grimpe encadrée dans les arbres.

Je suis très satisfaite de cet événement. J'ai pu découvrir et m'initier au paddle. A présent, je le pratique régulièrement en autonomie. C'est aussi le premier événement auquel je participe qui propose la découverte d'activités physiques à de jeunes adultes "

Laura, 30 ans

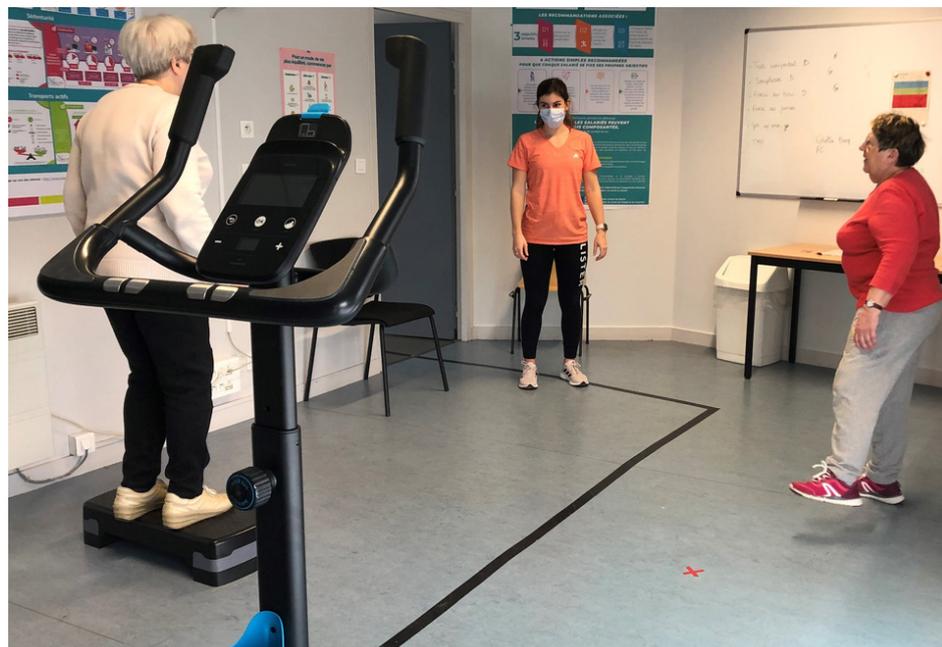
"Limoges Respire" est un programme sport santé et bien-être initié par la Ville.

Objectifs : Aider et accompagner les personnes souhaitant reprendre le sport, découvrir une activité sportive et apprendre les bases d'une activité physique pour être autonome.

Publics : Les activités (padel, slackline, escalade, tennis, renforcement musculaire, yoga, roller, canoë,...) sont proposées aux adultes et aux jeunes à partir de 16 ans, s'ils sont accompagnés, résidants à Limoges.

Coût financier : Cet événement gratuit a lieu chaque année durant le mois de juin du mardi au jeudi.

Le dispositif de Sport Santé sur Ordonnance de Le Centre de Ressource Sport Santé de la Ville d'Angers



167
bénéficiaires

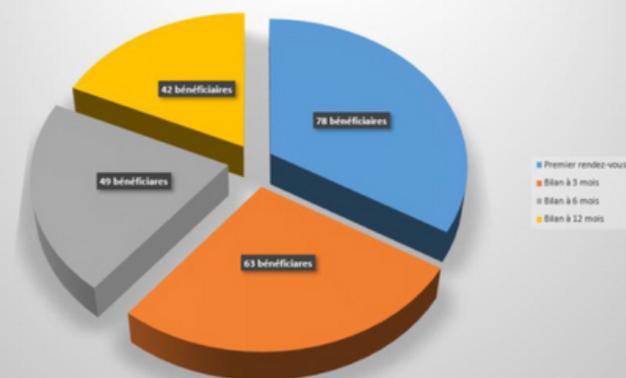
2
étudiants
enseignants APA

1
médecin
du CHU

100
médecins
prescripteurs

34
associations
partenaires

Nombre de bénéficiaires ayant participé aux bilans à 3, 6 et 12 mois
Année 2021



Parole d'un.e bénéficiaire

"Un accueil et encadrement bienveillant et de qualité et une valorisation de l'estime de soi"

En santé par le sport !

Présentation : Évaluation médicale et physique des bénéficiaires par une équipe de médecin du sport et d'enseignants APA

Suivi des bénéficiaires : Entretien motivationnel et prescription d'APS et suivis réguliers sur 12 mois

Objectif : Bilan de santé et accompagnement pour une reprise d'activité physique adaptée à la demande et à la capacité du bénéficiaire

Public : Ce dispositif s'adresse aux patients résidents sur Angers, atteints d'une affection de longue durée ou d'une pathologie chronique



800

27

570

10

615 000€

bénéficiaires
actifs

structures
partenaires

médecins
prescripteurs

intervenants
(éducateurs, kiné, diét.,
référént médical)

budget annuel



Parole de bénéficiaires

"J'essaye de convaincre mes voisins.
Pour moi le sport santé c'est le
bonheur sur terre" Brigitte

"Mon éducatrice m'a apporté la
confiance et m'a aidé à me libérer"
Hakim

Dispositif Sport Santé sur Ordonnance

SSsO est l'un des deux dispositifs portés par la Maison Sport Santé de Strasbourg.

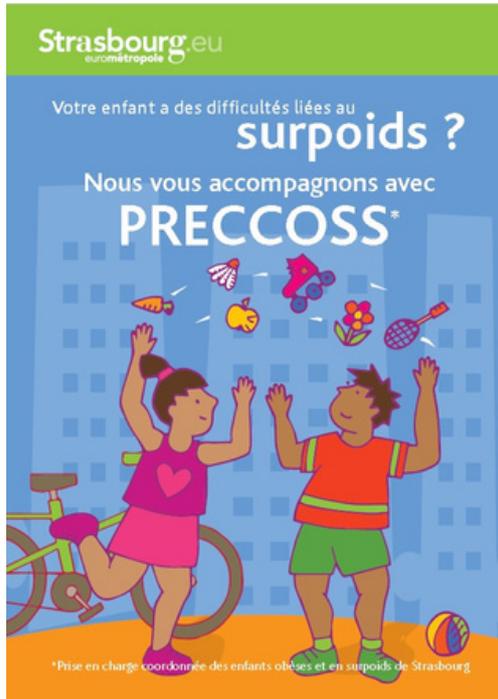
Présentation : Ce dispositif, gratuit la 1ère année, propose de pratiquer de l'activité physique de manière hebdomadaire et adaptée au profil du patient bénéficiaire

Objectif : L'objectif de ce dispositif est de découvrir ou redécouvrir le sport et l'activité physique et d'accompagner vers une pratique autonome et régulière.

Public : Tout adulte résidant à Strasbourg souffrant d'une ALD et/ou d'une maladie chronique

Suivi : Un accompagnement régulier par un éducateur médico-sportif, l'accès à des activités adaptées, et des consultations diététiques et tabacologiques

PRECCOSS : Prise en Charge Coordonnée des Enfants Obèses et en Surpoids à Strasbourg



270 enfants
293 médecins prescripteurs
9 associations partenaires
1 équipe pluridisciplinaire
459 000€ budget annuel

Dispositif PRECCOSS

PRECCOSS dispose de plusieurs antennes au cœur des quartiers de Strasbourg : HautePierre, NeuhoF, Esplanade.

Présentation : Ce dispositif propose un Programme d'Education Thérapeutique du patient (ETP) et des activités physiques adaptées hebdomadaires

Public : Les enfants en surpoids ou obèses habitants Strasbourg de 3 à 18 ans. La prise en charge dans ce dispositif dure entre 1 et 2 ans.

Equipe pluridisciplinaire : L'équipe PRECCOSS comprend plusieurs professionnels : une psychologue, deux diététiciennes, une infirmière, un médecin, une secrétaire et deux éducateurs sportifs.

Evènements : Organisation de plusieurs actions de prévention, promotion de la santé dans les écoles et auprès du grand public





60

bénéficiaires

80

médecins

1

enseignant APAS

30 000€

budget annuel



Steve NIVALLE

Enseignant APAS

Paroles de bénéficiaires

"Ça fait énormément de bien. Ça atténue les douleurs"

Anne-Lise

"Chacun va à son rythme, il n'y a pas d'esprit de compétition"

Linda

Sport Santé sur Ordonnance

Objectif : Répondre aux besoins de santé de la population en lui donnant accès à une offre de soin par le biais d'une pratique d'activité physique régulière.

Publics : S'adresse aux habitants du Douaisis de +18 ans atteints de : Diabète (Type II) - Rémission de cancer (+6 mois) - Obésité - Hypertension Artérielle - COVID Long

Coût financier : Pour que ce dispositif reste accessible au plus grand nombre et pour favoriser l'accès à la santé, la tarification du dispositif s'établit dans le Douaisis selon le niveau d'imposition du bénéficiaire.