

L'initiative innovante

Développer un axe activité physique santé en expérimentant le « sport sur ordonnance » et en s'appuyant sur les nombreuses ressources sportives de la ville et sur ses partenaires locaux issus de la santé et du sport.

Santé – Prévention – Sport – Expérimentation – Services aux personnes

Le besoin

Un consensus scientifique fait état que la pratique régulière d'une activité physique ou sportive, même modérée, influe sur l'état de santé des individus. L'accès à cette pratique reste cependant difficile pour certaines populations (personnes souvent sédentaires avançant en âge, handicapées ou atteintes de maladies chroniques) qui rencontrent des difficultés pour accéder à une pratique sportive adaptée à leur état de santé.

Les collectivités locales sont considérées comme des acteurs de premier plan dans cette entreprise de promotion de l'activité physique.

Les objectifs

Accompagner les publics sédentaires atteints de pathologies chroniques, en surpoids ou souffrant d'obésité, à la pratique d'une activité physique et sportive adaptée et régulière, encadrée par des professionnels spécialisés.

La description de l'initiative

Cette action s'inscrit dans le Plan Régional Sport Santé Bien-Etre PACA 2013-2016 et dans le Plan Local de Santé Publique de la ville de Salon de Provence. Elle émane d'une volonté de la commune de développer un axe activité physique santé en s'appuyant sur les nombreuses ressources sportives de la ville et sur ses partenaires locaux issus de la santé et du sport.

Ce programme propose à chaque participant de bénéficier durant une année scolaire de 3 séances hebdomadaires d'activités physiques adaptées et diversifiées (gym, marche, natation, pilates, stretching postural, ...) destinées en complément des traitements médicaux, à améliorer leur qualité de vie globale.

Dans le cadre d'un parcours de santé coordonné, ces personnes sont tout d'abord prises en charge par le médecin coordonnateur du projet pour un bilan médical et des conseils personnalisés.

Ils sont ensuite orientés et accompagnés dans leurs pratiques d'activités physiques par des éducateurs sportifs formés spécifiquement à l'encadrement de personnes souffrant de pathologies chroniques.

Après une phase d'expérimentation qui a porté sur 30 personnes entre avril et juin 2015, la phase de consolidation s'est mise en place de septembre 2015 à juin 2016 avec l'intégration de 70 personnes.

La vocation de ce programme est de constituer un dispositif passerelle dans un cadre adapté et de faciliter une transition au sein de l'offre sportive existante. Cependant, les cours généralistes ne pourront pas récupérer les personnes les plus handicapées.

Le challenge principal à relever dans les prochains mois sera donc de créer un partenariat avec les associations et clubs sportifs de la ville, de sensibiliser les professionnels du sport à ce nouveau mode de pratique et de les inciter à mettre en place des créneaux d'activités adaptées au sein de leurs structures. L'implication des médecins généralistes dans la prescription de l'activité physique auprès de leurs patients reste également un enjeu important pour le développement du sport santé.

Les moyens humains et financiers

1 directeur, 1 coordinatrice ASV, 1 médecin et 1 secrétaire rattachés à la Direction Environnement, Cadre de Vie, Santé.

3 Educateurs territoriaux des APS de la ville et 4 éducateurs sportifs associatifs formés au dispositif (3 nouvelles personnes rejoindront le programme pour la session 2016/2017 soit un total de 10 éducateurs sportifs).

Budget total 2015/2016 : 90 000 € (dont 50 000 € pris en charge par la collectivité).

L'évaluation de l'initiative innovante

Les résultats sont déjà prometteurs avec un bénéfice global ressenti important pour la majorité des personnes.

Le programme répond aux attentes des participants qui expriment l'envie de retrouver une bonne santé, de rechercher une alternative thérapeutique et qui ont, surtout, des attentes très fortes sur la dimension sociale : rencontres, échanges, confiance en soi, réinsertion.

« J'ai l'impression que l'on est dans un grand laboratoire qui est en train de mettre quelque chose au point ; ça me passionne parce que j'en fais partie. » (*Participant 2015/2016, 71 ans*)

Grâce au soutien de la collectivité et de l'ARS PACA, 180 personnes sont attendues pour la session 2016/2017.

Eléments de réussite pouvant être capitalisables dans d'autres structures :

La collaboration et la co-construction du projet entre les services de la commune.

Le partenariat avec le milieu hospitalier et les associations de patients.

La formation et l'implication des professionnels du sport et de la santé.

L'accompagnement personnalisé des participants et l'adaptation des séances aux spécificités du public.

Le coût modique de participation.

Le partage d'expériences se fait par le biais de réunions avec les clubs, associations, institutions qui se sont lancés dans le même type de projet, dans le cadre de congrès et lors de réunions de travail menées par le Réseau régional PACA Sport Santé.