

3ème édition des Rencontres & Débats Fédération Hospitalière de France Provence Alpes Côte d'Azur - Elus région Sud

19 avril 2024 - Marseille

Le sport santé pour tous

A l'aube des jeux olympiques et paralympiques 2024 et 2030

Compte-rendu



SOMMAIRE

1 Programme de la journée

2 Allocution d'ouverture

3 Région Sud : Terre de jeux, terre de santé

4 Le sport santé : un enjeu majeur de santé publique

5 Du sport santé à l'activité physique adaptée, quelle marge de manœuvre régionale ?

6 Jeux Olympiques en région Sud : rayonnement régional/enjeu de coordination sanitaire

7 Un sport (santé) d'équipe (territoriale) !

8 Plus vite, plus haut, plus fort : ensemble, tous... et toutes !)

9 Nos hôpitaux se mobilisent !

10 Allocutions de clôture

PROGRAMME DE LA JOURNEE

9h00 : **Accueil café**

9h45 : **Allocutions d'ouverture**

Alain Milon, Président de la FHF PACA, Sénateur du Vaucluse

Florence Arnoux, Déléguée régionale de la FHF PACA



10h00 : **Région SUD : Terre de jeux, terre de santé**

Hervé Liberman, conseiller régional, président de la Commission Sport, Préparation des Jeux Olympiques et Paralympiques 2024, Président du Comité régional olympique et sportif PACA

Virginie Dedieu, Triple championne du monde de natation synchronisée

Séquence Vidéo

10h45 : **Le sport santé, un enjeu majeur de santé publique**

Zaynab Riet, Déléguée générale de la FHF

Régis Juanico, Député honoraire de la Loire, auteur de "Bougeons !" Manifeste pour des modes de vie moins sédentaires

Dr Catherine Grenier, Directrice des assurés, CNAM

Alexis Bataille, Infirmier, conseiller paramédical de la MNH, Co-rapporteur de la mission ministérielle Santé des soignants



Animation sportive : A vos marques, prêts ? Bougez !

11h30 : **Du sport santé à l'activité physique adaptée : quelle marge de manœuvre régionale ?**

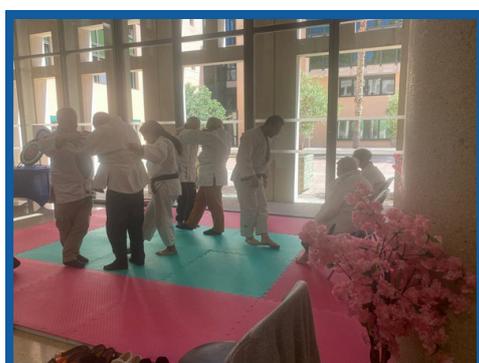
Jacques Vergnes, Directeur jeunesse, sports et citoyenneté Région Sud

Odile Diagana, Coordinatrice du Centre de ressources régional Azur Sport Santé

Margaux Gianfranceschi, Pilote nutrition sport santé, ARS PACA

Pause déjeuner

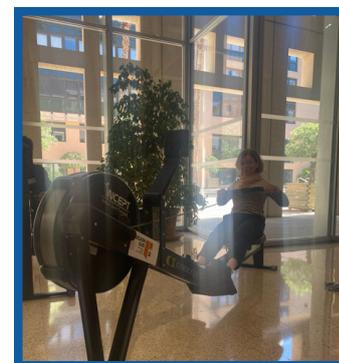
Vidéos Actions phares



Expositions



Parcours de la forme





13h30 : **Jeux olympiques en région Sud : rayonnement régional/enjeu de coordination sanitaire**

Arnaud Murgia, Maire de Briançon

Dr Nicolas Paris, Urgentiste, référent situations sanitaires exceptionnelles

Séquence Vidéo : "Génération 2024" - EPD Louis Philibert

14h00 : **Un sport (santé) d'équipe (territoriale) !**

Alexandra Borchio Fontimp, Vice-présidente FHF régionale, Sénatrice des Alpes-Maritimes, Conseillère départementale

Dr Claude Marblé, Médecin du Sport, CH d'Aubagne

Sabrina Nassisi, Cadre de santé, CH de Menton

Cécilia Revol, Responsable Maison Sport Santé Provence en Forme



Animation sportive : A vos marques, prêts ? Bougez !

14h30 : **Plus vite, plus haut, plus fort : ensemble (tous... et toutes !)**

Dr Sophie Tardieu, cofondatrice de la Maison des femmes Marseille Provence

Laurence Fischer, Fondatrice Fight for dignity, Triple championne du monde de karaté

15h30 : **Nos hôpitaux se mobilisent !**

Frédéric Chorin, Responsable Plateforme fragilité, Laboratoire expertise Sport Santé, CHU de Nice

Dr Stéphanie Ranque Garnier, Praticien hospitalier au Centre d'Evaluation et de Traitement de la Douleur, APHM

Dr Clarisse Audigier-Valette, Cheffe de pôle de Médecine multidisciplinaire et Oncologie, CHI Toulon La Seyne

Estelle A., Patiente bénéficiaire du programme d'APA au CHITS



16h00 : **Allocutions de clôture**

Renaud Muselier, Président de la Région PACA, Président délégué des régions de France

Catherine Vautrin, Ministre du Travail, de la Santé et des Solidarités

ALLOCUTIONS D'OUVERTURE

Le Président de la FHF PACA, le Sénateur **Alain MILON** a prononcé les mots d'ouverture avec un réel enthousiasme : "L'objet de la journée porte sur l'envie d'échanger, de débattre autour d'un enjeu : le sport, la santé, mais aussi l'activité physique adaptée dans le contexte des Jeux Olympiques et Paralympique 2024 – 2030".

Un parallèle est fait sur les **valeurs des JO**, le **respect**, l'**excellence** et l'**amitié** qui sont au cœur de nos engagements quotidiens dans nos hôpitaux. Dans ce contexte, la FHF est convaincue que le sport est un pilier fondamental de notre bien-être global, un outil précieux pour prévenir et traiter nos nombreuses maladies et enfin un vecteur de cohésion sociale. L'union des forces des acteurs de l'éducation, de santé et des élus permettent de faire progresser cette cause essentielle.

Cette journée est l'occasion d'explorer différentes approches au sein de nos établissements publics de santé, de partager nos meilleures pratiques et nos idées novatrices pour promouvoir le bien-être de nos patients et nos résidents.

Hervé LIBERMAN, Président du Comité Régional Olympique et Sportif Provence-Alpes-Côte d'Azur souligne que le gouvernement met en place un système de lutte contre les déserts médicaux et promeut les dispositifs de télémédecine. A ce titre, un budget de 125 millions sur 7 ans est dégagé.

Florence ARNOUX, Déléguée régionale de la FHF Provence-Alpes-Côte d'Azur (FHF PACA) à l'initiative de la 3e édition de ces Rencontres & Débats, précise qu'en axant sur le développement du sport, on préserve nos hôpitaux, nos urgences et nos soignants.



Région Sud : Terre de jeux, terre de santé

Hervé Liberman, Président du Comité Régional Olympique et Sportif Provence-Alpes-Côte d'Azur et **Virginie Dedieu**, triple championne du monde de natation synchronisée nous font part des pratiques et bienfaits en matière de sport santé dans la région. "1 euro investi dans le sport, c'est 2,20 euros d'économisés à l'avenir pour le système de santé". Ainsi, l'organisation de grands événements sportifs sur notre territoire laisse systématiquement un très important héritage matériel.

Avec les visites de ses hauts lieux de tourisme, ces derniers participent non seulement à l'activité économique de la région, mais également à son dynamisme sportif. En effet, **l'activité physique** est, selon les visiteurs de notre belle région, la 2e principale motivation de leur venue : randonnées, natation, cyclisme... sont autant d'activités faisant de la région Sud une terre de sport, autant que de tourisme.

L'héritage immatériel de ces grands événements sportifs est, de même, très important. Ils créent un véritable engouement autour du sport, qui doit dépasser le cadre de la pratique professionnelle et de la performance. En ce sens, les présidents de ligues et fédérations sportives sont de plus en plus convaincus de la nécessité de concentrer leurs actions non pas sur les résultats sportifs de leurs licenciés, mais sur le développement prioritaire du "sport-santé-bien-être" pour tous.

La volonté de pratiquer le sport au quotidien ou à un niveau amateur n'est pas encore entrée dans les mœurs. Or, le sport est essentiel dans la vie de tous les jours, pour le bien-être physique comme mental. Dans le milieu de l'entreprise, il permet d'améliorer la performance et de renforcer l'esprit d'équipe. Dans le milieu scolaire, il offre un défouloir aux enfants, et favorise leurs bons résultats scolaires.

Focus sur une initiative : le *Camion sportmoov*

Inspiré des bibliobus, ce véritable sport-truck est aujourd'hui mis à la disposition des entreprises. Cette initiative permet de donner une place plus importante au sport dans la vie des salariés, en leur évitant la perte de temps de trajet jusqu'à un gymnase ou une salle de sport, souvent à l'origine de l'absence d'activité physique des individus. A travers cette innovation, le sport devient même un avantage d'attractivité pour les entreprises.

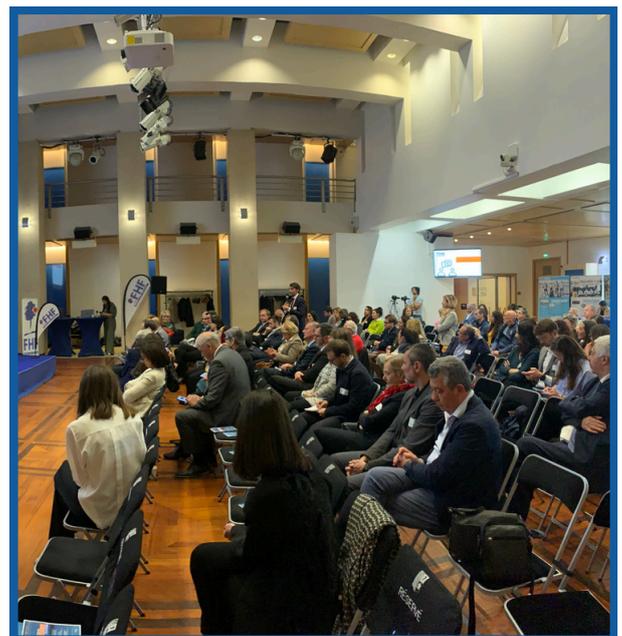


Le Sport santé : un enjeu majeur de santé publique

La sédentarité, comme le dit François CARRE qui a préfacé l'ouvrage du Député honoraire de la Loire **Regis JUANICO**, c'est la nouvelle addiction à la chaise et aux écrans. L'ONAPS, l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité, nous dit qu'au-delà de 7 heures en position assise, prolongée, en situation d'éveil, hormis la nuit, et avec une dépense énergétique très faible, nous avons des conséquences très néfastes pour la santé, notamment le développement des maladies chroniques. Cela concerne 40% de la population. C'est une bombe à retardement sanitaire, car cela touche en particulier les jeunes générations

Au-delà de la sédentarité, il y a aussi l'inactivité physique. L'activité physique selon les recommandations de l'OMS est faite de repères très simples, dont le plus emblématique consiste en 30 minutes d'activité physique par jour. On voit également une inégalité très forte entre les femmes et les hommes, puisqu'aujourd'hui chez les 15-17 ans, seulement 16% des filles, atteignent ces recommandations d'une heure d'activité physique quotidienne. L'ONAPS l'explique très bien. L'activité physique commence à baisser dès l'entrée dans l'école primaire, parce que les filles jouent moins que les garçons, dans un certain nombre de scénarios sportifs, comme le foot par exemple. Mais cela continue à l'adolescence et ensuite pendant l'enseignement supérieur, puisqu'en France, nous ne sommes pas organisés pour avoir des campus actifs promoteurs de santé.

Il est recommandé de pratiquer une activité sportive, des mobilités actives en particulier, faire du vélo, faire de la marche rapide, faire de la course à pied.



La FHF, que représente Madame **Zaynab RIET**, en tant que déléguée générale a émis 24 propositions pour le sport santé. Le premier axe, consiste à faire de l'activité physique un objet structurant des politiques publiques. En effet, l'activité physique est un sujet qui intéresse de nombreux acteurs, les établissements de santé et les professionnels de santé, mais également les collectivités territoriales. La FHF propose comme second axe, que l'activité sportive soit prise en compte à la fois dans les parcours de soins, mais également au niveau de l'organisation des filières sur le territoire. La loi de financement 2024 propose quelques dérogations. Il faut aller beaucoup plus loin. Et puis, le troisième axe, c'est l'intégration effective de l'activité physique dans les parcours de soins, c'est agir auprès des professionnels de santé. L'idée étant qu'une activité sportive du professionnel de santé puisse être décomptée comme du temps de travail.

La loi de financement 2024 propose quelques dérogations. Il faut aller beaucoup plus loin. Par exemple, reconnaître à la fois la fonction, la rémunération des animateurs pour l'activité adaptée dans les établissements de santé. Et puis, le troisième axe, c'est l'intégration effective de l'activité physique dans les parcours de soins, c'est agir auprès des professionnels de santé. L'idée étant qu'une activité sportive du professionnel de santé puisse être décomptée comme du temps de travail.

Selon le docteur **Catherine GRENIER**, Directrice des assurées à la CNAM, l'assurance maladie est complètement consciente que l'activité physique adaptée est bénéfique à la santé et donc bénéfique pour les dépenses de santé, qui constitue quand même un de nos enjeux les plus importants. 95% de la population française est en risque, soit avec la sédentarité, soit avec l'inactivité physique. L'activité physique, n'a pas vocation à être financée par l'assurance maladie. C'est simplement une activité quotidienne qui doit être dans la culture de tous permettant le bien-être physique, social et mental, et qui prévient, un certain nombre de maladies, et notamment les maladies cardiovasculaires.

L'assurance maladie essaie de mettre en œuvre des actions, notamment de la communication au grand public pour effectivement participer à l'effort de mobilisation de la société sur l'activité physique.



Du sport santé à l'activité physique adaptée : quelle marge de manoeuvre régionale ?

Comme ancien infirmier et militaire, **Alexis BATAILLE-HEMBERT** conseiller paramédical de la MNH considère que le corps et l'esprit du militaire sont ses premières armes et ajoute que dans le monde civil, notamment dans le système de santé, il y a assez peu de considération pour le corps et l'esprit du soignant. Pourtant, le corps et l'esprit du soignant sont ses premiers outils de soin. C'est sur ces deux piliers que s'est appuyé un rapport ministériel sur la santé des professionnels de santé avec le Dr Philippe DENORMANDIE, chirurgien, le Dr Marie-Claire DIMITRI qui est médecin généraliste et Alexis BATAILLE-HEMBERT. Le sujet du sport santé y est abordé à la fois comme médicament, mais aussi comme outil de prévention d'un certain nombre de facteurs, et notamment le stress, les troubles musculo-squelettiques. Or, il se trouve que dans une consultation nationale, menée auprès de 50 000 professionnels de santé, 30% d'entre eux ne pratiquent pas d'activité physique.

Aussi, faut-il le rappeler, être debout dans un service et courir d'une chambre à l'autre, ce n'est pas pratiquer une activité physique ou sportive. Les soignants, comme la majorité des gens, mettent en place des stratégies d'évitement. Cela revient à dire que l'enjeu du sport santé se joue, bien avant l'entrée sur le marché du travail, il se joue dans l'enfance.



Jacques VERGNE Directeur Jeunesse Sport et Citoyenneté Région Sud débute le propos en expliquant que la région a développé différents partenariats autour de la prévention et de la formation. En effet, la politique sport santé de la Région Sud s'articule autour de quatre axes majeurs :

- Les activités déclinées à travers des partenariats avec différentes ligues sportives régionales ;
- La formation professionnelle ;
- La pratique handisport ;
- Tout ce qui tourne autour de la jeunesse, notamment concernant la prévention.

Concernant le fonctionnement des ligues sportives, la Région Sud est chargée de financer leur fonctionnement. Dans ce cadre-là, des contrats d'objectifs sont conclus et stipulent un certain nombre d'activités en lien avec le sport santé. Par exemple, pour la ligue de badminton, a été mis en place le dispositif Smash ton diabète. Les clubs de badminton offrent une raquette et la licence sportive à tous les joueurs diabétiques et organisent une journée spécifique pour ce public-là. Sur l'inclusion des personnes en situation de handicap en matière sportive, un dispositif a également été développé par la région dans le contexte des Jeux Olympiques. Ainsi, un label a été mis en place pour les clubs inclusifs avec pour objectif de mettre en place un héritage pour les personnes en situations de handicap afin qu'elles puissent être accueillies dans des clubs à l'origine destinés aux personnes valides. La région Provence-Alpes-Côte d'Azur est en avance sur l'inclusion par le sport dans la mesure où 200 clubs aujourd'hui dans la région ont le label club inclusif.

Margaux GIANFRANCESCHI, pilote nutrition sport santé à l'ARS, est revenue sur la manière dont l'ARS PACA a structuré la politique sport santé sur son territoire. A la suite d'un diagnostic régional, l'ARS PACA travaille notamment sur deux axes :

L'activité physique adaptée thérapeutique. Il s'agit de prévention secondaire et tertiaire. Cela fait partie intégrante du parcours de soins et de vie. L'ARS PACA soutient des projets, financés grâce au Fonds d'intervention régional, dans les hôpitaux et dans l'ambulatoire.

D'importants freins motivationnels existent et rendent difficiles le retour à l'activité physique, l'accompagnement est alors indispensable. Il s'agit là de tout l'enjeu des maisons sport santé. Cet accompagnement vise tout type de public (les malades chroniques, les personnes âgées, les jeunes, etc...). L'objectif des maisons sport santé est de dresser un bilan de forme et d'accompagner les patients vers l'activité physique adaptée et les professionnels compétents.

Enfin, Odile DIAGANA est revenue sur l'action du Centre de ressources régional Azur Sport Santé en matière de sport santé.. Leur travail s'articule autour de 3 pôles :

- Pôle promotion, sensibilisation, information
- Pôle expérimentation, innovation
- Pôle prévention

Une étude scientifique a été menée par l'Association Azur Sport Santé sur un petit échantillon démontrant une baisse de 30% des dépenses de santé pour les patients qui ont suivi un accompagnement en activité physique adaptée sur 5 mois, à raison de 2 séances par semaine, avec un accompagnement psycho-comportemental. En 2020, un article 51 a été déposé pour montrer l'efficacité de la prise en charge par l'assurance maladie d'un programme d'activité sportive à but thérapeutique.

Sur la prévention, les jeunes sont les malades de demain. Aujourd'hui, les malades chroniques sont de plus en plus jeunes. Des actions de prévention sont également organisées auprès des personnes âgées, notamment le programme Prévention active seniors déployé sur les territoires des Alpes-Maritimes (06) et du Var (83) à travers la mise en mouvement de 6500 seniors. **Odile DIAGANA**, Coordinatrice du centre ressources régional Azur Sport Santé explique notamment que les bénéficiaires ont ressenti des bienfaits significatifs et nombre d'entre eux ont continué l'activité physique par la suite. En revanche, les moniteurs en activité physique adaptée ne sont pas assez nombreux, la formation adéquate pour les éducateurs sportifs étant un enjeu majeur à développer.

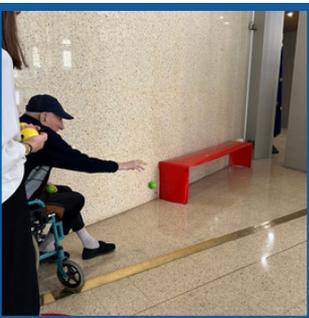
Echanges avec la salle :

À la suite de ces interventions, Joelle RUBERA, directrice dans le champ du handicap, a apporté son témoignage concernant le sport comme vecteur d'une société plus inclusive. Le sport permet un programme d'échange et des passerelles entre le monde spécialisé et le monde ordinaire. Ces programmes ont besoin de soutien de la part des politiques publiques, et d'éducateurs formés à ces enjeux.



Parcours de la forme

La Maison Sport Santé Provence en forme, la Ligue Sud Judo Provence-Alpes-Côte d'Azur, la Ligue Provence-Alpes-Côte d'Azur D'Aviron, le Centre Gérontologique Départemental (CGD) et le Comité Régional du Sport en milieu Rural sont intervenus lors de la pause déjeuner pour animer un parcours de la forme avec diverses activités physiques adaptées : pétanque, tir à l'arc, taïso, challenge rameurs, tennis frisbee et parcours de motricité. Des résidents du CGD étaient présents pour l'occasion : un moment de convivialité et de chaleur humaine très apprécié autour d'un cocktail déjeunatoire "healthy" et végétarien.



Concours photos

La FHF PACA a organisé un concours photos mettant en avant l'activité physique adaptée au sein de ses établissements adhérents. Le prix a été remporté par l'EHPAD Au Savel situé à Contes dans les Alpes-Maritimes avec sa photo représentant des résidents pratiquant la boxe. Alexandra BORCHIO-FONTIMP nous a fait l'honneur de remettre ce prix.



Expositions : CASDEN & MNH

Pour soutenir la promotion des valeurs de l'olympisme la CASDEN, partenaire premium des JO propose un récit exceptionnel sur 125 ans d'histoire autour de sportifs et sportives d'exceptions. Cette exposition était disponible lors de la journée du 19 avril, intitulé : "Histoire, Sport & Citoyenneté".



Jeux olympiques en région Sud, rayonnement régional/enjeu de coordination sanitaire

La perspective des JO d'hiver dans les Alpes françaises en 2030 réjouit **Arnaud MURGIA**, maire de Briançon. Toutefois, si les JO participeront au rayonnement de la ville de Briançon et de la région PACA, ils soulèveront aussi des enjeux de coordination sanitaire.

Plus qu'ailleurs, le territoire briançonnais se prête aux coopérations entre les acteurs du sport, de la santé et de la ville. Arnaud MURGIA a souhaité le rappeler pour débiter son intervention. « **Il faut que l'alliance qui soit formée avec les SSR [soins de suite et de réadaptation] fasse partie de l'ADN du territoire.** », ce qui est d'autant plus le cas à Briançon qui a la particularité d'attirer les amateurs et professionnels du sport en altitude, souligne-t-il.

La ville, les associations sportives, le centre sportif d'altitude et les institutions sanitaires se retrouvent dans un projet qui peut tout aussi bien concerner la prise en charge d'un jeune lycéen en sport études, d'un patient nécessitant soin et/ou rééducation ou d'une personne ayant peu accès au sport.

Les jeux olympiques d'hiver à Briançon : rayonnement régional et enjeux de coordination sanitaire

A travers plusieurs enjeux, Arnaud MURGIA a souhaité mettre en avant que l'organisation des Jeux olympiques d'hiver dans les Alpes françaises du Sud a tout son sens.

Le **Dr Nicolas PARIS**, urgentiste et référent situations sanitaires exceptionnelles a lui été interrogé sur le rôle qu'il tiendra dans le cadre d'une manifestation sportive de cette ampleur en tant que médecin urgentiste au Centre Hospitalier de Briançon et référent en situations sanitaires exceptionnelles.

En lien avec une multitude d'acteurs (communes, autres établissements de santé et SAMU départementaux...), il est chargé d'anticiper et de faire face à toute situation de crise susceptible de désorganiser le réseau de soins sur le territoire briançonnais. Trois défis se poseront tout particulièrement s'agissant des JO d'hiver de 2030 : gérer une variation de population, gérer la sécurité du public et gérer la sécurité des athlètes pendant les événements sportifs. Pour le premier de ces défis, le Dr PARIS a souhaité rappeler la compétence de l'hôpital de Briançon pour gérer un afflux important de touristes qu'il connaît plusieurs mois de l'année dans le cadre des sports d'hiver.



Il se projette déjà, d'ailleurs, sur l'organisation des JO de 2030. « Nous allons nous nourrir de l'expérience des JO de Paris » et « s'inspirer des prochains JO d'hiver organisés en Italie ». Quoi qu'il en soit, précise-t-il, l'organisation de ces JO passera par une collaboration forte avec les autres SAMU départementaux de la région (Alpes-Maritimes et Bouches-du-Rhône) ainsi qu'avec le Centre Hospitalier Universitaire de Grenoble qui est le centre de traumatologie de référence, accessible en hélicoptère en 20 minutes.

Le sport : un vecteur d'attractivité pour l'hôpital de Briançon ?

Arnaud MURGIA et Nicolas PARIS ont ensuite été interrogés sur le fait de savoir si la place du sport à Briançon était un facteur d'attractivité pour son hôpital. Sur ce point, ils se sont accordés : l'hôpital de Briançon est attractif et selon Nicolas PARIS, il le doit d'abord à la proximité entre les équipes rendue possible par la taille de l'établissement (600 employés environ pour 60 médecins). Les équipes médicales d'urgence sont au complet précise-t-il par ailleurs.

Il admet toutefois que, s'agissant de la médecine d'urgence, la « **casquette secours en montagne** » intéresse les jeunes médecins.



Séquence vidéo "Génération 2024"

Une séquence vidéo montrant la belle initiative de l'Etablissement Public Départemental Louis Philibert visant à développer le sport adapté pour ses résidents a été diffusée. C'est **Erina LEVRESSE** volontaire en service civique au sein de la structure, qui a été missionnée pour ce faire. Elle a notamment mis en place un parcours moteur permettant aux résidents de mobiliser leurs jambes et leur concentration.

Amandine VIAL, directrice adjointe, a souhaité rappeler combien cela est «**précieux pour les résidents en termes de vie sociale et de relationnel** ».



Un sport (santé) d'équipe (territoriale) !

Alexandra BORCHIO FONTIMP, Vice-Présidente FHF PACA et Sénatrice des Alpes-Maritimes rappelle qu'un grand nombre d'élus mènent des initiatives pour favoriser l'accès au sport du plus grand nombre, notamment par leur engagement aux côtés des établissements de santé de leur territoire. La sénatrice prend l'exemple de l'Institut Mozart, dans le département des Alpes Maritimes. Cet institut, situé au centre de Nice, est un très beau succès mis en place en partenariat avec le Centre de lutte contre le cancer (CLCC) Lacassagne pour favoriser l'accès aux soins de support, après un cancer.

Médecin du sport depuis 30 ans, le **Docteur MARBLE** (hôpital d'Aubagne) évoque son expérience. Il a d'abord travaillé au sein d'un centre de consultation pour les sportifs, puis a souhaité se consacrer à la prévention primaire, à destination de l'ensemble de la population, en partant de l'activité sportive comme outil de santé. Face au constat de la complexité de la prévention en intra-hospitalier, il a alors créé une structure associative, développant une activité de consultation et de prescription d'activité sportive.

Ces activités, gratuites pour les patients, sont prises en charge grâce à des financements émanant d'entités publiques : la Délégation régionale académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES) et la Région Sud notamment. De manière générale, des structures existent pour fluidifier les parcours, créer du lien, et favoriser l'accès au sport pour tous : les centres médico sportifs, les Maisons sport santé...

Les initiatives propres aux établissements de santé sont nombreuses également, comme la filière d'éducation thérapeutique obésité du CH d'Aubagne ou la filière sport et cancer de l'APHM.

Malgré ces avancées, des progrès restent à faire pour sensibiliser les médecins, notamment les médecins libéraux, et les encourager à s'engager sur ces sujets et à prescrire de l'activité physique à des fins thérapeutiques, comme recommandé par la HAS.

Sabrina NASSISI, cadre de santé au CH de Menton, évoque la création d'un projet ville-hôpital, face à un double constat : la motivation des patients pour la pratique d'une activité physique se heurtait à l'existence de freins (achat de matériel aux frais des patients par exemple) s'opposant à la durabilité d'une telle motivation.



La création d'une Unité d'activité physique adaptée, en lien avec la médecine de ville, a permis de créer un programme d'activité physique pour des patients d'hôpital de jour (HDJ), sélectionnés pour intégrer ce « parcours sport santé ». Après une évaluation globale au niveau psycho-social, un accompagnement sur deux mois est proposé.

A l'issue des deux mois, une nouvelle évaluation est réalisée et une orientation vers des structures libérales est proposée. Douze mois plus tard, une seconde évaluation à l'issue du programme est réalisée afin de rendre compte des bénéfices pour les patients. L'objectif est d'agir en prévention et d'autonomiser au maximum la population.

Les bénéfices sont nombreux et transversaux, comme le rappelle Sabrina NASSISI, car cela permet par exemple de diminuer le nombre de passage aux urgences ou la durée moyenne de séjour, en évitant les chutes pour les personnes âgées, ou en améliorant les capacités fonctionnelles des patients notamment. Mme NASSISI insiste sur le fait que l'objectif d'autonomisation est central, ce qui signifie que l'Unité n'a pas choisi de passer par la télésurveillance des patients. Elle rappelle qu'aujourd'hui, persiste le problème de la valorisation financière de l'activité et donc des moyens mis à disposition.

Cécilia REVOL, responsable Maison Sport Santé Provence en Forme, rappelle l'ambition des maisons sport santé : proposer un guichet unique, faciliter l'accès au sport, informer et orienter. Pas seulement les patients et les usagers, mais aussi les professionnels et les structures, afin de mieux maîtriser la réglementation en vigueur et la connaissance des acteurs du territoire.

Cécilia REVOL, responsable Maison Sport Santé Provence en Forme, rappelle l'ambition des maisons sport santé : proposer un guichet unique, faciliter l'accès au sport, informer et orienter. Pas seulement les patients et les usagers, mais aussi les professionnels et les structures, afin de mieux maîtriser la réglementation en vigueur et la connaissance des acteurs du territoire.

Il s'agit de faire en sorte que les gens intègrent l'activité physique dans leur quotidien, sur le long terme. Cela passe par la notion de plaisir et implique de changer la manière d'appréhender l'activité physique, pour favoriser une inscription durable dans la pratique sportive. Le sport ne doit pas rester une prescription ou une injonction du médecin, mais devenir un plaisir, une priorité dans la vie des gens. C'est en vivant l'expérience sportive que les patients se rendent compte des bienfaits du sport : ils se sentent mieux sur plusieurs plans, comme au niveau du sommeil, de l'humeur etc. Là encore, les moyens financiers manquent, car l'accompagnement personnalisé proposé par les Maisons sport santé prend du temps.



Plus vite, plus haut, plus fort. Ensemble (tous... et toutes !)

La Maison des Femmes de Marseille est née de la nécessité de proposer aux femmes victimes de violence un guichet unique où l'entrée se ferait par le soin nous explique **Sophie Tardieu**, Co-fondatrice de la Maison des Femmes. Cette idée a pu se réaliser en 2022 à la suite du discours d'Emmanuel Macron "Marseille en Grand" qui évoquait alors la nécessité de créer une Maison des Femmes à Marseille.

La Maison des Femmes de Marseille constitue un service de l'AP-HM qui accueille les femmes victimes de violence. En plus de la prise en charge sanitaire qui comprend 3 parcours de soins (un parcours sur tout type de violences, un parcours mutilations sexuelles, un parcours femme enceinte en situation de violence), elle propose une prise en charge globale : médicale, sociale, juridique, psychologique et physique. Dans ce contexte, les ateliers psychocorporels sont très importants pour aider les femmes victimes de violences à retrouver l'estime de soi et leur autonomie.

Les ateliers de karaté organisés par l'association Fight for Dignity adaptent la pratique de ce sport spécifiquement pour ce public. Ils sont partie intégrante de la prise en charge des femmes victimes de violence. Ils sont prescrits par le médecin. Par ailleurs, des ateliers de danse africaine avec le ballet national de Marseille sont organisés.

L'idée d'intégrer des ateliers de karaté dans les Maisons des Femmes est née notamment de la rencontre entre **Laurence Fischer**, triple championne du monde de karaté et Ghada Hatem, fondatrice de la première maison des Femmes à Saint Denis. Que ce soit le Karaté ou un autre sport, l'objectif est d'accompagner le mieux-être des femmes. En tant qu'experte de cette discipline, Laurence Fischer a adapté le karaté avec Fight for Dignity (2017) pour une pratique spécifique dans les Maisons des Femmes. En donnant accès à un sport auquel nombre de femmes n'auraient jamais eu accès, des freins sont levés et cela participe au processus d'autonomisation/empowerment.

Les deux intervenantes concluent les échanges en affirmant être « convaincues du pouvoir du sport ».



Nos hôpitaux se mobilisent !

Les établissements de santé se mobilisent sous des formes variées pour le sport santé. Le CHI Toulon la Seyne, a fait le choix de développer un partenariat avec la maison sport santé pour une thérapeutique sportive adaptée pour les patients suivis sur le plan oncologique. L'objectif de ce partenariat est d'offrir une activité physique dans un environnement sécurisé et adapté, levant ainsi les freins que les patients peuvent rencontrer en ville, explique le Dr. **Clarisse AUDIGIER-VALETTE** Chef de pôle de médecine multidisciplinaire et oncologie CHITS. L'avantage de ce programme étant que son début est proposé au sein de l'établissement de soins du patient. La sécurisation d'un lieu où il y a la prise en charge par un cancérologue référent incite à l'adhésion à ce programme.

Pour les patients bénéficiant du programme d'APA du CHITS, l'activité physique adaptée leur permet de reprendre confiance en eux et de reprendre un tonus musculaire. Les séances, en petit groupes, semblent correspondre partiellement aux attentes de patients, certains souhaiteraient « **plus d'échanges entre les malades** » partage Estelle Aufsatz. Le développement du programme permettra de proposer des séances variées pour répondre aux préférences individuelles des patients, la traçabilité des résultats pour adapter les séances est essentielle. Ils existent également des freins médicaux mais il est nécessaire de les surmonter pour une meilleure prise en charge. L'éloignement géographique peut être un obstacle supplémentaire à l'adhésion au programme.

L'alliance entre la recherche et la clinique permet également de créer des programmes d'activité physique adaptée, le CHU de Nice s'est ainsi doté d'une Plateforme fragilité. Initialement prévue pour des sportifs de haut niveau, elle est désormais utilisée pour la recherche et la clinique, offrant aux patients « un continuum de l'autonomie » selon Frédéric CHORIN Responsable Plateforme Fragilité Laboratoire Expertise Sport Santé CHU de Nice. Des programmes passerelles ont été créés par l'établissement pour faciliter la transition des patients vers la ville. Malgré le succès de la plateforme, le CHU fait face à une contradiction entre l'adaptation des soins et la demande sociale, mais s'efforcent d'y répondre en offrant des options individuelles et collectives. Le travail sur une application mobile est engagé afin de toucher un public plus large et travailler à un niveau régional et national. Enfin, le lien entre la plateforme et les maisons sport-santé est crucial, nécessitant une approche inclusive et un accompagnement des patients dans leur parcours d'activité physique adaptée.



L'activité physique adaptée est essentielle pour le bien-être et un besoin physiologique en tant que tel, elle a une fonction à la fois préventive et curative. Le simple fait de contracter les muscles déclenche la sécrétion de substances bénéfiques pour la santé, un besoin souvent négligé dans notre société sédentaire.

“80 % de nos adolescents sont sédentaires, ils ont perdu 25% de leur capacité cardiovasculaire en 40 ans” souligne le **Dr. Stéphanie RANQUE GARNIER** praticien hospitalier au centre d'évaluation et de traitement de la douleur.

L'autonomisation du patient est essentielle, avec des programmes adaptés à ses besoins et ses préférences. Même une activité légère peut être bénéfique, et les initiatives telles que "Sport en chambre" en hématologie à l'AP-HM ou des applications comme "Activ'Dos" peuvent aider. Malgré les défis médicaux et les préjugés sur la fatigue, l'activité physique reste souvent le meilleur remède pour diverses pathologies comme les maladies cardiovasculaires, le diabète. En ce qui concerne un début de pathologie de dépression modérée **« l'activité physique, si elle est adaptée, a un grade d'efficacité aussi important que le médicament. Ca peut être plus adapté que certains anti-dépresseurs ».**

Suite à ces interventions, François Randazzo, Secrétaire Général de l'URPS MK PACA, a souligné la nécessité de généraliser les initiatives d'activité physique adaptée à travers tout le territoire. Il met en avant le rôle des kinésithérapeutes dans cette démarche, capables d'identifier les patients éligibles, de renouveler les prescriptions médicales et de réaliser les séances. Il mentionne également la création d'une structure appelée CROSS dans le territoire, qui identifie les cabinets spécialisés et oriente les patients vers des associations sportives.

Selon le Dr. Stéphanie RANQUE GARNIER, l'importance de collaborer avec les kinésithérapeutes, ainsi qu'avec d'autres professionnels comme les ergothérapeutes et les psychomotriciens, est indiscutable en raison de l'effectif limité. De plus, la présence d'encadrants formés est cruciale pour adapter la prise en charge en fonction des besoins spécifiques des patients, notamment ceux atteints de cancers ou de maladies cardiovasculaires.

Les intervenants mettent en lumière l'importance de l'activité physique adaptée dans le traitement de diverses pathologies, de la cancérologie à la dépression en passant par les maladies cardiovasculaires. Il est indispensable de souligner la nécessité d'une approche individualisée, tenant compte des préférences des patients, ainsi que des bénéfices de cette pratique pour la santé physique et mentale. Cependant, des défis persistent quant à la généralisation de ces programmes sur l'ensemble du territoire, notamment en raison de contraintes financières et logistiques. Enfin, l'éducation à la santé et l'autonomisation des patients sont mises en avant comme des éléments essentiels pour maximiser l'efficacité de ces thérapeutiques.



ALLOCUTIONS DE CLÔTURE



Par Madame Catherine Vautrin, Ministre du Travail, de la Santé et de la Solidarité. C'est une chance pour tous et à tous les âges de la vie de pouvoir pratiquer un sport. C'est donc le sens des maisons sportives de conduire l'ensemble de la population vers le sport adapté en fonction du profil. Le gouvernement encourage le sport adapté et il le fait notamment à travers son soutien à sa prise en charge financière par l'assurance maladie. Il s'agit d'une formidable opportunité d'accueillir les JO afin de promouvoir le sport pour la santé. La ville de Marseille sera par ailleurs la première ville à accueillir la flamme des JO, et donc la ville va rentrer plus rapidement dans cette dynamique sportive. Une coopération de la région Sud et de la Région Auvergne - Rhône Alpes doit s'engager pour articuler les JO de 2030.

Le sport est un enjeu majeur pour l'économie de notre pays, pour le rayonnement de la France. C'est un levier pour chacun des Français et l'opportunité d'enrayer une dynamique sportive pour l'ensemble des citoyens. Une salutation spécifique à tous les établissements qui s'engagent dans une politique de sport adapté, via des achats d'équipements, d'animations et d'organisation.

Les derniers mots de la journée seront prononcés par **Monsieur Renaud Muselier, Président de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur**, qui remercie l'ensemble des acteurs présents, les partenaires de cet événement, les élus et Madame la Ministre pour leur présence et leur participation.



Ce compte-rendu a été réalisé par les élèves-directeurs d'hôpital de la promotion Axel Kahn (2023-2024) et les élèves-directeurs d'établissement sanitaire, social et médico-social de la promotion Philomène Magnin (2023-2024), actuellement en stage de professionnalisation en région Sud.

Ces élèves-directeurs du secteur sanitaire, social et médicosocial public ont été aimablement invités par Florence Arnoux, déléguée régionale de la FHF PACA, à participer à ces 3e rencontres & débats FHF PACA/élus Région Sud.

L'ensemble des élèves l'en remercient et adressent également leurs remerciements à toutes les personnes ayant contribué à l'organisation de cet événement.



Baptiste DELABRE

Élève-directeur
d'établissement
sanitaire, social et
médicosocial



Emilie JAYET

Élève-directrice
d'établissement
sanitaire, social et
médicosocial



Marie-Sara LE GOFF

Élève-directrice
d'établissement
sanitaire, social et
médicosocial



Folly AZANLEKOR

Élève-directeur
d'établissement
sanitaire, social et
médicosocial



Chloé SCHMITT

Elève directrice
d'hôpital



Aymeric PAQUIOT

Elève directeur
d'hôpital



Jeanne THERRIEN

Elève directrice
d'hôpital



**Sandra MARTINS DA
SILVA**

Elève-directrice
d'établissement
sanitaire, social et
médicosocial

