Sport santé sur ordonnance dans le Douaisis

Médico-social

Date de publication : 7 décembre 2023

Généralités

Objectif :

L'objectif principal de "Sport santé sur ordonnance" est de rendre autonome chaque usager dans la pratique d'une activité physique et d'apprendre à connaître ses limites.

Le sport santé sur ordonnance propose des activités physiques variées adaptées à l'état de santé et les attentes de chacun. La prise en charge, sécurisée, est réalisée par un professionnel diplômé en activité physique adaptée et santé pour un suivi continu et personnalisé.

Ce programme s'adresse à toute personne résidant dans le Douaisis, âgée de plus de 18 ans, et atteinte de diabète de type 2, d'obésité, en rémission d'un cancer (de plus de 6 mois), avec de l'hypertension artérielle, une lombalgie chronique, ou encore une covid longue.

La tarification est établie selon le niveau d'imposition du bénéficiaire (à partir de 1€ par semaine pour une personne non-imposable).

L'objectif est de permettre à chaque usager de devenir autonome dans la pratique d'une activité physique qui lui correspond, et qui est adaptée à son état de santé.
Plusieurs activités sont proposées par semaine comme l'aquagym, la natation, la gym douce, le renforcement musculaire ou la randonnée.

Pour accéder à la prise en charge, une prescription médicale d'activité physique adaptées à la santé est nécessaire. Ensuite, un bilan initial est réalisé afin de faire le point sur la situation de l'usager et ses objectifs à l'aide de tests physiques et de questionnaires. Après ce bilan, l'usager a accès aux activités pendant 6 mois. A la fin des 6 mois, un bilan intermédiaire est réalisé. Une prolongation de la prescription pour 6 mois supplémentaires est possible, à moins que l'usager soit orienté vers des clubs ou associations sportives du territoire.

Etapes de mise en oeuvre

• Etablir une prescription médicale d'activité physique adaptée à la santé par le médecin traitant.
• Réaliser un premier bilan de santé (tests physiques et questionnaires) pour faire le point sur la situation de l'usager et ses objectifs.
• Donner accès aux activités programmées à l'aide du bilan, pendant 6 mois.
• Réaliser un deuxième bilan de santé au bout des 6 mois.
• Prolonger de 6 mois l'accès aux activités ou orienter l'usager vers des clubs ou associations sportives du territoire.

Essaimage

Les principaux leviers

Pour que "Sport santé sur ordonnance" fonctionne, établir des partenariats est nécessaire avec les mairies, les piscines (pour avoir accès à des créneaux d'ouverture spécifiques) ou les salles de sport (pour pouvoir proposer différentes activités).

Les principaux freins

• Le principal frein est la difficulté à se faire connaître des médecins. Ce sont eux qui peuvent orienter les patients vers "Sport santé sur ordonnance".

• Le second frein est la difficulté d'avoir des financements pérennes.

Témoignages

> *"Le "Sport santé sur ordonnance" m'a permis de retrouver de la motivation à la reprise d'une activité physique. Il m'a apporté du bien-être, avec des séances adaptées à mes problèmes de santé."*
>
> **Catherine, Usagère du Sport santé sur ordonnance**

> *"Le suivi est un bon indicateur sur l'état de santé et l'évolution physique au cours de la prise en charge. Des séances en petit groupe et sans jugement."*
>
> **Cécile, Usagère du Sport santé sur ordonnance**

Contact

Une question ? Besoin d'informations ? Contacter l'établissement :

mfrere@santedouaisis.fr

L'établissement

Date de mise en œuvre : 2 janvier 2017

Durée du projet : 100 mois

Plateforme santé Douaisis 59500

Type de structure : Médico-social / Privé à but non lucratif

Obligation réglementaire : Non

Déclenchement
Le sport sur ordonnance est un dispositif public encadré par un décret du 30 décembre 2016. Il permet à un médecin traitant de prescrire à un patient atteint d'une affection de longue durée une activité physique dispensée par un professionnel de la santé ou du sport.

La mise en oeuvre

Facilité de mise en oeuvre

8/10

Remplace une pratique existante

Les ressources

Temps

Il faut du temps pour proposer des séances tous les jours.

Beaucoup

Personnel (équipe projet, déploiement...)

Peu

Des compétences en interne

Le "Sport santé sur ordonnance" peut se mettre en place avec un enseignant en activité physique adaptée.

A considérer

Des compétences externes (prestations externes)

A considérer

Des équipements, du matériel

Besoin d'un accès à une salle de sport et à une piscine.

Beaucoup

Des financements (internes et externes)

Financement pour payer le professionnel et l'achat de matériel sportif.

Beaucoup

Les impacts

Sur l'environnement : Non évalué

Sur les professionnels : Impacts positifs

Orientation des patients facile pour les médecins.

Sur les usagers : Impacts positifs

Possibilité de reprendre une activité physique douce et régulière.

Sur l'organisation : Pas d'impacts

Mise à disposition de locaux pour pratiquer les activités.

Sur le médico-économique : Non évalué

Parties prenantes associées

- [x] Direction
- [ ] Administration
- [ ] Services techniques
- [x] Professionnels
- [ ] Bénéficiaires
- [ ] Tutelles

Conditions de succès

Projet inscrit dans la politique de l'établissement

Volonté de proposer de l'activité physique pour tous.