



LES ACTIVITÉS PHYSIQUES PRAANS

CRALIM

8 Novembre 2012

Dr MC GALLAND

Direction de la jeunesse, des sports & de la cohésion sociale

marie-claude.galland@drjscs.gouv.fr

On mange plus que ce que l'on
dépense



Axe 3 du PRAANS

- 3 parties
- **Etat des lieux des activités physiques pour la santé**
- **Promouvoir l'activité physique au quotidien**
- **Favoriser l'accès à la pratique de l'APS pour tous**

Fiche 1 Axe III du PRAANS

Etat des lieux des activités physiques pour la santé

Bien connaitre pour

- Partager les informations
 - Favoriser leur diffusion
 - Mieux agir
-
- Comment et quelle stratégie déployer pour attirer, fidéliser, le plus grand nombre de personnes à une pratique régulière d'une activité physique dans un souci d'entretien et de santé ?

Etat des lieux des activités physiques pour la santé

- Identifier les organismes et les acteurs proposant des APS, non compétitives dans un but de santé :
 - prévention ou prise en charge de pathologies (obésité, pathologies cardio-vasculaires, pneumologiques, cancers, etc.) ou d'états particuliers (seniors, adolescent (e) s, femmes avec enfants, etc.).
- Projet de longue haleine avec de nombreux acteurs

- **Identifier les opérateurs en activité physique pour la santé :**
- Les associations, clubs, réseaux (REPOP, REUNIR SUD, APERF, Natation, etc.) ;
- Les organismes dans les communes (ASV, OMS, Services municipaux des sports, CCAS, etc.).
- — **Créer une base de données géographique des actions d'APS et/ou de nutrition ;**
- — **Valoriser et faire connaître par une large diffusion ces organismes à :**
- La population ;
- Les acteurs du sport (mouvement fédéral, mouvement olympique, services de l'Etat) ;
- Les acteurs de la santé (ARS OI, professions médicales et paramédicales, URPS, ordres (médecins, infirmier(e)s), etc.).
-

Fiche 2 Axe III du PRAANS

Promouvoir l'activité physique au quotidien

ACADÉMIE NATIONALE DE MÉDECINE

16, RUE BONAPARTE – 75272 PARIS CEDEX 06

TÉL : 01 42 34 57 70 – FAX : 01 40 46 87 55

LES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES - LA SANTE -
LA SOCIETE

Physical and sporting activities- Health- Society

Jacques Bazex*, Pierre Pène*, Daniel Rivière, Michel Salvador

Résumé : Des publications de plus en plus nombreuses viennent confirmer que pratiquer des Activités Physiques et Sportives (APS) tout au long de la vie augmente l'espérance de vie en bonne santé, retarde la dépendance, et constitue un complément thérapeutique efficace en luttant contre la sédentarité pour de nombreuses affections comme l'obésité et bien d'autres encore, sans oublier la prise en charge des sujets en situation d'handicap. Outre Atlantique, la sédentarité a été qualifiée de « Sedentary Death Syndrome » [SeDS]. Si les effets favorables de la pratique des APS étaient connus de longue

- « La sédentarité est un important facteur de risque susceptible de développer un certain nombre de maladies chroniques. »

Promouvoir Les modes de déplacements actifs

- Importance du cadre urbain, du cadre social
- tout mettre en œuvre , pour favoriser l'activité physique et une vie active.
 - Développer des modes de déplacements non motorisés (pédibus®, vélobus, roller, trottinette, etc.) ;
 - Mettre en place une signalétique piétonne pour favoriser la marche en ville ;
 - Mobiliser les collectivités locales à encourager la pratique des APS pour la santé.





- ***Encourager l'activité physique en milieu scolaire***

- http://www.ac-nancy-metz.fr/ia88/GDFArtsvisuels/dossiers/mario/cour_recreation.pdf



- Favoriser les jeux informels en multipliant et sécurisant les aires de jeux.

Encourager l'activité physique en milieu scolaire

- Sensibiliser les enseignants à la pratique des APS dans le premier degré (activités physiques et sportives) et à tout âge du cursus scolaire ;
- Promouvoir les récréations actives (par la mise en place de dispositif adapté (marelle, etc.) ;
- Utiliser de façon optimale les temps de pratique de l'enseignement obligatoire de l'EPS dans le second degré en favorisant l'accès des élèves à des équipements de proximité.
- Adapter les équipements sportifs pour permettre une pratique sportive scolaire de masse
- Mettre à disposition des établissements des équipements permettant des déplacements actifs : cheminements pédestres, pistes cyclables, parc de vélos.

Encourager l'activité physique en milieu extra-scolaire

- Favoriser et multiplier les activités d'accompagnement éducatif sportif pendant les temps extra-scolaires au sein des établissements scolaires et dans l'environnement proche.
- Favoriser les actions des associations sportives et notamment celles de L'union Sportive de l'Enseignement du Premier degré (USEP) et de l'Union Nationale Sportive Scolaire (UNSS)
- Favoriser les jeux informels en multipliant et sécurisant les aires de jeux.

Favoriser Les actions de plein air

Encourager les activités « sports de nature » ;

Favoriser l'organisation des rencontres sport, telles que :

- Les journées sport santé des OMS ;
- Les journées nationales sport-santé-bien-être ;
- L'équivalent des Journées « Sport en famille » : La famille donne l'exemple.....

Nécessité d'un comité de coordination des actions ...

Faire connaître Les bienfaits des APS pour La santé

- Journée débat ou concertation sur Sport – APS - Santé avec les différents acteurs
- Publications dans des journaux locaux, à destination du public, des acteurs du sport et de la santé ;
- Partage des pratiques entre les acteurs

– *Former Les acteurs de terrain à La promotion de L'AP et Santé à tous Les âges de La vie et au plus près des milieux de vie des personnes.*

- Formation des EPS + spécialisations
- STAPS
- Exemples en cours:
 - Formation : pec des jeunes diabétiques
 - Formation : pec des jeunes obèses
 - Formation : pec des seniors

Fiche 3 Axe III du PRANS

- *Développer des actions d'APS pour tous les âges de la vie :*



- Pour les jeunes filles ;
- Pour les seniors ;
- Pour les jeunes en surpoids ;
- Pour les enfants avant la maternelle;
- Pour les publics défavorisés.

▪ ***Favoriser la coordination des partenaires offrant des prestations d'activités physiques*** : Créer une plate-forme de recensement des actions d'APS pour le partage d'informations : site Internet alimenté avec la base de donnée de la fiche projet axe III-1 et proposant des informations sur les activités et pratiques des uns et des autres, le calendrier des appels à projet, l'annuaire des acteurs, etc.



▪ ***Mettre à disposition des informations pour la promotion de la santé par les APS lors de rencontres sportives telles que :***

- Les dimanches sur la route libérée des Tamarins ;
- Les journées sport santé des OMS ;
- Les journées nationales sport-santé-bien-être;

Améliorer l'accessibilité (physique, financière...) aux infrastructures sportives, en lien avec les communes :

- Dans l'espace ;
- Dans le temps ;
- A tous publics (personnes handicapées, seniors, mères de famille, personnes démunies, personnes incarcérées, jeunes en difficulté, etc.).



En Conclusion (1)

- Controverses
- Les APS bientôt remboursées par la sécurité sociale?
 - Une expérience récente à Strasbourg avec des vélobib
- Engagement de mutuelles pour favoriser la pratique des activités physiques et sportives ?
 - A l'étranger
 - A la Réunion et projets en cours

- 
- D'après l' Académie de Médecine
novembre 2012

- 1- prendre en compte les bénéfices liés à la pratique d'activités physiques et sportives « Régulières, Raisonables, Raisonnées » dans le cadre de la politique de santé publique afin de prolonger l'espérance de vie en bonne santé et de prévenir la dépendance, tous les citoyens étant concernés quels que soient leur âge, leur condition sociale ou leur état de santé ;
- 2- adopter de nouvelles dispositions réglementaires afin d'organiser la prise en charge de ce nouveau domaine d'activités par l'assurance maladie dans le cadre de sa politique de prévention, en association avec les mutuelles et les assurances privées ;



- 3-sensibiliser les médecins et les enseignants aux bénéfices en termes de santé et d'économies, susceptibles d'être générés par ces mesures, le corps médical devant définir les « bonnes pratiques » de la prescription des APS dans des conférences de consensus ;
- 4- veiller à l'application de ce programme « Sport Santé »

En Conclusion (2)

Nécessité

- D'informer sur les bienfaits des APS sans culpabiliser mais aussi
- De donner envie de les pratiquer régulièrement, sur le long terme et en toute sécurité.



MERCI

- A ceux qui ont travaillé dans ce groupe de travail
- A vous pour votre attention

FIN