les jeudis de l'info associative

en visio-conférence

JEUDI 25 JANVIER 2018
à la Cité des Métiers à Ploufragan
et dans les Maisons du Département

COMMENT PROMOUVOIR LE SPORT-SANTÉ DANS LES ASSOCIATIONS ?

*Intervention de **Sophie CHA,** médecin conseiller régional à la DRJSCS de Bretagne*
Chargée du développement du sport-santé dans le cadre du plan régional « Sport-Santé Bien-être »

- Comment mobiliser les publics éloignés de la pratique sportive dans les associations ?
- Comment élaborer et développer un projet pour lutter contre l'inactivité physique, diminuer ou prévenir les risques liés aux maladies chroniques ?
- Comment organiser des évènements, manifestations en direction de ce public ?
- Comment inscrire son projet, son action dans le cadre de la campagne CNDS 2018 ?

*Témoignage de **Daniel LE BERT,** association « Footing Santé Trégueux »*

SPORT-SANTE : QUEL CONTEXTE ?

LE CADRE LEGAL :

- Le plan Sport Santé Bien-Etre (SSBE)
- La loi de santé

PLAN NATIONAL SPORT SANTE BIEN-ETRE

Présenté au conseil des ministres du **10 octobre 2012** par M. Touraine et V. Fourneyron.

Promotion et développement de la pratique des **activités physiques et sportives comme facteur de santé publique**.

- Un volet « **grand public** » : APS pour tous comme facteur de santé et de bien être.

- Un volet « **publics à besoins spécifiques** »
  les publics cibles du ministère chargé des sports :
  - handicap
  - socialement défavorisés
  - publics scolaires
  - monde de l'entreprise
  - porteurs de pathologies chroniques non transmissibles

LA LOI DE SANTE

LOI n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé - Article 144

« Dans le cadre du parcours de soins des patients **atteints d'une affection de longue durée**, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient ».

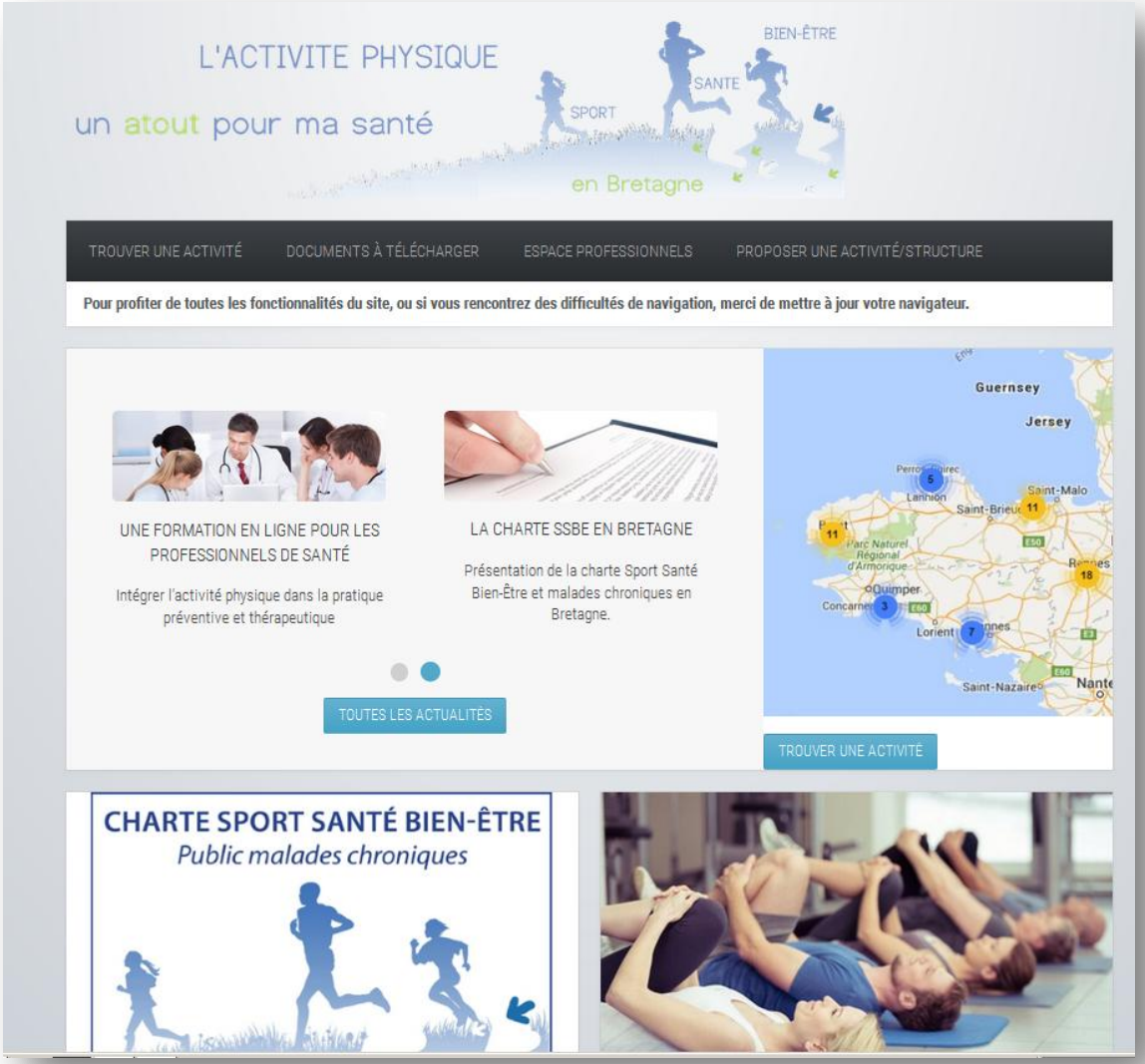
« Les activités physiques adaptées sont dispensées dans des conditions prévues par décret. »

EN BRETAGNE ?

Le plan SSBE 2013-2017 comporte 4 orientations :

- Faire connaître et valoriser les actions de promotion de l'activité physique et sportive.
- Structurer l'offre d'APS et mobiliser le réseau des acteurs.
- Sensibiliser et accompagner les professionnels sur le recours aux APS comme thérapeutique non médicamenteuse.
- Développer la pratique des APS pour les publics à besoins particuliers, et les publics les plus éloignés de l'offre.

Un site internet : www.bretagne-sport-sante.fr



La « charte SSBE » :

Engagements de la structure :

L'encadrant de l'activité physique est spécifiquement formé pour animer des séances à destination de personnes atteintes de maladies chroniques :

- **s'il exerce contre rémunération** :
  Un diplôme d'état d'éducateur sportif
  + licence STAPS APA ou master sport santé,
  ou formation spécifique (diplômante ou pas, d'une durée d'au moins 20h)

- **s'il est bénévole** : mêmes exigences en termes de compétences et de connaissance en sport santé qu'un autre encadrant.

Pour tous : formation aux gestes de premiers secours et remises à niveau régulières (tous les 2 ans).

Engagements de la structure :

- AP **régulière, adaptée, sécurisée** et **progressive**
- Un **créneau** d'activité physique hebdomadaire, adaptée au public concerné
- AP spécifique à une pathologie (ou mixte)
- AP inscrite dans la **durée**.
- Un contact doit pouvoir être établi avec le **milieu médical**
- Un **entretien** (individuel ou collectif selon les situations) est réalisé
- Afin de mesurer l'état de forme des participants, une **évaluation du programme** et des participants est réalisée en début et en fin de cycle.

Les formations proposées :

2 organismes financés par l'ARS :

- Campus Sport Bretagne
- Défi Santé Nutrition

Au moins **20 heures** de formation (tronc commun) :

- Campus : **24h** sur 6 demi-journées consécutives
- DSN : **24h** en @learning puis **16h** en présentiel (ateliers pratiques)

Possibilités de modules complémentaires : cancer, TMS…

Coût pour le candidat : 100 euros

Défi santé nutrition

SF2S

Devenir

Educateur Sportif Sport-Santé

Avec le soutien de

ars

Formation Sport-Santé

Déroulement

Avril : Module 1 – Présentiel – 4 heures

- Le Sport-Santé en Bretagne
- Enjeux, objectifs et déroulement de la formation
- Conduire le projet Sport-Santé associatif

Brest	21/03 Matin
Rennes	28/03 Matin
Saint Brieuc	21/03 Après-midi
Vannes	28/03 Après-midi

Avril – Mai : Module 2 – E-learning – 12 heures

- Les principes du Sport-Santé
- Comprendre le Sport-Santé
- Accueil et évaluation du pratiquant dans le cycle éducatif 2S

Brest	Mars - Avril
Rennes	Mars - Avril
Saint Brieuc	Mars - Avril
Vannes	Mars - Avril

Mai : Module 3 – Présentiel – 4 heures

- Approche psychologique de l'accueil et de la motivation
- Les méthodes et les outils d'évaluation de la condition physique

Brest	11/04 Matin
Rennes	12/04 Matin
Saint Brieuc	11/04 Après-midi
Vannes	12/04 Après-midi

Mai – Juin : Module 4 – E-learning – 12 heures

- Typologie, parcours et besoins des publics Sport-Santé
- Programmation et suivi du cycle éducatif Sport-Santé
- Mise en place une séance Sport-Santé sécurisée et adaptée

Brest	Avril - Mai
Rennes	Avril - Mai
Saint Brieuc	Avril - Mai
Vannes	Avril - Mai

Juin : Module 5 – Présentiel – 8 heures

- La programmation du cycle éducatif : Régularité et progressivité
- La séance d'activité Sport-Santé : Adaptation et sécurité

Brest	23/05
Rennes	30/05
Saint Brieuc	24/05
Vannes	31/05

Campus SPORT Bretagne

Agence Régionale de Santé Bretagne

sports gouv.fr

En partenariat avec CROS BRETAGNE FRANCE

LA SANTE PAR LE SPORT

ACTIVITES PHYSIQUES ET MALADIES CHRONIQUES

PLAN DE FORMATION CONTINUE

DES PROFESSIONNELS

DE L' ACTIVITE PHYSIQUE ET DU SPORT **2016**

FORMATION

modules

Tronc commun

24 heures
+ 4h d'auto-formation

Enseignements théoriques
Travaux pratiques
Etudes de cas

- **Le Sport / Santé.** Bénéfices et risques de la pratique physique: les grands enjeux de santé publique liés aux effets de l'activité physique dans les populations pathologiques. Niveaux de preuves.
- **Les principales déficiences.** Approche médicale des pathologies chroniques. Spécificités des publics accueillis. Incapacités et limitations à l'exercice dans différents secteurs du handicap.
- **Le mouvement** comme outil de réhabilitation psychologique, physiologique et sociale de l'individu.
- Les mécanismes et les effets du mouvement et de l'activité physique, pour les publics spécifiques et/ou dans des environnements non adaptés *(altitude, plongée, chaleur, etc.)*.
- Les données récentes concernant les programmes d'activité et de préparation physiques.
- Les interactions activité physique, nutrition, hygiène de vie et pathologie.
- Les techniques et méthodes d'évaluation du niveau d'activité physique et de la condition physique. Les recommandations pratiques.

Formation spécifique et pathologies chroniques

***21 heures** par module*

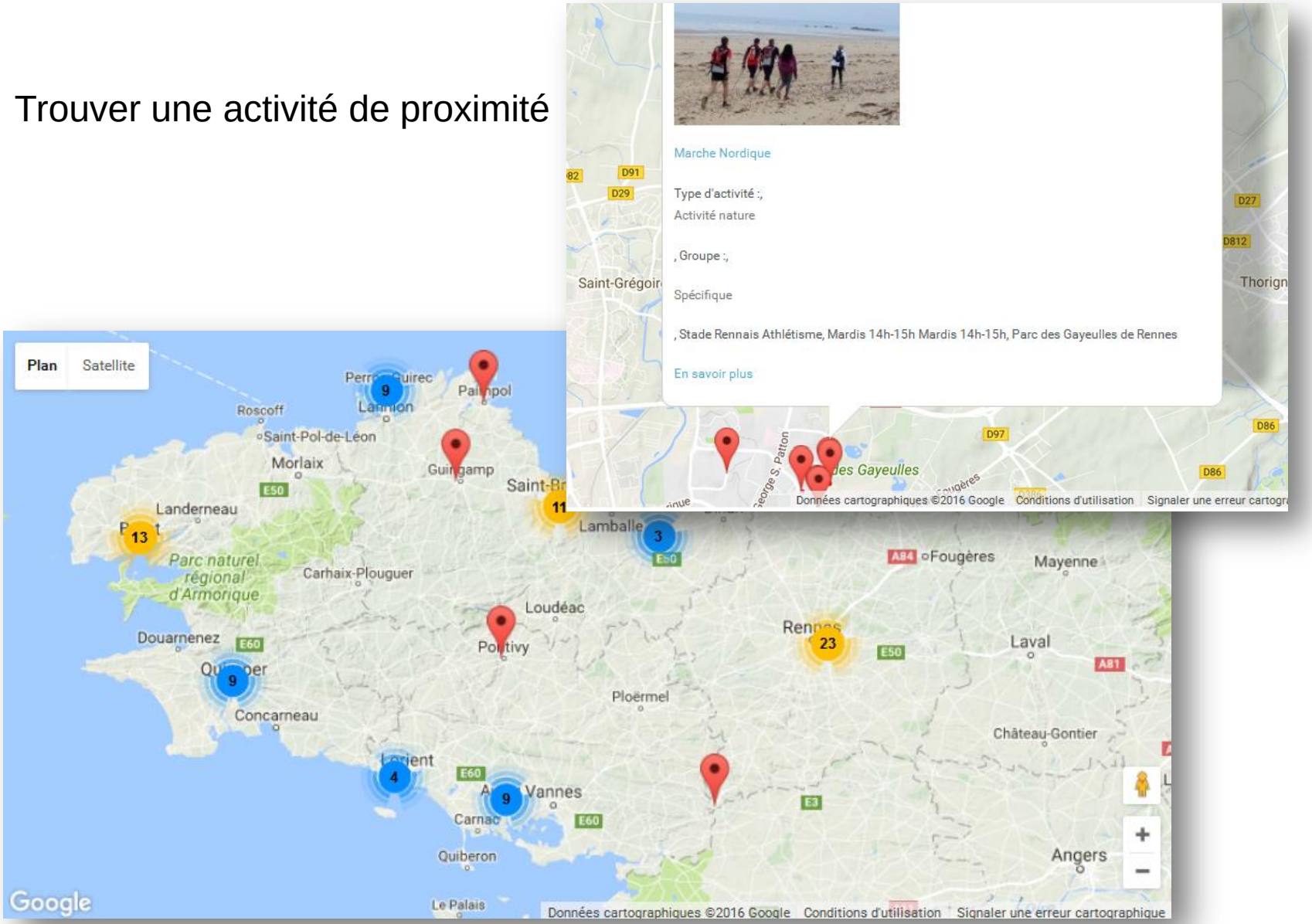
AP: Activité Physique

- **Module 1 : AP et maladies métaboliques**
  (Obésité, diabète de type 1 et 2)
- **Module 2 : AP et maladies cardiovasculaires**
  (HTA, maladie coronarienne, AVC, artériopathie..)
  AP et maladies respiratoires
  (bronchopathie chronique, asthme)
- **Module 3 : AP et cancers**
- **Module 4 : AP et Troubles musculo-squelettiques**
  AP et maladies rhumatismales
  (ostéoporose, maladies inflammatoires PR-SPA, fibromyalgie)
- **Module 5 : AP et sujets à risques**
  (âgé, enfant malade, femme enceinte)
- **Module : 6 :** Evaluation des programmes d'AP *(tests)*.

Outils et méthodes d'évaluation.

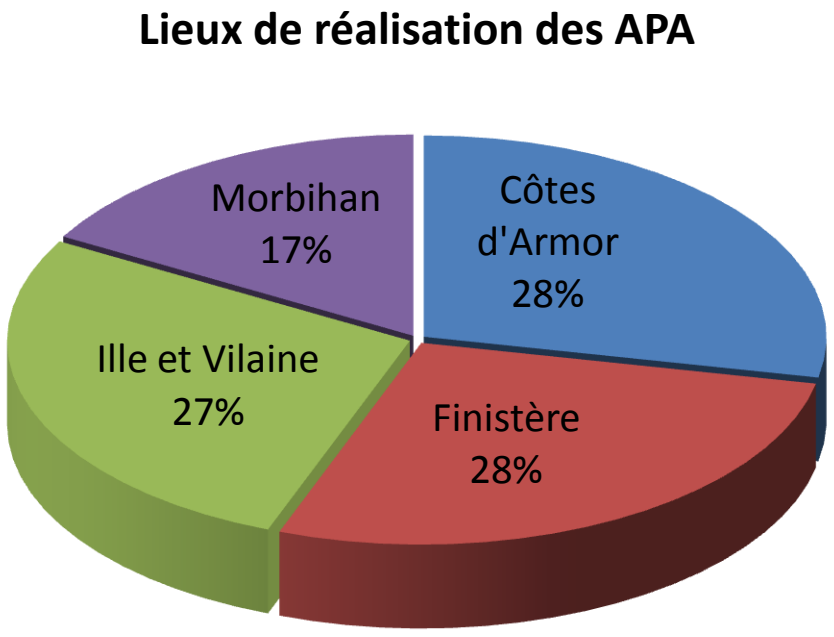
La carte des clubs signataires :

Trouver une activité de proximité

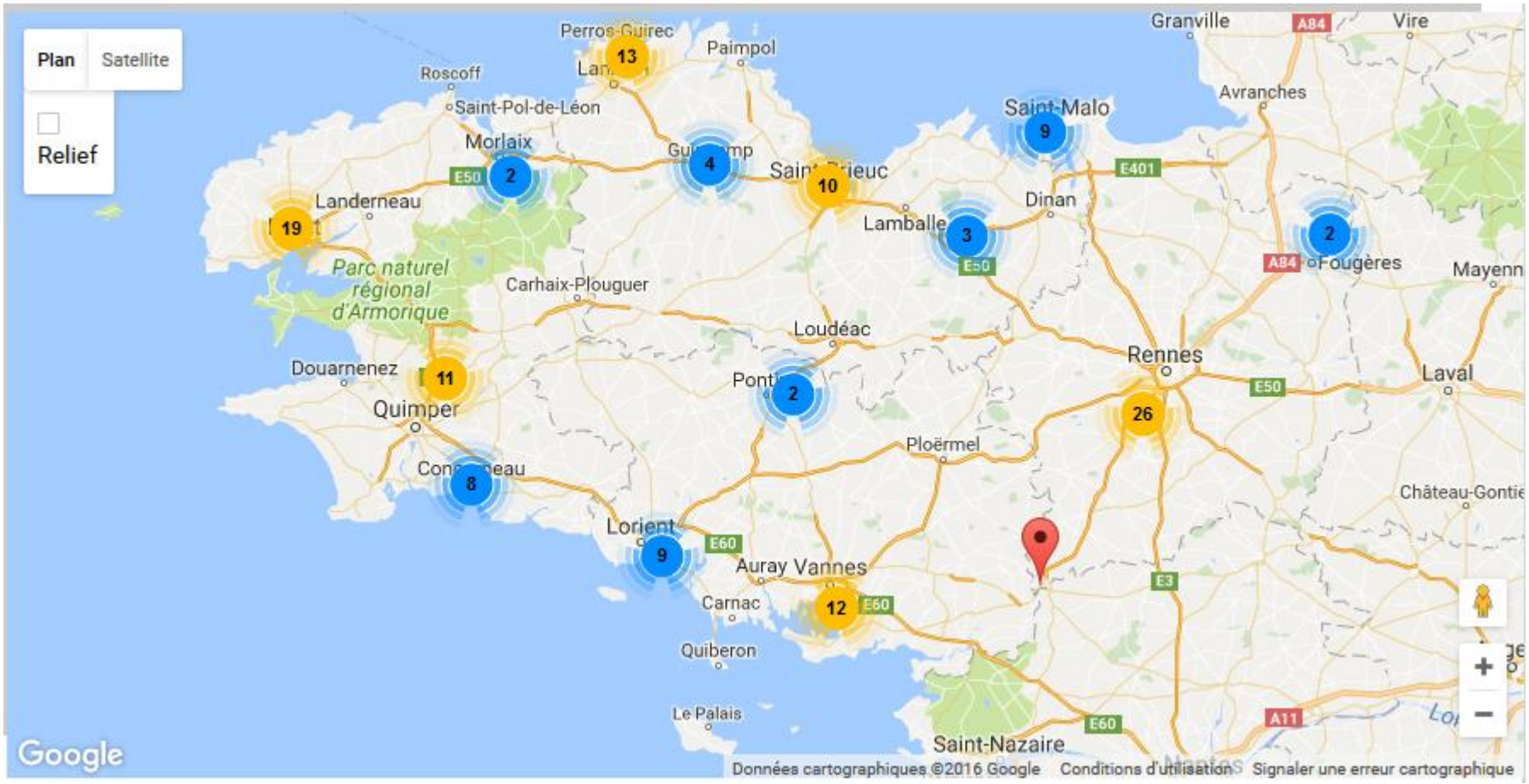


La signature de la charte SSBE

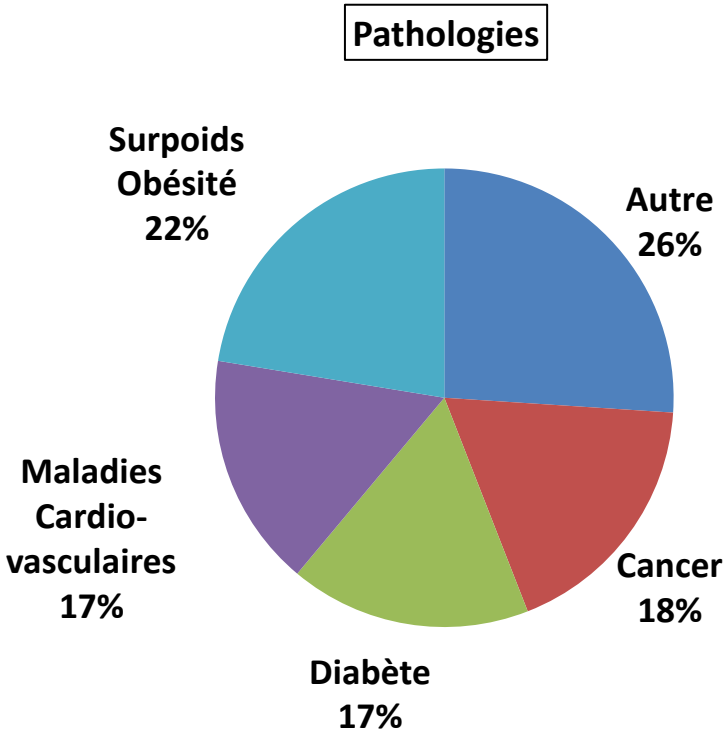
- 95 chartes signées entre mai 2015 et décembre 2017
- 35 en cours de signatures
- 1 à 6 activités par structure

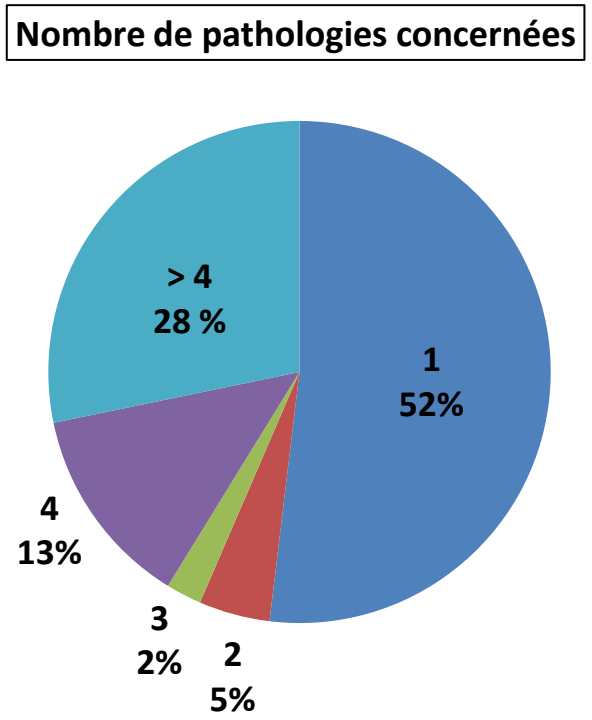


- APA principalement proposées dans les villes ou à proximité

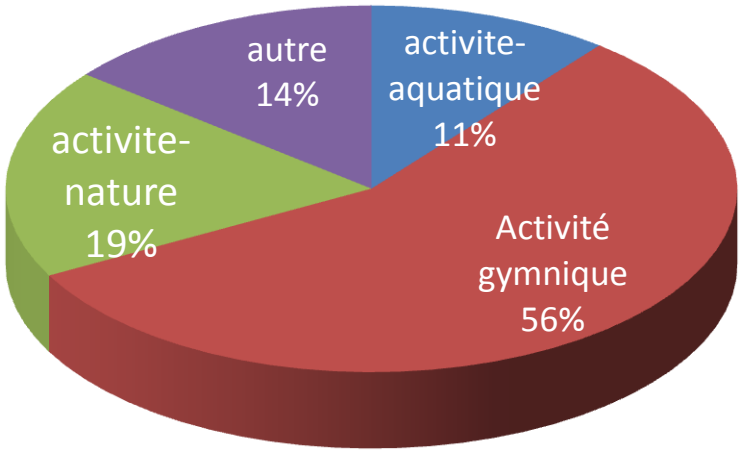


Public cible :

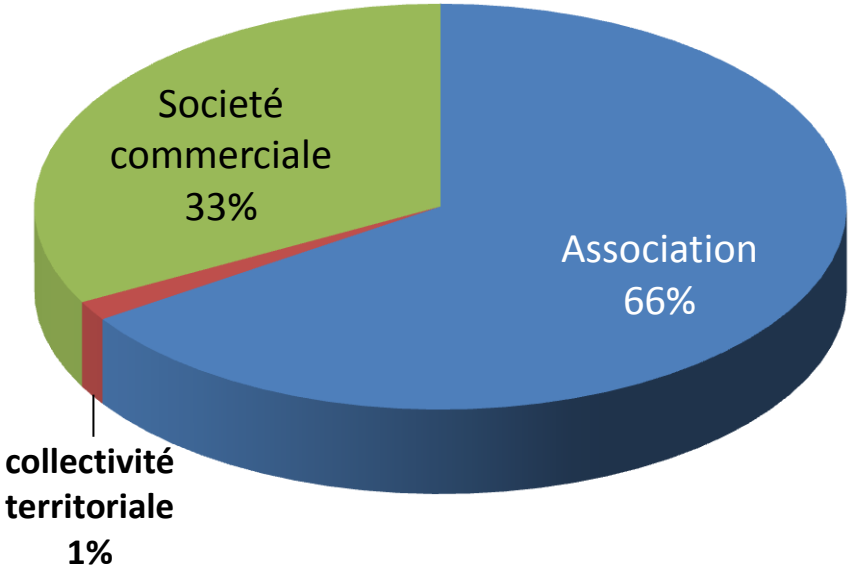




Type d'activité



Profil des structures signataires



Evolution de la loi : LE DECRET

Décret d'application : **décembre 2016**

L'objectif général :

« Que chaque catégorie professionnelle puisse oeuvrer efficacement au profit des patients, conformément aux compétences et savoir-faire, et ce en fonction du niveau d'altération fonctionnelle des patients ».

Compétences requises pour l'encadrement

- Etre capable d'encourager l'adoption de comportements favorables à la santé.
- Mettre en œuvre une évaluation initiale de la situation de la personne en incluant des évaluations fonctionnelles propres à la pratique physique envisagé, ainsi que l'identification des freins, des ressources individuelles et des capacités de la personne à s'engager dans une pratique autonome, par des entretiens et questionnaires spécifiques simples et validés.
- Concevoir une séance d'activité physique en suscitant la participation et l'adhésion de la part du patient.
- Mettre en œuvre un programme : Animer les séances d'activité physique et sportive ; évaluer la pratique et ses progrès ; soutenir la motivation du patient ; détecter les signes d'intolérance lors des séances et transmettre les informations pertinentes au prescripteur dans des délais adaptés à la situation.
- Evaluer à moyen terme les bénéfices attendus du programme : établir un bilan simple et pertinent pour les prescripteurs et les personnes, établir un dialogue entre les acteurs selon une périodicité adaptée à l'interlocuteur.
- Réagir face à un accident au cours de la pratique en mobilisant les connaissances et les compétences nécessaires à l'exécution conforme aux recommandations des gestes de premiers secours destinés à préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant l'arrivée des secours organisés (attestation PSC-1)
- Connaître les caractéristiques très générales des principales pathologies chroniques.

Domaine d'intervention des différents professionnels

Limitations / Métiers	Aucune limitation	Limitation minime	Limitation modérée	Limitation sévère
Masseurs Kinésithérapeutes	+/-	+	++	+++
Ergothérapeutes et psychomotriciens (dans leur champ de compétences respectif)	(si besoin déterminé)	(si besoin déterminé)	++	+++
Enseignants en APA	+/-	++	+++	++
Educateurs sportifs	+++	+++	+	non concernés
Titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualification professionnelle inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+[1]	non concernés
Titulaires d'un diplôme fédéral inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+[1]	non concernés

[1] Concernés à la condition d'intervenir dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire

FINANCEMENT ?

- Participation des pratiquants
- Financement CNDS
- Mutuelles ?

CNDS

« Axe 4 » : Promotion du sport-santé

ORIENTATIONS TERRITORIALLES	Modalités
Développer la pratique des APS comme accompagnement d'un traitement. (avec le partenariat financier et le soutien technique de l'ARS de Bretagne)	► Soutien des projets de cycles de pratiques des APS, à destination des personnes atteintes de pathologies chroniques non transmissibles. Pour les besoins de suivi par l'ARS des actions conduites, une fiche d'évaluation spécifique des projets aidés sera envoyée aux bénéficiaires.
Développer la pratique des APS comme facteur de santé.	► Soutien des actions s'inscrivant dans le plan régional « Sport ; Santé ; Bien-être ». Dont notamment : ■ Les manifestations organisées au titre des opérations « Sentez-Vous Sport ». ■ Soutien des projets de cycles de pratiques des APS comme facteur de santé et de prévention qui s'inscrivent dans un projet structuré. NB : les projets concernant le sport-handicap seront instruits dans l'Axe 2.

Campagne 2017

1 publics porteurs de pathologies :

- co-financement avec ARS
- 31 actions
- 62 000 euros

2 sport-santé :

- 67 actions retenues
- 85 000 euros

Axe 4.1

Fédération	Nom
Fédération française Escrime	ARG'ESCRIME
Fédération française Sports pour tous	VITA'FORME
	VITA'FORME DINARD
Fédération française Aviron	Aviron Brestois
	CLUB D'AVIRON DE MER DE PLOUGONVELIN
Fédération française d'Haltérophilie - Musculation	BEG AR VAN HALTÉROPHILIE-MUSCULATION (BEG AR VAN H.M.)
	Club Haltérophilie Musculation Plouhinec Pointe du Raz
Fédération française Escrime	LA RAPIERE DE BREST
Fédération française Gymnastique	LANDERN' SPORTS-LOISIRS
Fédération française Natation	CLUB NAUTIQUE BRESTOIS
Fédération Nationale Offices Municipaux du Sport	OFFICE DES SPORTS DE LA VILLE DE BREST
Union française Oeuvres Laïques d'Education Physique	ACTIV'SPORT
	AMICALE LAIQUE DE PLOUZANE
Union Nationale Sportive Léo Lagrange	CLUB DE STRETCHING DE BREST IROISE
Fédération française Athlétisme	Stade Rennais Athlétisme
Fédération française Clubs Omnisports	ASSOCIATION SPORTS MER SANTE
	CERCLE PAUL BERT
	LA JEANNE D'ARC DE BRUZ
Fédération française Escrime	ASSOCIATION GREGORIENNE D'ESCRIME
	ASSOCIATION JEANNE D'ARC DE ST MALO Section :
	CERCLE D'ESCRIME DU PAYS DE FOUGÈRES (CEPF)
	OLYMPIQUE CESSON ESCRIME
Fédération française Sports pour tous	ASSOCIATION JEANNE D'ARC
Fédération française Voile	YACHT CLUB DE SAINT LUNAIRE
Fédération Nationale Offices Municipaux du Sport	OFFICE INTERCOMMUNAL DES SPORTS DU PAYS DE REDON
Fédération française Athlétisme	APL'Orient
Fédération française Canoë-Kayak	canoe kayak club pontivyen
Fédération française Clubs Omnisports	PATRONAGE LAIQUE LORIENT
Fédération française Education Physique et Gymnastique Volontaire	KERSOUFFLE
Fédération française Gymnastique	SENE GYM
Clubs Multisports Autonomes	AMICALE LAÏQUE DE LARMOR-PLAGE
Fédération française Canoë-Kayak	COMITE DEPARTEMENTAL DE CANOE KAYAK DU FINISTERE
Fédération française Cyclisme	CD Côtes d'Armor de Cyclisme
Fédération française Education Physique et Gymnastique Volontaire	COMITE DEPARTEMENTAL EDUCATION PHYSIQUE ET GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DU MORBIHAN
Fédération française Escrime	LIGUE D'ESCRIME DE BRETAGNE
Union française Oeuvres Laïques d'Education Physique	Comité Départemental UFOLEP côtes d'Armor

MUTUELLE DES SPORTiFS

SPORT SUR ORDONNANCE

« Pour accompagner ses sociétaires en Affection Longue Durée ou accidentés, la MAIF a conclu un partenariat avec la Mutuelle des Sportifs. Les deux mutuelles se sont rapprochées pour proposer des solutions autour du sport. »

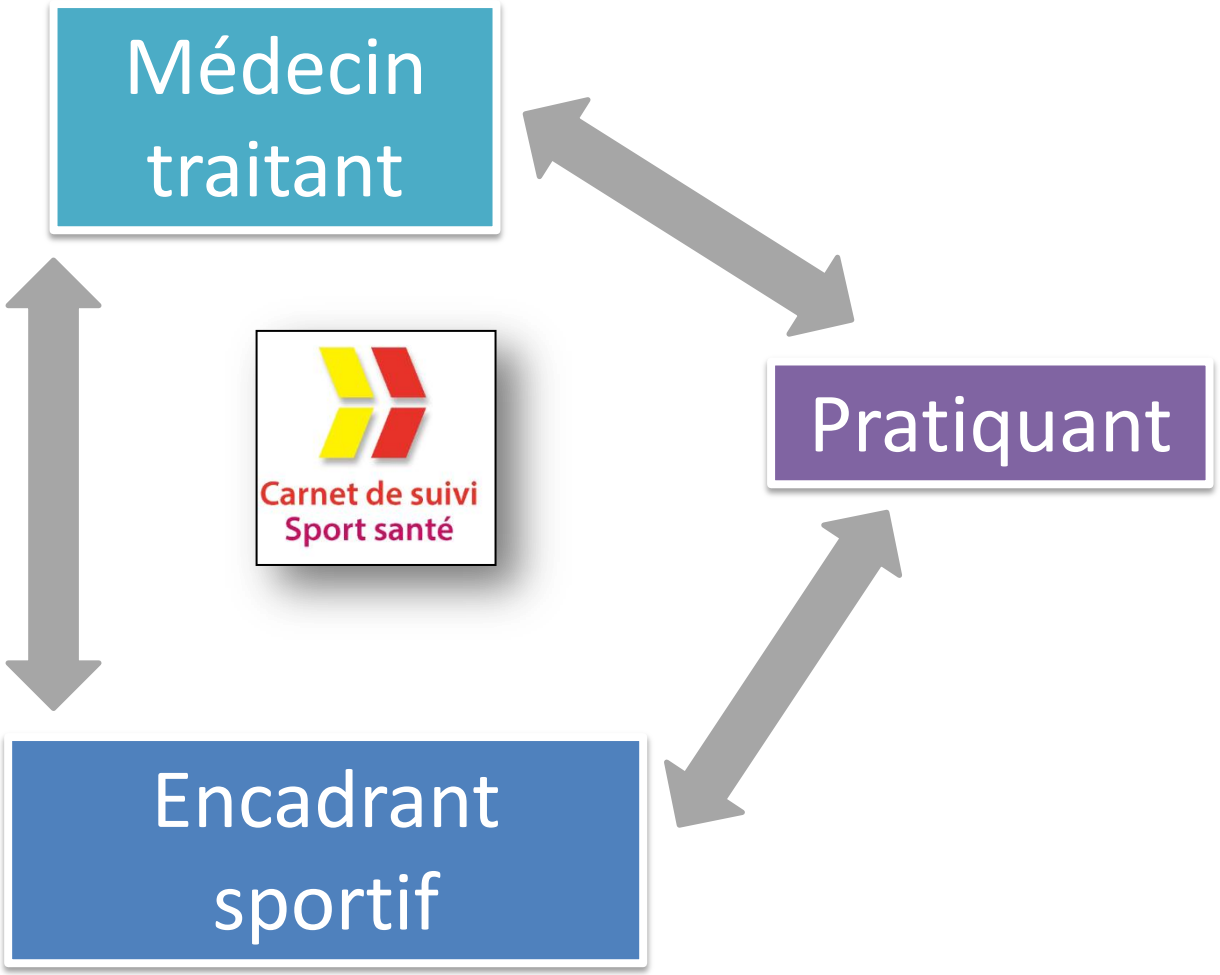
> MUTUELLE DES SPORTIFS

GROUPE MDS
Mutuelle des Sportifs

MAIF

VERS UNE ORGANISATION à DEUX NIVEAUX

Formation fédérale « sport-santé » → Public sédentaire désirant de mettre à l'activité physique (différent du sport « loisir »)

Formation régionale «SSBE» → Patient porteur d'ALD

… et UNE MISE EN RESEAUX