



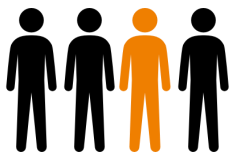
Bilan du Plan régional sport santé bien-être 2013-2017



Septembre 2017

La sédentarité : un problème de santé publique

Source : Organisation Mondiale de la Santé



**1 adulte sur 4
manque d'exercice
physique**

La sédentarité augmente

- ▶ Au niveau mondial, 1 adulte sur 4 manque d'exercice et plus de 80% des adolescents n'ont pas une activité physique suffisante
- ▶ Elle est à l'origine de 1,9 million de décès dans le monde
- ▶ Elle est la cause principale de 21 à 25% des cancers du sein ou du colon, de 27% des cas de diabète et d'environ 30% des cas de cardiopathie ischémique.

Or, pratiquer une activité physique

- ▶ réduit le risque d'hypertension, de cardiopathies coronariennes, d'accident vasculaire cérébral, de diabète, de cancer du sein et du colon
- ▶ exerce des effets sur la santé mentale en réduisant le stress, l'anxiété et la dépression
- ▶ limite la perte d'autonomie et le risque de chute chez la personne âgée.

Pour en savoir plus : Consultez le site Internet de l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité (ONAPS) : www.onaps.fr

Un engagement des institutions en faveur du sport santé

L'Agence Régionale de Santé et la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale ont signé, le 17 juin 2013, le Plan régional sport santé bien-être 2013-2016, prorogé d'un an jusqu'au 30 juin 2017.

Des partenaires ont décidé de s'associer à cette démarche en signant ce plan : le Conseil Régional, le Comité Régional Olympique et Sportif (CROS), le Centre de Ressources, d'Expertise et de Performance Sportive (CREPS) des Pays de la Loire et la Structure Régionale d'Appui et d'Expertise en Nutrition (SRAE).



Le Plan régional sport santé bien-être : quel objectif ?

L'objectif de ce plan régional est le **développement de l'activité physique** pour :

- ▶ le plus grand nombre et particulièrement : les femmes, les jeunes scolarisés, les jeunes adultes, les seniors à domicile et les salariés
 - ▶ des populations spécifiques :
 - personnes en situation de précarité sociale et/ou financière,
 - personnes âgées dépendantes
 - personnes placées sous main de justice,
 - personnes en situation de déficience intellectuelle, handicap psychique, moteur ou sensoriel,
 - personnes vivant avec une pathologie chronique.
- 
- A circular collage of colorful illustrations depicting diverse human activities and interests. It includes figures running, playing tennis, cycling, working at a desk, holding a heart symbol, playing basketball, and other recreational or professional pursuits, representing a wide range of lifestyles and demographics.



Quelles réalisations au 30 juin 2017 ?

► **Une campagne de communication**

par la diffusion d'affiches, de dépliants et de marque-pages à différents acteurs de la région (cabinets médicaux, pharmacies, collectivités territoriales, clubs sportifs, associations de prévention, mutuelles...), soit 12 567 envois, avec un logo spécifique créé à cet effet.



► **Le soutien à la mise en place d'ateliers d'activité physique au sein des Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) et des Services de Soins Infirmiers à Domicile (SSIAD)**

L'appel à candidatures lancé par l'Agence Régionale de Santé depuis 3 ans a permis le financement d'un temps d'éducateur sportif sur la base d'un barème en fonction d'un nombre de lits ou places, ainsi qu'une participation à la mise en place d'un « [parcours activités santé seniors](#) » (espace extérieur composé d'agrès qui permet de stimuler les capacités physiques et cognitives de la personne âgée).

En 2017, 52 projets ont été retenus, représentant 270 établissements et services dans la région. Les retours des professionnels sont très positifs sur cette activité :

« Les différents ateliers développés depuis ces dernières années ont d'ores et déjà montré tous les bienfaits de leurs impacts sur les résidents : impact sur le plan physique et moteur, comme outil de prévention et levier d'une plus grande autonomie, impact sur le plan social dans le vécu d'une activité collective permettant les liens sociaux entre résidents et entre résidents et personnels ou bénévoles, impact sur le plan psychologique dans l'estime de soi, le bien-être, la reconnaissance et l'auto-valorisation de ses propres capacités ainsi remobilisées. »

Pour en savoir plus sur cette action : Vidéo de la Direction Départementale de la Cohésion Sociale de la Sarthe : « Plan régional sport santé bien-être : l'activité physique en EHPAD »



► Le soutien à la mise en place d'ateliers mutualisés entre structures sociales (ex. centre d'hébergement et de réinsertion sociale, résidence d'accueil, restaurant social...)

Des associations sportives proposent des ateliers mutualisés entre structures sociales accompagnant des personnes en situation de précarité sociale et financière. Les activités physiques proposées ont pour but, non seulement de les remobiliser et de leur permettre de renouer avec une hygiène de vie, mais aussi de reconstruire des liens sociaux et de les amener à pratiquer hors de leur lieu d'accompagnement, et éventuellement au sein d'un club.

Pour en savoir plus : Consultez le site Internet du [Comité Régional Sports pour Tous Pays de la Loire](#)

► La définition d'un plan d'actions en direction des personnes en situation de handicap

Suite à l'enquête réalisée auprès des établissements médico-sociaux accompagnant des personnes en situation de handicap pour connaître les activités physiques proposées et les freins au développement de celles-ci, un plan d'actions a été défini, en lien avec les acteurs concernés (représentants des établissements, des conseils départementaux, des associations sportives...). Il propose notamment l'établissement d'une cartographie de l'offre sportive régionale afin de permettre aux établissements d'identifier les clubs mobilisables sur leur territoire et de révéler les zones blanches, l'incitation des clubs à proposer une activité physique pour ce public, l'élaboration d'un guide pour les établissements médico-sociaux pour les aider à construire un programme d'activité physique, la sensibilisation des équipes médico-sociales et des personnes en situation de handicap sur l'intérêt d'une pratique d'activité physique... Ces actions seront mises en œuvre à compter du second semestre 2017.



Pour en savoir plus : www.sport-sante-paysdelaloire.fr / Rubrique Actualités - 27/03/2016

► Une campagne d'information autour de la prescription d'activité physique pour les patients atteints d'une affection de longue durée (ALD)

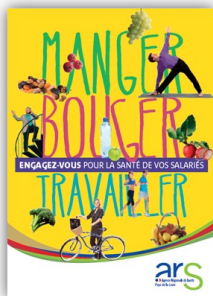
Conformément à l'article 144 de la loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé, le médecin traitant peut, depuis le 1er mars 2017, dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une ALD, prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.

Le recensement de l'offre publique et privée des professionnels et structures habilités à proposer une activité physique adaptée a débuté. Une enquête a ainsi été adressée aux ergothérapeutes, psychomotriciens et kinésithérapeutes libéraux, en lien avec l'URPS (Union Régionale des Professionnels de Santé). Ce répertoire sera mis en ligne progressivement sur le site www.sport-sante-paysdelaloire.fr

Par ailleurs, une campagne d'information en direction des médecins, des patients et autres acteurs est en cours de réflexion et sera lancée au cours du second semestre 2017.

Pour en savoir plus : Site Internet du Ministère des Solidarités et de la Santé - Actualités du ministère/ Prévention en santé/Activité physique et santé/[Prescription d'activité physique](#)





► La promotion de l'activité physique auprès des salariés

via les chartes « Etablissement actif du Programme National Nutrition Santé » ou les contrats de partenariat signés entre l'ARS et les entreprises. Par la signature d'une charte, une entreprise s'engage à mener 3 actions par an en direction de ses salariés sur l'alimentation et l'activité physique. 7059 salariés sont concernés par ces chartes ou contrats en Pays de la Loire. Différentes actions peuvent être proposées : mise en place d'une subvention pour une inscription à une activité physique régulière hors lieu de travail, constitution d'une équipe de collaborateurs pour participer à un événement sportif, campagne de communication pour favoriser l'activité physique au quotidien (« Prenez les escaliers »)....

► La formation des acteurs du sport, de la santé et du social

Outre les formations proposées par différentes structures de la région (ligues et comités régionaux, universités, établissements de formation - 53 répertoriées à ce jour sur le site internet), le CREPS a, en lien avec la SRAE nutrition et des experts, organisé des sessions de formation, notamment en direction :

- des acteurs en lien avec des publics en situation de précarité,
- des professionnels de santé, sur le thème de l'entretien motivationnel,
- des acteurs travaillant avec des personnes seniors.

295 personnes
formées

Au 30 juin 2017, 295 personnes de ces 3 secteurs (sport, santé, social) ont été formées par le CREPS, soit 146 dans le cadre de la formation initiale et 149 en formation continue. Les répondants aux questionnaires d'évaluation ont indiqué à 91% que les formations répondaient à leurs attentes et ont insisté sur la richesse de l'intersectorialité.

« Formation riche, intéressante et pertinente, avec une vraie utilisation dans la pratique... »

« Extrêmement important et enrichissant de se retrouver autour de la table avec les professionnels et responsables de structures sportives, sanitaires et sociales. »

« Formation qui est une aide précieuse dans le cadre de l'élaboration d'un futur projet et sur laquelle je m'appuierai. »

► La labellisation des clubs sportifs de niveau 1

Au 30 juin 2017, 397 clubs sportifs ont été labellisés de niveau 1. Ils proposent une pratique orientée loisir et bien-être pouvant correspondre aux attentes des personnes sédentaires, n'ayant pas de pathologie. Ils représentent 2 144 créneaux d'activité physique. Pour prétendre à cette labellisation, les clubs sportifs doivent répondre à 4 critères : existence d'un créneau non orienté vers la compétition de type fédéral, présence d'un intervenant sur ce créneau ayant un niveau de formation minimum, établissement de conditions d'accueil minimum du public et dispositif financier pour l'accueil du public socialement/financièrement défavorisé.

2 144 créneaux
labellisés

La gestion de ce dispositif a été déléguée au CROS, qui a organisé des réunions d'information en direction des clubs sportifs pour faire connaître ce dispositif, notamment par l'intermédiaire des ligues et des comités régionaux. Des temps d'échanges entre structures labellisées en 2015 ont aussi été programmés pour partager leurs expériences autour du sport santé (notion, pratique...). Ces cinq réunions organisées par le CROS dans chacun des départements ont réuni environ 120 participants.



Quelles réalisations au 30 juin 2017 ?

► Les rencontres intersectorielles

Six rencontres intersectorielles sport santé social ont été organisées par le CREPS : le 22 janvier 2015 à Carquefou (44), le 5 juin 2015 à Angers (49), le 10 décembre 2015 à La Roche-sur-Yon (85), le 19 mai 2016 à Sablé-sur-Sarthe (72), le 1^{er} décembre 2016 à Craon (53) et le 6 avril 2017 à Nantes (44). Ces rencontres ont pour objectifs de favoriser les échanges entre les acteurs de différents secteurs, et les inciter par ce biais à construire des projets sur leur territoire ; l'idée étant de créer une culture commune sport/santé. Ces rencontres ont réuni 608 participants, représentant les 3 secteurs (52% sport, 30% santé, 14% social, 4% autres). Sur l'ensemble des rencontres, 81% des participants étaient très satisfaits.

608 participants
aux rencontres
intersectorielles

« Meilleure connaissance des différentes structures du réseau d'acteurs et de leur fonctionnement. Partage d'expériences très riches, des idées nouvelles, innovantes, qui donnent envie. Possibilité de travailler en complémentarité avec d'autres acteurs. »

► L'appui à d'autres actions

Financées dans le cadre d'un appel à projets annuel par l'ARS et la DRDJSCS en partenariat avec la Direction Régionale de l'Agriculture, de l'Alimentation et de la Forêt.

► Un engagement financier important : 5,8 millions

Accordés par l'ARS et la DRDJSCS entre 2013 et 2017.



Pour en savoir plus

► N'hésitez pas à consulter le site internet : www.sport-sante-paysdelaloire.fr

Vous pourrez y retrouver des informations sur l'offre d'activité physique en Pays de la Loire, les formations et des initiatives régionales proposées à différents publics !

164 485 pages vues depuis sa création.



- Si vous souhaitez recevoir la newsletter Sport Santé Pays de la Loire (4 numéros par an), contacter le Comité Régional Olympique et Sportif à l'adresse suivante : p.guerin@franceolympique.com



- Rejoignez-nous en signant la [charte d'engagement au Plan régional sport santé bien-être](#) !

Elle vise à favoriser, non seulement la mise en œuvre d'actions répondant aux objectifs de ce plan et leur valorisation, mais aussi la création d'un réseau d'acteurs engagés dans le champ du sport/santé.

Contacts

- ARS : ars-pdl-dpps-dpsp@ars.sante.fr
- DRDJSCS : stephanie.fasoli@drjcs.gouv.fr
- Pour toute question relative aux formations et aux rencontres intersectorielles : evelyne.saury@creps-pdl.sports.gouv.fr
- Pour toute question relative à la labellisation, au site internet et à la newsletter : p.guerin@franceolympique.com

