



CROS

NOUVELLE-
AQUITAINE

4^{ème} Colloque Régional Sport Santé



Mardi 19 septembre 2023

Maison Régionale des Sports - 2 Avenue de l'Université, 33400 Talence

Thème :

Comment avoir une population plus active et mobiliser des publics éloignés de l'activité physique et sportive ?



@CROSNAq #CROSNA - Colloque régional SSBE – 19 septembre 2023



OUVERTURE

- **Philippe SAID**, Président du **CROS Nouvelle-Aquitaine**
- **Mathias LAMARQUE**, Délégué Régional Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports de la **DRAJES Nouvelle-Aquitaine**
- **Philippe MITTET**, Directeur général adjoint pôle Éducation et citoyenneté de la **Région Nouvelle-Aquitaine**
- **Nadia LAPORTE-PHOEUN**, Directrice de la protection de la santé et de l'autonomie à l'**ARS Nouvelle-Aquitaine**



Les freins à la pratique des français peu ou non sportifs (*source INJEP*)

- **1/4** de la population a **peu ou pas pratiqué d'activité physique ou sportive**
- **63%** des personnes non pratiquantes sont **des femmes**
- **34%** des peu ou non pratiquants évoquent des **problèmes de santé**
- **21%** des peu ou non pratiquants présentent des **contraintes professionnelles ou scolaires**
→ Ce sont majoritairement les personnes entre 30 et 49 ans qui évoquent le plus des contraintes professionnelles, scolaires ou familiales (52%)
- **20%** des peu ou non pratiquants éprouvent un **désintérêt pour le sport**

1^{ère} table ronde et temps d'échanges

L'activité physique et sportive en milieu professionnel

Intervenants :

- **Agnès DESVAUX et Valentine LACAZE**, Responsable du pôle Affaires institutionnelles - ***Union Sport et Cycle*** / Chargée de développement « Sport en Milieu Professionnel » - ***Agence nationale du Sport***
- **Paul NIETO**, Chargé de mission - ***Ligue d'Athlétisme de Nouvelle-Aquitaine***
- **Sylvie NOTARY**, Responsable de projets en innovation - ***Groupe EDF de Nouvelle-Aquitaine***

4ÈME COLLOQUE RÉGIONAL SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

19 SEPTEMBRE 2023

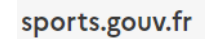
NOUVELLE AQUITAINE - TALENCE

AGNÈS DESVAUX & VALENTINE LACAZE

PRÉSENTATION DE L'AGENCE ET DE L'UNION SPORT ET CYCLE



COMPOSITION DE LA COMMISSION DES DÉVELOPPEMENTS DES MODÈLES ÉCONOMIQUES



CONTEXTE

Le niveau d'activité physique des français préoccupant



Selon l'ONAPS le coût social de l'inactivité physique est estimé à 140 Milliards d'euros par an.

95%

de la population française adulte exposée à un risque de détérioration de la santé soit par manque d'activité physique*.

77%

temps passé assis sur une journée de travail complète pour les salariés du tertiaire contre 18% du temps debout et 5% en mouvement.

*selon l'ANSES en 2022



LES OPPORTUNITÉS

Le milieu professionnel constitue une opportunité pour promouvoir les activités physiques et sportives

-25%

D'ABSENTÉISME

-30 à
40%

D'ARRÊTS MALADIE

+8%

PRODUCTIVITÉ

7 à 9%

D'ÉCONOMIE SUR LES
FRAIS DE SANTÉ D'UN
SALARIÉS

 13% des dirigeants déclarent avoir mis en place des APS.

 L'objectif est d'atteindre 24% pour Paris 2024.





VISION DES ACTEURS ET FREINS



83% des français sont intéressés par le sport



La majorité des employeurs sont conscients des bénéfices



Manque de locaux adaptés, d'informations, de solutions d'accompagnement



Contraintes juridiques ou financières



Absence de ressources humaines

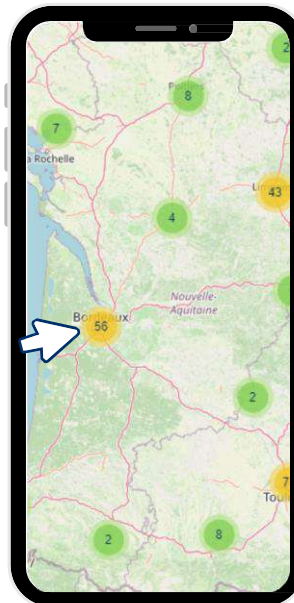
PREMIÈRE PARTIE

Création de la plateforme
et élaboration d'un guide
d'accompagnement avec
la Direction des Sports.

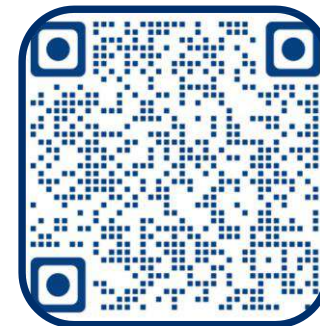




+115 structures inscrites en
Nouvelle-Aquitaine



www.solutionsportentreprise



NOUVELLES FONCTIONNALITÉS



ACTUALITÉS

Un nouvel onglet ajouté pour dynamiser la plateforme et envoyer une newsletter



LINKEDIN

Un compte attaché à celui de l'ANS a été ouvert : Solution Sport Entreprise



NOUVEL OUTIL

Un outil de calcul de ROI développé par le MEDEF sera ouvert à la consultation

CONCLUSION



4ème Colloque Régional Sport Santé Bien-Etre Mardi 19 septembre 2023

« Comment avoir une population plus active et mobiliser des publics éloignés de l'activité physique et sportive ? »



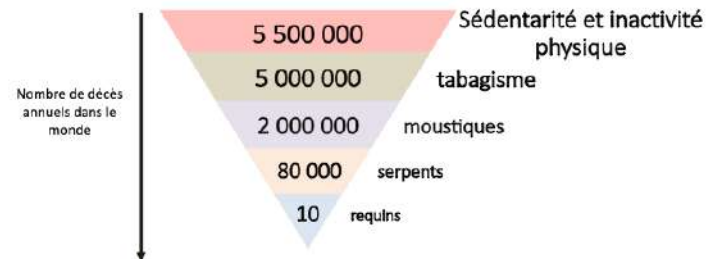
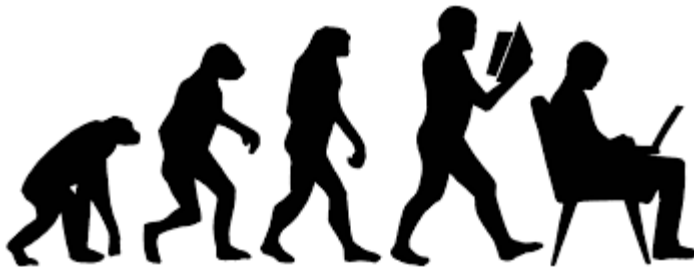
POUR DES ACTIFS EN FORME

UN CONTEXTE
qui nécessite d'agir sur la prévention

SÉDENTARITÉ et DÉCONDITIONNEMENT PHYSIQUE : 1ère CAUSE DE MORTALITÉ ÉVITABLE

On estime qu'entre **60 et 85% des adultes ne s'activent pas suffisamment*** pour préserver leur santé.

Le sédentarité, ou manque d'activité physique, serait responsable de **10% des décès annuels en Europe***.

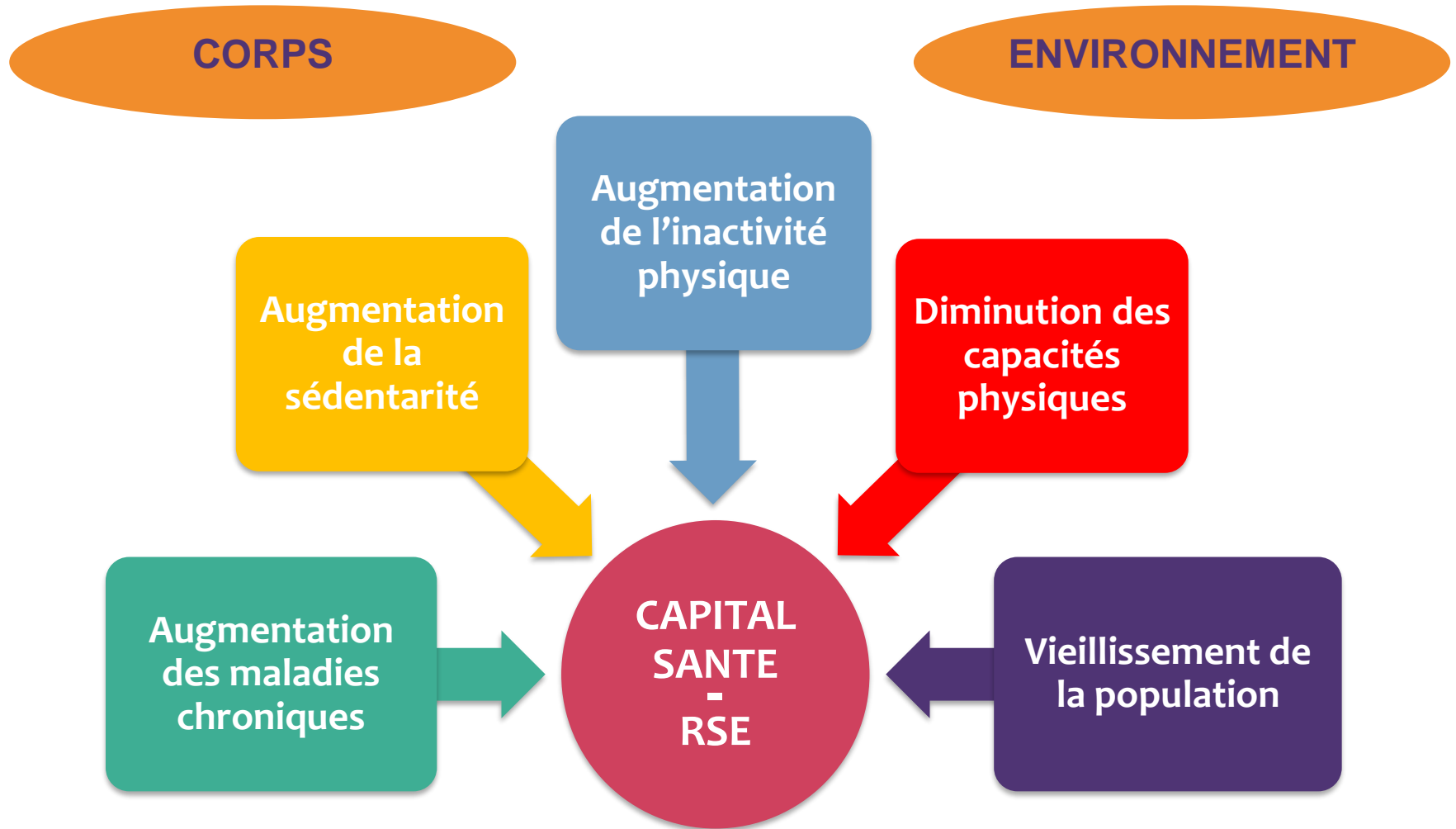


Responsable d'environ 10% des Décès annuels en Europe.

Physical activity strategy for the WHO European Region 2016-2025

*Source : Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et Santé Publique France

POURQUOI AGIR EN PREVENTION...



L'ENTREPRISE :

UN ROLE A JOUER

L'inactivité physique et la sédentarité sont des **facteurs de risque majeurs des maladies non transmissibles**.

Il est ainsi recommandé, pour la santé, de **pratiquer des activités physiques régulières** et de **limiter la sédentarité**.

En termes de santé publique, **il convient d'évaluer et de surveiller ces comportements**, afin d'agir au plus près des besoins de la population. (Source Santé Publique France)

POUR LA SANTE ET LE BIEN-ETRE DES SALARIES

99% des entrepreneurs* estiment que le bien-être des salariés est un enjeu important pour l'avenir de leur société.

62% des salariés* aimeraient que leur employeur leur donne la possibilité de **faire de l'exercice** en entreprise.

LA RESPONSABILITE SOCIETALE DES ENTREPRISES

Depuis le 1^{er} septembre 2017 : nouvelles obligations de reporting RSE des entreprises de plus de 500 salariés.

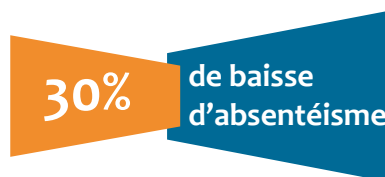
Depuis le 2 août 2021 : renforcement de la prévention dans la loi de Santé au Travail.

*Source : Le Comptoir MM

ACTIVITE PHYSIQUE & ENTREPRISE : UN DUO GAGNANT !

Préserver la santé des collaborateurs et des dirigeants est un élément essentiel de la **Qualité de Vie au Travail**.

Levier incontournable de compétitivité qui s'inscrit dans la démarche **RSE des entreprises**, les Activités Physiques et Sportives sont des vecteurs de **mieux-être au travail** et d'épanouissement personnel.



Source : Ayming Quantar TNS 2016



Source : Goodwill Management 2015

DES BENEFICES REELS TANT POUR LES COLLABORATEURS QUE POUR L'ENTREPRISE

- ✓ **Qualité du travail,**
- ✓ **Diminution de l'absentéisme,**
- ✓ **Augmentation de la motivation,**
- ✓ **Renforcement de la cohésion sociale,**
- ✓ **Amélioration de l'image interne et externe de l'entreprise.**



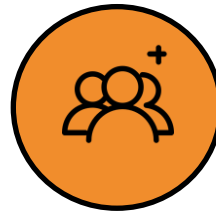
Bien-être



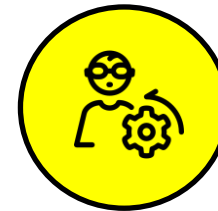
Bienfaits sur
la santé



Cohésion et
engagement



Meilleure
productivité



La **LIGUE d'ATHLÉTISME NOUVELLE-AQUITAINE**
et **L'INSTITUT des RENCONTRES de la FORME (IRFO)** :
acteurs atypiques de prévention santé



Notre mission

Agir ensemble pour des jeunes, des actifs et des seniors en forme.

La Ligue d'Athlétisme et L'IRFO (Institut des Rencontres de la Forme) agissent avec l'ensemble des parties prenantes pour inciter tous les citoyens, quel que soit leur âge, à **évoluer vers des comportements plus favorables à leur santé.**

En tant qu'acteurs **experts en matière de prévention santé, reconnu d'intérêt général**, nous donnons des clés de compréhension, d'analyse, et de perspective à ses parties prenantes (institutions et entreprises) afin de les aider à répondre aux enjeux sociétaux, environnementaux et humains de demain.

Pour cela, depuis plus de 14 ans :

- Nous développons **des outils d'évaluation** permettant de proposer des solutions concrètes en lien avec les démarches de prévention santé,
- Nous élaborons **des programmes d'accompagnement** adaptés aux publics ciblés et aux structures où ils sont déployés,
- La Ligue d'Athlétisme déploie des actions de prévention, de suivi et d'accompagnement auprès des jeunes, des actifs et des seniors **en Nouvelle-Aquitaine depuis 2009.**
- L'IRFO constitue, suit et **analyse l'état de forme des français** à travers **l'Observatoire de la Forme** et sa base de données nationale unique, auquel institutions et entreprises contribuent quand elles utilisent les outils et solutions au bénéfice de leurs publics



L'Observatoire de la Forme



Depuis plusieurs années, l'IRFO constitue, suit et analyse l'état de forme des français à travers un outil unique en son genre : l'**OBSERVATOIRE DE LA FORME®**.

- Créer en 2007, il constitue **une base de données nationale unique**
- Alimentée par les données récoltées auprès de plus de **220 000 personnes ayant effectué les tests d'évaluation de la forme** proposés la Ligue et d'autres acteurs partout en France.

L'Observatoire de la Forme® met en lumière des axes déterminants pour la prévention santé en dessinant **l'état de forme de la population** ; notamment :

- son état de forme physique (quotient de forme)
- son mode de vie
- sa forme émotionnelle

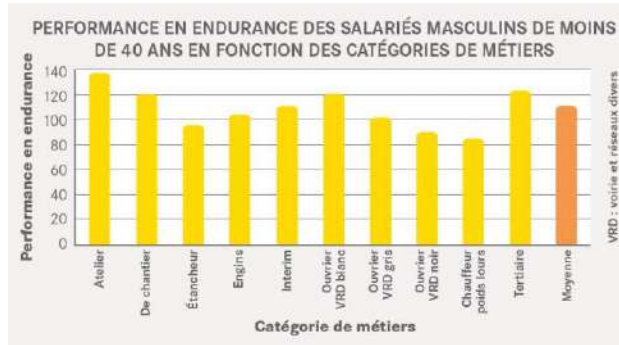


L'Observatoire de la Forme



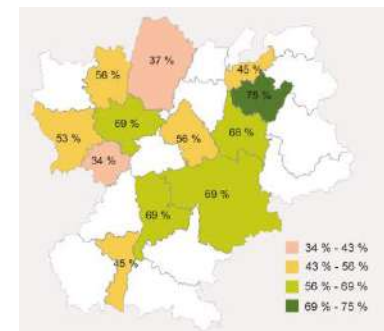
« L'Observatoire de la forme permet d'obtenir une photographie de la forme d'une population à l'instant T, ou même un suivi dans le temps »

Exemple : quotient de forme des filles par ville à 6 ans (Hauts-de-France)



Analyse précises par âge, genre, postes de travail des niveaux de forme
Exemple d'un groupe de 170 salariés d'une entreprise de travaux publics d'Ile-de-France.

Taux de lycéens licenciés sportifs (masculin) en Rhône-Alpes entre 2008 et 2013. Etude sur 68 établissements, soit 15 000 lycéens.



L'approche de la Ligue d'Athlétisme Nouvelle-Aquitaine

Une démarche résolument positive.

- Fondée sur les techniques **du marketing social**, notre approche se veut positive et proche des publics.
- Stratégie des « petits-pas », entretien du sentiment « d'auto-efficacité » montrant que chacun à son niveau est capable, transfert de compétence ou encore prise en compte de la dimension émotionnelle...
- La LANA définit **des stratégies motivationnelles** pour accompagner chacun à la rencontre de sa forme.



UNE OFFRE
dédiée au changement de comportement



**Acteur de prévention santé, pour l'intérêt général,
la LANA met ses connaissances, son expérience et son énergie
au service des entreprises et structures institutionnelles partout en Nouvelle-Aquitaine :**

- **à travers des DISPOSITIFS CONCRETS**

- > souples, faciles à mettre en œuvre
- > axés sur la forme, la qualité de vie au travail, la performance, le sport en entreprise, l'alimentation, le bien-être
- > adaptés à l'entreprise, à ses équipes et à ses environnements

- **utilisant des OUTILS INNOVANTS**

- > validés scientifiquement et qui s'adressent à tous
- > permettant une évaluation individuelle, interprétée graphiquement, de manière instantanée

- **animés par des équipes de PROFESSIONNELS**

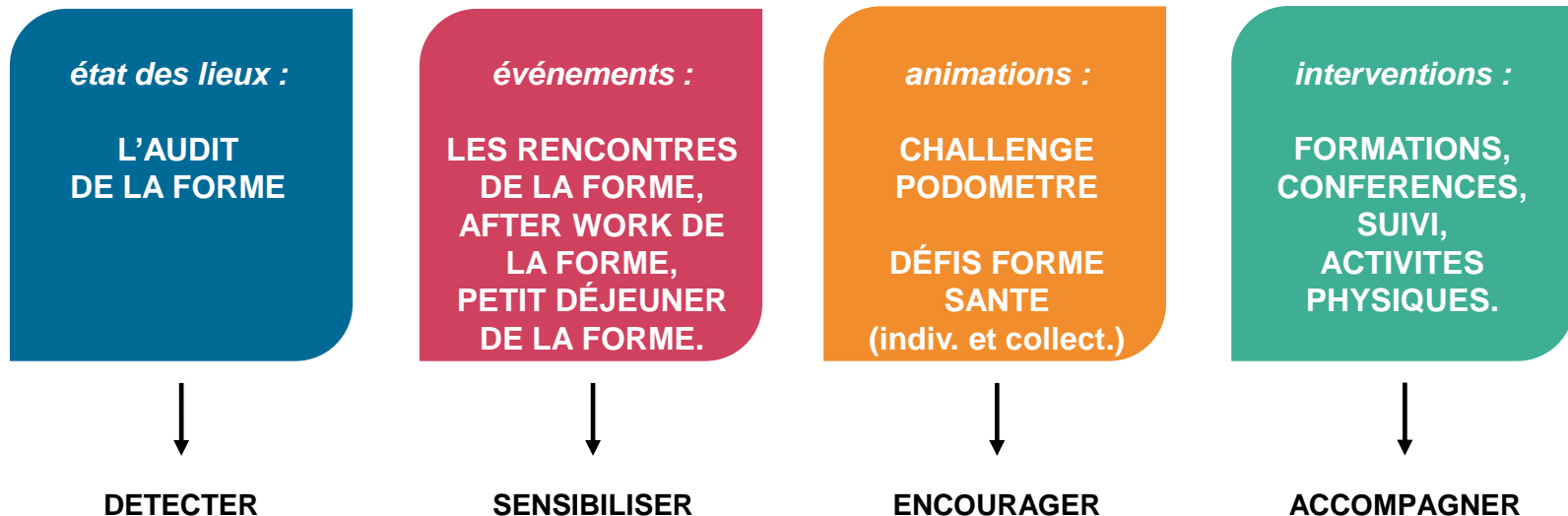
- > des professionnels expérimentés (issus du sport de haut niveau, médecins, sophrologues, chercheurs,...)
- > spécialistes des questions de QVT et RSE, de sport-santé, d'alimentation, de bien-être, de sommeil,...

DES ANIMATIONS MODULABLES ADAPTÉES A L'ENTREPRISE et AUX COLLECTIVITÉS !

Notre expérience et notre expertise nous permettent de mettre à la disposition de votre organisation **une offre innovante, personnalisable et durable**, qui vise l'optimisation de la forme, du bien-être au travail et de la performance de vos collaborateurs.

Nous privilégions une **approche pragmatique et collaborative**, empreinte d'efficacité et de dynamisme.

Via des dispositifs PERSONNALISABLES :





LES RENCONTRES DE LA FORME

SENSIBILISER LES SALARIÉS

VIA UNE JOURNÉE ÉVÉNEMENTIELLE

LES RENCONTRES DE LA FORME

Les Rencontres de la Forme©, un évènement de **mobilisation** convivial et fédérateur autour de la forme et du bien-être, **unique en France**.

Encadrés par des experts des métiers du sport-santé, de l'alimentation et du bien-être, les collaborateurs sont invités à :

1 PRENDRE CONSCIENCE DE LEUR NIVEAU DE FORME via nos outils de diagnostic :

- Tester leur forme physique sur les ateliers du **DIAGNOFORM**©
- Évaluer leur mode de vie à l'aide du questionnaire **DIAGNOLIFE**©
- Évaluer les manifestations du bien-être et outils de régulation via le **DIAGNOFEEL**©
- Évaluer leur profil alimentaire à l'aide du questionnaire **DIAGNOFOOD**©

2 COMPRENDRE et IDENTIFIER DES PISTES D'AMELIORATION :

- grâce aux conseils personnalisés des experts présents sur place

3 S'INITIER A DES ACTIVITES PRATIQUES :

- Activités physiques (marche active, marche nordique, running) et de postures (Pilates, gym ball, Nordic Yoga©,...)
- Pratiques de bien-être (sophrologie, méditation, yoga, cohérence cardiaque,...)
- Ateliers conseils alimentaires

+++ Evaluer la forme physique avec



Outil ludique validé scientifiquement, le **DIAGNOFORM**® mesure de manière précise et objective **les qualités physiques** qu'il est indispensable d'entretenir tout au long de la vie pour préserver son bien-être et sa santé durablement.

Une aide précieuse pour **savoir où l'on en est**, dans la bonne humeur, **sans culpabilisation**.



Salle de réunion,
entrepôts, extérieur...



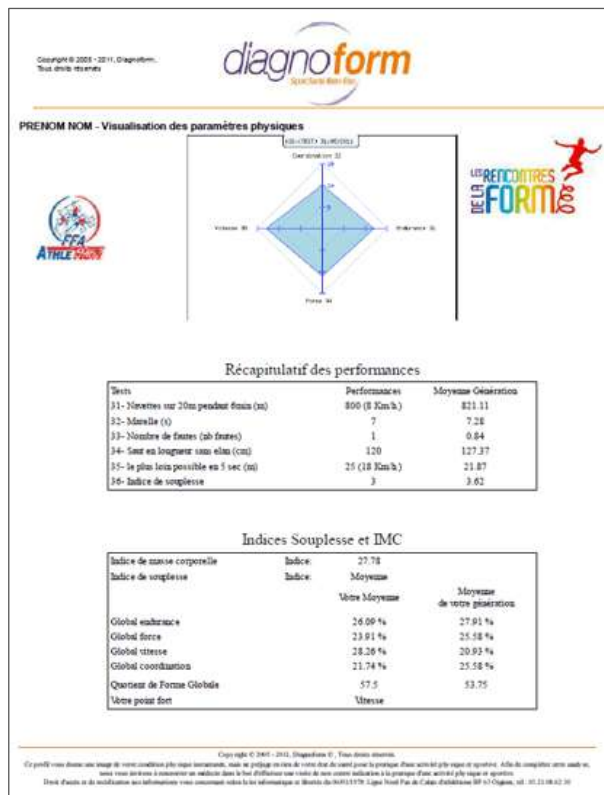
30 min / petits
groupes



5 ateliers : endurance, force, équilibre,
souplesse, coordination

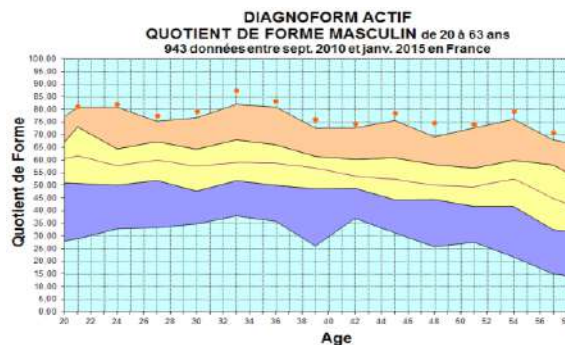
ANIMATIONS ET CONVIVIALITÉS





L'interprétation se fait de manière instantanée et graphique.

Les résultats individuels chiffrés obtenus en temps réel, fournissent des indicateurs précis pour chaque qualité physique, et permettent de se comparer avec des individus du même âge et de même genre.



Résultats imprimés et remis sur place

L'approche positive du **DIAGNOFORM**© - toujours encourager, ne jamais culpabiliser - permet une prise de conscience des participants, qui découvrent ainsi leurs atouts et les axes de progrès possibles.

Le bilan, totalement encadré par des experts du sport-santé, suscite ainsi l'élan positif vers plus d'activité au quotidien.

L'Observatoire de la Forme®

Via le **DIAGNOFORM**©, plus de **230 000 personnes** ont contribué à l'**Observatoire de la Forme**® depuis 2007.


L'Observatoire de la Forme® met en lumière des axes déterminants pour la prévention santé : l'état de forme de la population, son mode de vie global, son état émotionnel.


L'Observatoire de la Forme® se veut un outil d'aide à la décision des politiques de santé publique.


+++ Evaluer le mode de vie avec


Développé pendant 2 ans au cours d'un programme de Recherche-Action par des experts de chacune des thématiques abordées, ce questionnaire d'évaluation du mode de vie est **basé strictement sur les recommandations officielles** actuelles du PNNS et de l'OMS.

Il établit **une photo des habitudes de vie** des participants.

 Sur le stand, interprétation immédiate

 10 min / individuel

 Questionnaire sur tablette

 Résultats imprimés et remis sur place





Une série de **39 questions** élaborées par des scientifiques et administrées via un **questionnaire interactif**, aborde les thématiques suivantes :

- **Alimentation**
- **Sommeil**
- **Activité physique / Sédentarité**
- **Temps sur écran**
- **Niveau de forme / Santé**
- **Motivation au changement**

Pour chacun des paramètres, la **réponse** est automatiquement comparée aux recommandations du **PNNS** et de **l'OMS**.

Une **synthèse** permet à l'individu de tirer rapidement les enseignements sur **les axes de progrès** à suivre et les **points de vigilance** à surveiller.

+++ Evaluer le profil alimentaire avec

Faire le point et comprendre ses modes d'action vis à vis de l'alimentation en évaluant son « profil alimentaire », identifier des pistes d'amélioration en fonction des conseils fournis et apprendre les bases **d'une cuisine équilibrée** :

DIAGNOFOOD© est une aide précieuse pour **savoir où l'on en est**, de façon ludique.



Sur le stand,
interprétation
immédiate



5 min /
individuel

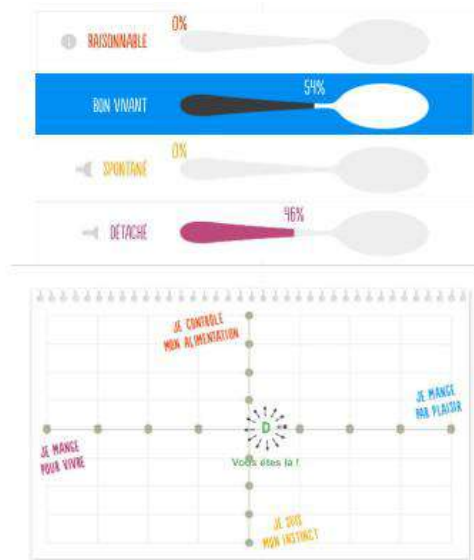


Questionnaire
sur tablette



Résultats imprimés
et remis sur place





L'interprétation se fait de manière instantanée sous forme d'infographie.

Les **résultats individuels** sont communiqués en temps réel, des conseils sont dispensés au participant en fonction de son profil : Bon vivant, Spontané, Raisonnable ou Détaché.

L'approche positive - *toujours encourager, ne jamais culpabiliser* - permet une prise de conscience des participants, qui découvrent ainsi leurs **atouts et les axes de progrès** possibles.

+++ Evaluer la gestion du bien-être avec



Apprendre à identifier et à réguler ses émotions, en s'appuyant sur des outils ou ressources intérieures ou extérieures, est **une aide précieuse** pour développer un meilleur niveau de forme, tant au travail que dans sa vie personnelle.

Le développement de ce questionnaire a été réalisé en collaboration avec l'Atelier SHERPAS (URePSS) de l'Université Artois, et avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé (ARS) Hauts-de-France.

Il s'inscrit dans le cadre de la thématique du **Bien-être au Travail**, répondant aux besoins des entreprises, et comporte deux dimensions :

- la mesure des manifestations du Bien-Etre
- la mesure des éléments de régulation du Bien-Etre



Sur le stand,
interprétation
immédiate



30 min /
individuel



Questionnaire
sur tablette



Résultats imprimés
et remis sur place



L'OFFRE FÉDÉRALE

**WORK
ATHLÉ**
BOUGEZ EN ENTREPRISE

The image consists of three vertical panels, each featuring a person in an office setting and a 'WORK ATHLÉ' logo at the top. Each panel includes a white double-headed arrow indicating a benefit.

- Panel 1 (Green background):** A man in a blue shirt and tie is jumping joyfully. Text: "DONNEZ À VOS SALARIÉS UNE LONGUEUR D'AVANCE!" and "L'activité athlétique procure de **5 à 7%** d'énergie sur vos démarches de travail".
- Panel 2 (Red background):** A woman in an orange jacket is sitting on a pink exercise ball. Text: "DONNEZ À VOS SALARIÉS UNE LONGUEUR D'AVANCE!" and "L'activité physique allonge de **3 ans** l'espérance de vie".
- Panel 3 (Blue background):** A man in a light blue t-shirt and red shorts is running. Text: "DONNEZ À VOS SALARIÉS UNE LONGUEUR D'AVANCE!" and "L'activité physique en entreprise améliore la productivité, le confort et la concentration **+ 6 à 9%**".

ATHLÉ
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

1

RENCONTRES DE LA FORME : QVT/RSE

✓ Ateliers proposés :

- 1 - **Diagnoform** : Tests des différentes qualités physiques : endurance, force, équilibre, souplesse et coordination
- 2 - **Diagnolife** : Evaluation du mode de vie par rapport aux recommandations officielles du PNNS et de l'OMS
- 3 - **Diagnofood** : Evaluation du « profil alimentaire »
- 4- **Diagnofeel** : Evaluation du bien-être et de la forme émotionnelle
- 5 - **Un atelier interprétation et conseils sur les diagnostics réalisés**
- 6- **Initiation/découverte d'activités physiques** : Athlé Fit, Running, Marche Active, Marche Nordique, Remise en Forme, Renforcement Musculaire, Stretching...

➤ **Public maximum par journée** : 150 à 200 personnes réparties sur l'ensemble de la journée



2 | PLAN DE PROGRES

A partir de l'analyse de l'existant et des attentes des collaborateurs, proposition d'un **plan de progrès** écrit, tridimensionnel sur les thématiques :



Activité physique – Alimentation & sommeil – Bien-être

La feuille de route tient compte de l'environnement.

Elle s'inscrit dans une intention de **pérennité** et de **proximité**.

Proposition écrite



3 | L'ACCOMPAGNEMENT COLLECTIF

- Des professionnels diplômés fédéraux et/ou des éducateurs sportifs (obligation d'être titulaire d'une carte professionnelle à jour)
- Pour un encadrement de qualité, un coach peut encadrer 20 personnes maximum par créneau.
- Pour les entreprises, il y a la possibilité de bénéficier d'une exonération des cotisations et des contributions sociales (*Voir décret n° 2021 – 680 du 28 mai 2021*)

Prestations d'un coach (environ 1h)	Activités
1 séance / semaine	Athlé Fit, Marche Active, Marche Nordique, Running, Remise en Forme, Renforcement Musculaire Stretching
2 séances / semaine	

UNE OFFRE ENTREPRISE PERSONNALISÉE



ATHLÉ FORME SANTÉ ENTREPRISE



POUR QUE VOS
COLLABORATEURS DEVIENNENT
ACTEUR DE LEUR PROPRE
FORME

La sédentarité

- Vous êtes sédentaire si vous passez 7h par jour assis à votre poste de travail.
- 47% des femmes et 29% des hommes sont physiquement inactifs (moins de 30min d'activité physique par jour).
- Parmi les Néo-Aquitains âgés de 18 ans et plus, 45 % ont un niveau d'activité faible, 36 % élevé.

Le rôle de l'entreprise pour la santé et le bien-être des collaborateurs

- 99% des entreprises déclarent que le bien-être des collaborateurs est un enjeu important pour l'entreprise.
- 58% d'entre elles déclarent ne pas avoir mis en place de mesures pour prévenir une dégradation de la qualité de vie.

Les bénéfices de l'activité physique

- Diminue les pathologies chroniques (cœur, poumons, diabète, cholestérol, ostéoporose et certains cancers).
- Améliore de la santé mentale et physique (anxiété et dépression).
- Renforce le système immunitaire.

Les progrès pour l'entreprise engagé en sport santé

- Améliore la productivité et la rentabilité.
- Renforce l'esprit d'équipe.
- Diminue l'absentéisme.
- Améliore l'image de l'entreprise.

*sources : ONAPS, PNAPS, OMS, Ministère de la Santé et de la Prévention, Gouvernement du Québec, ARS de Nouvelle-Aquitaine



LES RENCONTRES DE LA FORME

NOTRE SAVOIR FAIRE À VOTRE DISPOSITION

Etat des lieux, audit de la forme :

Cette action vise à accompagner l'entreprise dans la mise en place d'actions visant l'amélioration de la forme et du bien-être des collaborateurs. Trois étapes : analyse de l'existant, analyse qualitative online, plan de progression. Cette analyse sera réalisée par des experts professionnels « Forme Santé Bien-être » en entreprise.



Rencontres ou journée de la forme : évaluation de la forme, des habitudes de vie, du bien-être des collaborateurs.

Les "After Work de la Forme" : modèle réduit personnalisable d'une journée de la forme.

Les Petits déjeuners de la Forme : Petit déjeuner équilibré, conférence, intervention de diététicien/nutritionniste, outils de prévention (Diagnolife / Diagnofood).

Echauffements avant la prise de poste :

Favoriser la baisse des accidents au travail, protection des collaborateurs, améliorer l'attention et les capacités dès la prise de poste, développer des habitudes positives en formant des personnes relais dans l'entreprise.



Récupération après la prise de poste :

Régénération des collaborateurs, habitudes de vie préventives.



Formation Ambassadeurs de la Forme :

Deux niveaux de formation à destination des collaborateurs (acteur de la forme, personne relais au sein de l'entreprise), mise en place d'une stratégie forme et bien-être au sein de l'entreprise.

Dans le cadre RSE*/qualité de vie au travail :

La Ligue vous accompagne par un suivi de la forme, des activités physiques et du bien-être des collaborateurs de votre entreprise.



*RSE : Responsabilité Sociétale des Entreprises

UNE OFFRE ENTREPRISE PERSONNALISÉE

LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE ATHLETISME

LES OUTILS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

Comment rendre vos collaborateurs plus en forme ?

Les rencontres de la Forme : une réelle stratégie de Santé, axée sur le développement de la Forme et du Bien-être.

1 DIAGNOFORM*
C'est un ensemble de tests évaluant, de manière fiable et reproductible, les 5 grandes qualités physiques qu'il est indispensable d'entretenir tout au long de la vie pour préserver son bien-être et sa santé durablement.

Différents paramètres physique de la forme mesurés :

- Endurance
- Souplesse
- Force
- Coordination
- Vitesse

2 DIAGNOLIFE*
MODE DE VIE :
Une série de **39 questions** abordant les thématiques suivantes :

- Alimentation
- Sommeil
- Activité physique
- Niveau de forme / Santé
- Motivation au changement

3 DIAGNOFEEL*
BIEN ETRE/ FORME EMOTIONNELLE :
Mesure de la cohérence cardiaque, aide d'outils à la gestion des émotions.
Chaque questionnaire comporte deux dimensions :

- La mesure des manifestations du Bien-être
- La mesure des éléments de régulation du Bien-être

Nos activités :

RUNNING FORME ET SANTÉ :
Destiné au public débutant souhaitant se remettre en forme (pratique sécurisée, encadrée, avec conseils d'experts).

MARCHE NORDIQUE :
Pratique de marche dynamique en pleine nature accessible au plus grand nombre. Elle procure de nombreux bienfaits pour la santé et contribue au bien-être.

ATHLÉ FIT :
Nouvelle pratique fun et moderne, inspirée de la préparation physique générale du décathlon... (public actif)

REMISE EN FORME :
Activité physique douce, progressive et adaptée sollicitant l'ensemble du corps.

MARCHE ACTIVE :
Accessible à tous et partout.

Interprétation graphique et instantanée des résultats

Soutenu et validé scientifiquement par l'IRMES*

*IRMES : L'Institut de Recherche Bio Médical et d'Epidémiologie

LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE ATHLETISME

NOS OFFRES "WORK ATHLÉ"

PACK DÉCOUVERTE

ÉVALUATION	INITIATION
<ul style="list-style-type: none"> Diagnoform Diagnofood Diagnolife 	<ul style="list-style-type: none"> Marche nordique Renforcement musculaire Posture

Le Pack Découverte valorise votre campagne de prévention santé au travail. Il favorise la prise de conscience des collaborateurs et contribue ainsi à l'amélioration de leurs modes de vie.

PACK FORME ET BIEN-ÊTRE

ÉVALUATION	PRATIQUES
<ul style="list-style-type: none"> Tests d'évaluation de la condition physique Évaluation de la progression : <ul style="list-style-type: none"> 3 mois : 1 test 6 mois : 2 tests 12 mois : 3 tests 	<ul style="list-style-type: none"> Marche nordique Remise en forme Condition physique Posture Santé Running

Le Pack Forme et Bien-être valorise votre politique sur la "Qualité de Vie au Travail", il apporte une vraie solution, clés en main, pour améliorer la santé et le bien-être de vos collaborateurs et renforcer les liens sociaux, la cohésion et la motivation en entreprise.

PACK ATHLÉ PREMIUM

RUNNING	OPTIONS EXCLUSIVES
<ul style="list-style-type: none"> Test YMA Échauffement Technique de course Fractionné Condition physique Préparation aux événements 	<ul style="list-style-type: none"> Opération avec un ambassadeur / ancien sportif de haut niveau Invitations pour les Championnats d'Europe d'Athlétisme Équipe pour la MAIF Eliden de Paris Abonnement Pass l'aine Course

Le Pack Athlé Premium valorise l'image et l'attractivité de votre entreprise, aussi bien en interne qu'en externe. Il apporte une solution efficace pour booster la cohésion, la motivation, la performance et la compétitivité au sein de votre entreprise.

VOUS SOUHAITEZ ALLER PLUS LOIN ET DEVENIR UN CLUB D'ENTREPRISE AFFILIÉ À LA FFA?

LES AVANTAGES DE L'AFFILIATION À LA FFA

Un sentiment d'appartenance :

- A une éthique : l'athlétisme est le 1er sport olympique.
- Au partage des valeurs communes (loyauté, courage, combativité, rigueur, respect, dépassement de soi,...)
- A un réseau par une représentativité au niveau départemental, régional, national et international.

L'intégration à la vie sportive fédérale :

- Donne l'accès aux compétitions officielles et championnats (départementaux, régionaux, nationaux) organisés par la Fédération.
- Permet d'avoir un classement individuel et/ou par équipe.

Un développement et projet de club.
Un accompagnement adapté.

Nos partenaires

CONTACT :
 ✉ athleformesante@athlelana.fr
 ☎ 07.60.89.00.40

UNE OFFRE COLLECTIVITÉ PERSONNALISÉE



ATHLÉ

SANTÉ

FORME

COLLECTIVITÉ

POUR
UN TERRITOIRE
EN FORME

La sédentarité

- La durée moyenne de sédentarité est de 7 h/j pour les adultes (en position assise).
- 47% des femmes et 29% des hommes sont physiquement inactifs (moins de 30min d'activité physique par jour).
- La sédentarité est "responsable d'environ 3,5% des maladies et près de 10% des décès dans la région européenne".
- Parmi les Néo-Aquitains âgés de 18 ans et plus, 45 % ont un niveau d'activité faible, 36 % élevé.

L'enjeu de la collectivité en matière de santé et de bien-être de la population

- Besoin d'accompagnement.
- Préviens des risques liés à la sédentarité.
- Lutte contre les comportements sédentaires et les inégalités sociales de santé.
- Favorise la santé au travail et environnementale.
- Favorise l'autonomie des plus âgés et l'éducation à la santé par les activités physiques et sportives dès le plus jeune âge.

Les bénéfices de l'activité physique

- Diminue les risques de pathologies chroniques (cœur, poumons, diabète, cholestérol, ostéoporose et certains cancers).
- Améliore de la santé mentale, physique (anxiété et dépression) et des relations sociales.
- Renforce le système immunitaire.
- Améliore de la qualité et quantité du sommeil.
- Augmente la productivité.

Les progrès pour la collectivité

- Améliore la qualité de vie au travail, la forme et du bien-être des collaborateurs.
- Améliore le niveau de forme et la participation des jeunes aux activités locales.
- Prévenir et maintenir l'autonomie des personnes âgées.
- Améliore la forme, le bien-être et l'espérance de vie de la population.

*sources : ONAPS, OMS, Ministère de la Santé et de la Prévention, Gouvernement du Québec, ARS de Nouvelle-Aquitaine



NOTRE SAVOIR FAIRE À VOTRE DISPOSITION

LES JEUNES:

Audit et suivi de la Forme®.

Ceux-ci se font grâce au Diagnoform® KID permettant l'évaluation du niveau de forme des enfants sous forme d'événements ludiques. Sensibilisation des encadrants du périscolaire à la prévention en santé, organisation d'un suivi des élèves. Développement des conventions : une école/un club/une collectivité. Chemins de la Forme: aménagement des cours d'écoles.



LES SÉNIORS:

Audit et suivi de la Forme®.

Ceux-ci se font grâce au Diagnoform® Santé permettant un bilan de forme physique fiable. Il s'agit de 9 tests adaptés aux personnes de plus de 60 ans, et/ou hyper-sédentaires, et/ou atteintes d'une pathologie.

Les petits déjeuners de la Forme®.

Petits déjeuners équilibrés, conférences sur les effets du vieillissement/ les bienfaits de l'activité physique, tests de forme et découverte d'activités.



LES AGENTS:

Audit et suivi de la Forme & Bien-être®.

Accompagnement dans la démarche de la qualité de vie au travail des collaborateurs : évaluation de la forme physique, des habitudes de vie et du bien-être.

Formations / accompagnements.

Formations d'Ambassadeurs de la Forme® (relais au sein d'une structure), échauffements (avant la prise de poste), bien-être au travail, récupération après la prise de poste.



GRAND PUBLIC:

Journée ou Rencontre de la Forme® pour tous.

Au cours d'une journée festive, d'un forum sur la thématique de la santé ou lors d'un événement dédié, la Ligue d'Athlétisme accompagne les collectivités territoriales pour inviter chacun à prendre conscience de son état de forme et de ses habitudes de vie.



SANTÉ ET MÉDICAL:

Audit de la Forme® en EHPAD, en centre de soins.

Parcours adaptés aux pathologies des patients permettant de les remettre en mouvement au plus vite.

Les médecins traitants peuvent désormais prescrire des activités physiques adaptées aux patients atteints d'Affections de Longue Durée (ALD).

La Ligue d'Athlétisme, ses Comités et ses Clubs participent au dispositif de Prescription d'Exercice Physique pour la Santé (PEPS) de Nouvelle-Aquitaine.



UNE OFFRE COLLECTIVITÉ PERSONNALISÉE



LES OUTILS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

Comment répondre aux collectivités impliquées ?

Les rencontres de la Forme : une réelle stratégie de santé, axée sur le développement de la Forme et du Bien-être.



1 DIAGNOFORM*



C'est un ensemble de tests évaluant, de manière fiable et reproductible, les 5 grandes qualités physiques qu'il est indispensable d'entretenir tout au long de la vie pour préserver son bien-être et sa santé durablement.

Différents paramètres physique de la forme mesurés :

Endurance Force Coordination
Souplesse Vitesse

5 à 10 ans	10 à 25 ans	20 à 65 ans	+60ans
Diagnoform® «Kid»	Diagnoform® «Tonic»	Diagnoform® «Actifs»	Diagnoform® «Santé»
30'	45'	45'	45'
3 exercices	3 exercices	3 exercices	3 exercices
Pour qui ? Les collectivités, les établissements scolaires et universitaires, les clubs sportifs, associations.	Pour qui ? Les collectivités, les établissements scolaires et universitaires, les clubs sportifs, associations.	Pour qui ? Les collectivités, les entreprises et toutes les structures souhaitant mener des actions vers le grand public.	Pour qui ? Adapté aux personnes très sédentaires, ou présentant un profil pathologique. Il peut être mis en place en entreprise et dans les structures de santé.

2 DIAGNOLIFE*

MODE DE VIE: DIAGNOLIFE®

Une série de 39 questions abordant les thématiques suivantes :

- Alimentation
- Sommeil
- Activité physique
- Niveau de forme / Santé
- Motivation au changement

Interprétation graphique et instantanée des résultats. Soutenu et validé scientifiquement par l'IRMES*.

*IRMES : L'Institut de Recherche Bio Médical et d'Epidémiologie

3 DIAGNOFEEL*



BIEN ETRE/ FORME EMOTIONNELLE :

Mesure de la cohérence cardiaque et aide d'outils à la gestion des émotions.

Chaque questionnaire comporte deux dimensions :

- La mesure des manifestations du Bien-Etre.
- La mesure des éléments de régulation du Bien-Etre.



NOS ACTIVITÉS

RUNNING FORME ET SANTÉ :

Destiné au public débutant souhaitant se remettre en forme (pratique sécurisée, encadrée avec conseils d'experts).



ATHLÉ FIT :

Nouvelle pratique fun et moderne, inspirée de la préparation physique générale du décathlon... (public actif)



MARCHE NORDIQUE :

Pratique de marche dynamique en pleine nature accessible au plus grand nombre. Elle procure de nombreux bienfaits pour la santé et contribue au bien-être.



REMISE EN FORME :

Activité physique douce, progressive adaptée sollicitant l'ensemble du corps.



MARCHE ACTIVE :

Accessible à tous et partout.



NOS SOLUTIONS D'AMÉNAGEMENT

Un'vert trail :



Un'vert Trail propose une multitude de parcours sur l'ensemble de la Région pour une découverte de l'activité et de l'aménagement du territoire local.

Les Chemins de la Forme*

Les Chemins de la Forme* sont un élément de réponse très concret aux attentes de notre société sur les sujets de prévention santé, de développement durable et de cohésion sociale. Pour tous, de l'école à l'EHPAD.



Vous n'avez pas encore de club sur votre territoire ? La Ligue vous accompagne

POURQUOI ?

- Répondre à un besoin local en matière d'activités athlétiques.
- Répondre aux enjeux sociaux, sociétaux et d'éducation à la santé.
- Encourager le développement et la promotion des activités Athlé Forme Santé.
- Encourager l'animation et l'aménagement de l'espace public dans un souci de développement durable.

COMMENT ?

- Une équipe de salariés à votre service :
- Lors des démarches administratives.
- Pour la structuration du club (formation).
- Pour le développement de l'offre d'activité.

Nos partenaires



CONTACT :



athleformesante@athlelana.fr



07.60.89.00.40

ILS NOUS FONT CONFIANCE....

cdiscount



Saipol

sanofi



KEDGE
BUSINESS SCHOOL



CESI
ÉCOLE D'INGÉNIEURS



Direction de
la protection judiciaire
de la jeunesse



UNSS
ACADÉMIE
BORDEAUX
64
PYRÉNÉES ATLANTIQUES
(BEARN SOULE)





ATHLÉ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

Docteur Martine Prévost

Vice-Présidente FFA et LANA en charge de l'Athlé Forme Santé

ma.prevast@wanadoo.fr

Fédération Française d'Athlétisme

Thibault DESCHAMPS

Conseiller Technique Sportif Athlétisme

Référent National Forme Santé Entreprise

Pôle Pratiques Sportives Tout au Long de La Vie

thibault.deschamps@athle.fr

Ligue d'Athlétisme Nouvelle-Aquitaine

Paul Nieto

Chargé de mission Athlé Forme Santé

athleformesante@athlelana.fr

07.60.89.00.40



4ème COLLOQUE RÉGIONAL
SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE

Table ronde

Activité physique et sportive en milieu professionnel



SYLVIE NOTARY
Responsable projets innovation
EDF Commerce Sud-Ouest
Membre de l'Equipe 24

EDF Partenaire majeur du sport français depuis 30 ans

4 partenariats



Fédération Française
de Canoë Kayak 32 ans



Fédération Française
de Natation 18 ans



Fédération Française
Handisport 31 ans



Fédération Française
de Football 9 ans



Le Team EDF

- Un collectif de 34 athlètes de haut niveau, à parité homme-femme ; 28 disciplines olympiques et paralympiques
- Incarnation des valeurs et des engagements environnementaux et sociétaux du Groupe
- Ambassadeurs de la marque sur les réseaux sociaux et événements internes / externes
- 3 athlètes salariés EDF

EDF est Partenaire de Paris 2024

Un engagement
historique dans le sport

Un défi environnemental
& sociétal en lien avec
notre raison d'être

Un atout dans
la bataille commerciale

Un levier d'engagement
et de fierté des salariés



Devenons l'énergie qui change tout.

AUX JEUX DE PARIS 2024, EDF VISE LE PLUS PETIT RECORD DU MONDE.

Partenaire Paralympique et Olympique, EDF soutient les Jeux de Paris 2024 dans leur objectif d'avoir le plus petit impact possible sur le climat.

A high jumper in a red singlet is captured mid-air, performing a Fosbury Flop over a bar. The background is a clear, bright blue sky.

© EDF 2024

Le sport comme levier d'inclusion

ENJEUX D'AVENIR 2024



1, 2, 3, Nagez !

- Un soutien à l'apprentissage de la nage à travers ce programme : 100 000 jeunes formés d'ici 2024
- Association de ces événements à des temps forts de la Fédération Française de Natation
- Accompagnement de l'installation de bassins éphémères dans des zones prioritaires



Un champion dans mon école

- Changer le regard des jeunes sur le handicap
- Des échanges avec des athlètes paralympiques du Team EDF, la découverte des parasports avec des ateliers de pratique sportive
- Elargissement de l'opération aux lycées et aux grandes écoles, en plus du primaire et des collèges
- Déjà 10 000 jeunes sensibilisés



Le soutien des Jeux Paralympiques

- Partenariat renforcé avec les Jeux Paralympiques pour une visibilité mondiale de la marque EDF au sein des sites d'épreuves
- Principe d'équité entre Jeux Olympiques et Paralympiques (hospitalité, événements, publicité ...)



Insertion professionnelle

- Identifier des candidats sur des métiers en tension et renouer avec un public éloigné du marché de l'emploi au travers des opérations « du stade vers l'emploi » et Pass'Sport pour l'Emploi



EDF, depuis plus de 30 ans, a démontré [son engagement dans le sport](#) par divers partenariats avec des fédérations sportives, par le sponsoring de nombreux athlètes, de nombreux dispositifs visent à associer les salariés.

Aujourd'hui, forte de sa connaissance et de son soutien au milieu du sport, [l'entreprise souhaite](#) véhiculer et partager en interne, avec les salariés, les moments de célébration de compétitions, les moments de partage d'une activité physique entre collègues pour [intégrer pleinement les dimensions de bien-être](#) et de [prise en compte de la santé de chacun](#). Ainsi, le [développement de la pratique sportive pour les salariés du Groupe EDF est un programme avec une durée temporelle qui dépasse la date limite de ce partenariat fin décembre 2024](#).

Il s'agit ici de saisir [l'opportunité du partenariat EDF-Paris 2024 pour construire et pérenniser un programme de développement de la pratique sportive des salariés](#). Ce programme comporte une multitude de projets, qui dès 2022 ont été instaurés, développés jusqu'à l'échéance des Jeux de Paris 2024 puis poursuivis après pour que cette dimension sport reste et s'ancre dans la culture d'entreprise d'EDF.

Ce programme se veut progressif et à la carte, l'objectif étant de permettre à chacun de se mettre au sport ou de développer sa pratique.

Par le premier échelon, est entendu le fait d'inciter les personnes les plus éloignées de la pratique d'un sport et les personnes en situation de handicap à en essayer un pour en découvrir les bienfaits.

Ensuite, « développer la pratique sportive ». Cet échelon, montre qu'ici il ne s'agit plus uniquement de sport/santé mais bien de faire du sport de manière régulière. Ici, les personnes déjà sportives mais souhaitant intégrer davantage de créneaux dans leur semaine, par exemple, sont donc concernées.

Mobilisation des salarié(e)s autour de l'événement LA PARISIENNE le 10 Septembre 2023



2^{ème} table ronde et temps d'échanges

Héritage rugby Coupe du Monde 2023 et rugby entreprise

Intervenants :

- **Paul COUET-LANNES**, Directeur des sites – **France 2023**
- **Andre COUP et Léo JOUFFREAU**, Responsable du Comité d'Evaluation et Coordinateur France 2023 / Chargé de développement territorial - **Ligue de Rugby Nouvelle-Aquitaine**



Projet de Ligue France 2023

**Focus Rugby-Santé &
Rugby-Entreprise**

Projet de Ligue

- Contexte :
 - Coupe du Monde de Rugby 2023 du 08 Septembre au 28 Octobre 2023
 - Profiter de l'effet « coupe du monde »
 - **Préparer le rugby régional à l'impact positif attendu**



Projet de Ligue

- 3 axes de développement définis :



- **Scolaire** : poursuivre les efforts du rugby à l'école + rapprocher les clubs du milieu scolaire et universitaire

Projet de Ligue

- 3 axes de développement définis :



- **Scolaire** : poursuivre les efforts du rugby à l'école + rapprocher les clubs du milieu scolaire et universitaire
- **Santé** : rugby comme outil pour la santé + soutien aux sections santé des clubs

Projet de Ligue

- 3 axes de développement définis :



- **Scolaire** : poursuivre les efforts du rugby à l'école + rapprocher les clubs du milieu scolaire et universitaire
- **Santé** : rugby comme outil pour la santé + soutien aux sections santé des clubs
- **Entreprise** : emploi & nouveau public

Mon Club - Mon Entreprise

4 objectifs - 3 Actions

Mon Club - Mon Entreprise

4 objectifs - 3 Actions

Soutenir le développement de club autour
des nouveaux enjeux (digital, partenariat,
employabilité des membres)



Application globale du club

Mon Club - Mon Entreprise

4 objectifs - 3 Actions

Soutenir le développement de club autour
des nouveaux enjeux (digital, partenariat,
employabilité des membres)



Application globale du club

Accompagner la **création d'emplois** dans les
clubs



Soutien du Dispositif DRAJES
(financier) et de PSL (administratif)

Mon Club - Mon Entreprise

4 objectifs - 3 Actions

Soutenir le développement de club autour
des nouveaux enjeux (digital, partenariat,
employabilité des membres)



Application globale du club

Accompagner la **création d'emplois** dans les
clubs



Soutien du Dispositif DRAJES
(financier) et de PSL (administratif)

Rapprocher les **entreprises du rugby**
amateur



Coupe du Monde des Entreprises

Utiliser le rugby comme **outil pour le bien-
être et la santé**

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Intérêt pour l'Entreprise :
 - **Team Building**
 - Transmission des **valeurs** (sportives et associatives) aux collaborateurs

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Intérêt pour l'Entreprise :
 - **Team Building**
 - Transmission des **valeurs** (sportives et associatives) aux collaborateurs
- Intérêt pour les collaborateurs :
 - **Santé & Bien-être**
 - **Intégration** dans l'entreprise
 - Pratique sportive **accessible**

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Les salariés a 100% demandeurs/à l'origine de l'activité physique au travail
 - **Réelle demande des collaborateurs**

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Les salariés a 100% demandeur/à l'origine de l'activité physique au travail
 - **Réelle demande des collaborateurs**
- 66% des entreprises définissent un budget pour la pratique sportive d'entreprise

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Les salariés a 100% demandeur/à l'origine de l'activité physique au travail
 - **Réelle demande des collaborateurs**
- 66% des entreprises définissent un budget pour la pratique sportive d'entreprise
- Créneaux les plus adaptés :
 - **Jeudi & Vendredi soir**
 - **Samedi**

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux entreprises

Engagées dans un tournoi local

- Les principaux freins de l'entreprise :
 - **Installations sportives**
 - **Risques de blessures**
 - **Intérêt des salariés**

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux clubs

Comprendre le Rugby-Entreprise

Questionnaire aux clubs

- Les objectifs du club :
 - Développer et fidéliser **le partenariat**
 - Accroître **l'attractivité et l'implantation locale**
 - Mettre en oeuvre un **projet bien-être / santé**
- Les principaux freins du club :
 - **Installations sportives**
 - **Sensation de manque d'intérêt** et de disponibilité des entreprises

Coupe du Monde des Entreprises

- Public Cible : toutes les entreprises
 - Grandes : nouer des relations avec la Ligue
 - Moyennes & Petites : le rapprocher des clubs locaux



Coupe du Monde des Entreprises

- Public Cible : toutes les entreprises
 - Grandes : nouer des relations avec la Ligue
 - Moyennes & Petites : le rapprocher des clubs locaux



- Pratique : Rugby à 5
 - Sans contact
 - Ludique (jeu de mouvement)
 - Accessible & mixte (jeu à toucher, 5 joueurs, mixité des genres et des âges)

RUGBY
5
UN RUGBY
POUR TOUS !

Coupe du Monde des Entreprises

Coupe du Monde des Entreprises

→ Team Building



Coupe du Monde des Entreprises

→ Team Building

→ Santé et Bien-être



RUGBY SANTÉ

Coupe du Monde des Entreprises

→ Team Building

→ Santé et Bien-être

→ Convivialité



RUGBY SANTÉ



Coupe du Monde des Entreprises

- Format :
 - Après-midi tournoi (calqué sur le format Coupe du Monde)
 - Présentation de la Ligue
 - Apéritif dinatoire devant la 1ère Demie-Finale

2^{ème} table ronde et temps d'échanges

Éclairage particulier sur différents publics éloignés de l'activité physique et sportive

Intervenants :

- Francis CARRÉ, Co-président - ***Drop De Béton***
- Jeff PUECH, Directeur général - ***OVALE Citoyen groupe SOS***
- Vicky MONTEGU, Coordinatrice et Enseignante en APA - ***Maison Sport Santé du CH d'Arcachon***
- Eric MEYER, Vice-président - ***SAM Omnisports de Lesparre***
- Celia HELION, Vice-présidente en charge de la jeunesse et des sports - ***Département de la Charente***



COLLOQUE SPORT SANTE BIEN ETRE

19 Septembre 2023

LE SPORT SANTE CHEZ DROP DE BETON

Les bienfaits du sport sur la santé sont largement partagés mais dans l'application concrète de ce précepte dans ses projets et ses actions , Drop de Béton s 'efforce de répondre à deux questions :

1°/ Comment atteindre efficacement sur ce thème des publics qui n'éprouvent ni conscience ni motivation ?

2°/ Comment des pratiques sportives adaptées (du rugby chez DDB) peuvent répondre à des besoins de santé spécifiques ?

LE SPORT SANTE CHEZ DROP DE BETON

Pour la première question, les principes fondamentaux sont :

- Etre présents sur les lieux de vie (de proximité, de durée et de confiance)
- S'appuyer sur l'attraction du jeu pour initier les pratiques : la notion de plaisir immédiat
- Aboutir à des cycles (au moins une dizaine de séances) et éviter les actions ponctuelles même si elles paraissent convaincantes
- Pratiquer dans une approche globale permettant de développer plusieurs dimensions dans un climat de confiance :
Bien être /santé/nutrition/confiance en soi/sentiment de progresser

EXEMPLES : les actions dans les quartiers en coopération avec les centres sociaux et les bailleurs sociaux.

LE SPORT SANTE CHEZ DROP DE BETON

Pour la deuxième question :

C'est la santé physique et l'équilibre psychologique qui sont visés par des pratiques adaptées définies avec le corps médical et des éducateurs spécialisés :

- Cas du Rugby Fauteuil pour les tétraplégiques via une équipe pratiquant en compétition
- Cycles conçus en milieu hospitalier avec des représentants du personnel soignant (Programmé RUBIES destiné aux femmes atteintes d'un cancer).



@CROSNAq #CROSNA - Colloque régional SSBE - 19 septembre 2023



Le rôle des Maisons Sport Santé

Vicky MONTEGU – Coordinatrice et Enseignante en Activité Physique Adaptée (APA)

Maison Sport Santé du Centre Hospitalier d'Arcachon

05 57 52 95 75 / maison.sportsante@ch-arcachon.fr

Qu'est ce qu'une Maison Sport Santé (MSS) ?

- ✓ Dispositif national pour lutter contre les inégalités sociales et les inégalités d'accès au sport (2019).
Reconnu en 2022 dans le code de la Santé Publique
- ✓ Attribution du label suite à une réponse à un Appel à Projets.
En Janvier 2024 deviendra une habilitation à renouveler tous les 5 ans (décret du 8 mars 2023).
- ✓ Structures porteuses des MSS peuvent avoir des statuts juridiques diversifiés (collectivité, association, établissement de santé, etc.)
- ✓ Le personnel de la MSS est diversifié (sport, santé, social, etc.) → Favoriser le travail en réseau.



Comment les MSS peuvent accompagner ?

Le décret du 8 mars 2023 établi un nouveau cadre d'intervention pour toutes les MSS à compter du 1^{er} Janvier 2024

Missions

- ✓ Accueillir, informer et orienter le public concernant la pratique d'activité physique (AP)
 - Accueillir tous publics
 - Informer / sensibiliser sur les bienfaits d'une pratique d'AP sur la santé
 - Assurer des bilans d'Activité Physique Adaptée (APA) (entretien motivationnel, bilan de condition physique, orientation, etc)
 - Orienter vers les actions Sport-Santé et/ou vers des professionnels en fonction des besoins
 - Réaliser un suivi des pratiques des bénéficiaires

- ✓ Travailler et aider à la mise en réseau des différents acteurs (santé, social, activité physique).

- ✓ Proposer des formations aux professionnels

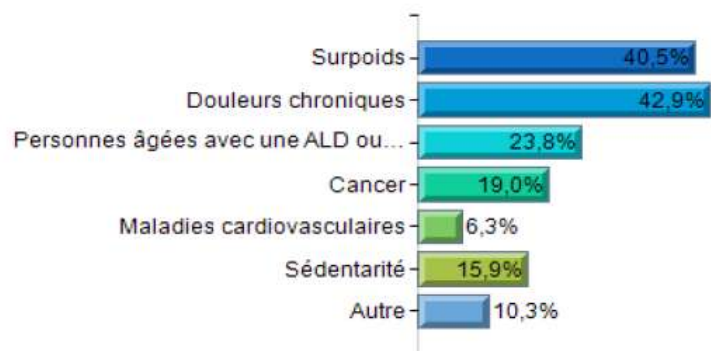
→ Un rôle à jouer pour aider les publics éloignés de la pratique d'une AP

Quelques chiffres de la MSS du CH d'Arcachon

- 573 MSS labélisés en 2023 sur le territoire français
 - dont 62 en Nouvelle Aquitaine
- Labélisation de la MSS du CH d'Arcachon en 2021
 - Nos actions
 - Nombre bénéficiaires suivis depuis la labélisation MSS : 419
 - Nombre d'associations et structures partenaires Sport-Santé : 69
 - Suivi annuel des bénéficiaires réalisé en 2022 (sur 2 ans) : 126 personnes ont répondu au questionnaire

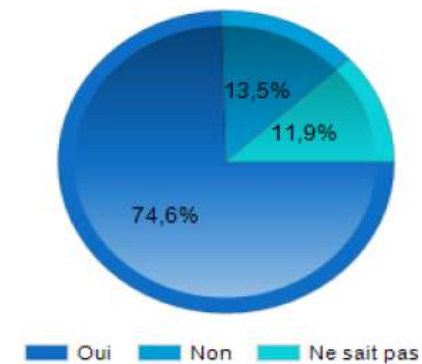
4. Pour quelle(s) problématique(s) de santé avez-vous bénéficié de la Maison Sport Santé?

Taux de réponse : 100,0%



6. Trouvez-vous que votre état de santé général s'est amélioré suite à la mise en place d'une activité physique?

Taux de réponse : 100,0%



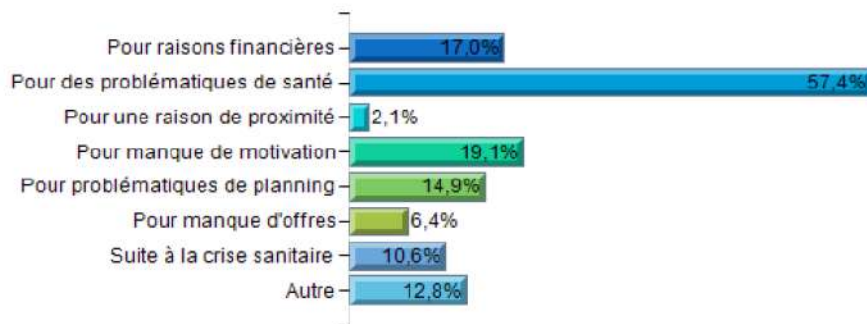
7. Suite à l'accompagnement de la Maison Sport Santé, pratiquez-vous une activité physique régulière ?

Taux de réponse : **100,0%**



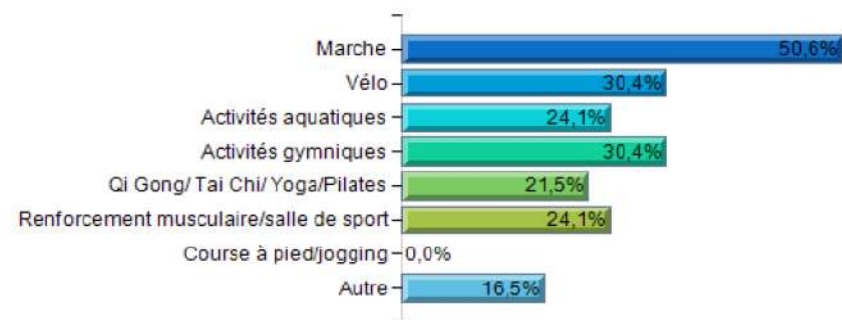
8. Pourquoi ne pratiquez-vous pas d'activité physique ?

Taux de réponse : **100,0%**



10. Quelles activités physiques pratiquez-vous ?

Taux de réponse : **100,0%**



Merci pour votre attention !



Vicky MONTEGU

05 57 52 95 75

maison.sportsante@ch-arcachon.fr

Colloque régional sport santé bien-être

19 septembre 2023

**La Charente,
labélisée Terre de jeux 2024
depuis mars 2020**

**Passage de la Flamme olympique,
le 24 mai 2024**



UNE AMBITION : METTRE PLUS DE SPORT DANS LE QUOTIDIEN DES FRANÇAIS

**PLUS DE SPORT POUR
L'ÉDUCATION, LA SANTÉ,
L'INCLUSION.**

Plus de sport **durable
et responsable.**

Plus de sport **accessible
à tous**, sans distinction d'âge,
de genre, de lieu de résidence,
d'orientation sexuelle, d'origine
ou de condition physique.

Plus de sport **pour vivre
des émotions uniques.**



TROIS OBJECTIFS À ATTEINDRE ENSEMBLE

Une célébration ouverte,
pour faire vivre à tous
les émotions du sport
et des Jeux.

Un héritage durable,
pour changer le quotidien
des Français grâce au sport.

Un engagement inédit,
pour donner au plus grand
nombre la chance de vivre
l'aventure des Jeux,
dès maintenant, partout
en France.



TERRE DE JEUX 2024

CHANGER LE QUOTIDIEN DES FRANÇAIS GRÂCE AU SPORT

DEVENIR TERRE DE JEUX 2024, C'EST :

Favoriser la découverte du sport et de ses valeurs à l'occasion de la Journée Olympique, célébrée mondialement le 23 juin.

Soutenir l'éducation par le sport à l'occasion de la Semaine Olympique et Paralympique dans les établissements scolaires.

Promouvoir la pratique sportive auprès des agents de votre collectivité.

EXEMPLES

Organiser une épreuve sportive mixte et intergénérationnelle à l'occasion de la Journée Olympique.

Faire découvrir des sports paralympiques aux élèves des écoles de votre territoire.

Organiser des séances de sport pour faire découvrir une discipline aux agents de votre collectivité.

AMBASSADRICES AMBASSADEURS

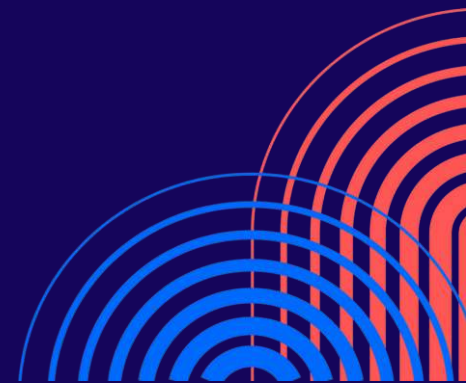
Dispositif « PEC »
Parcours Emploi Compétences
Contrat 30h hebdo

*Allocataires du RSA – Financé à 80%, reste à charge 5 400 €/an
ou*

*Jeunes adultes issus de l'ASE – Financé à 95%,
reste à charge 2 800 €/an*

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

20
**TERRE
DE JEUX**
24



En appui du référent TDJ



Mis à disposition par PSL16

Profession Sport & Loisirs Charente



Encadrés par :

- Un coordinateur départemental - *Lilian PIERRE (CDOS)*
- Atout Charente emploi (*Département*)



- **Être un relai** entre leur collectivité, les clubs et le réseau départemental
- **Apporter un soutien logistique**
- **Récolter et diffuser l'information**
www.charenteenjeux.fr
- **Accompagner la préparation d'animations**

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

20
TERRE
DE JEUX
24



- Contrat jusqu'au 30 septembre 2024 (fin des Jeux) - *Dérogation à 18 mois*



- Suivi de formations pour développer des compétences et préparer l'insertion professionnelle



- Développer le savoir-être, agir et avoir un impact sur les différents publics (jeunes, adultes, seniors, personnes en situation de handicap...)



Ces actions permettent de :

- partager, d'échanger et de travailler autour du sport ;
- redécouvrir des disciplines sportives, leurs pratiques et l'esprit d'équipe...

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

20
TERRE
DE JEUX
24



CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

- **10 ambassadrices et ambassadeurs**
- **9 collectivités et structures impliquées**
- **1 lieu de vie : Maison des ambassadeurs**
- **Action lauréate du dispositif Impact 2024**
(18 000 €)

20
TERRE
DE JEUX
24



CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

Finalité

- Pérenniser l'action après les Jeux (héritage 2024)
- Proposer une solution durable à chaque ambassadeur

20
TERRE
DE JEUX
24



Merci de votre attention



CROS

**NOUVELLE -
AQUITAINE**

Comité Régional Olympique et Sportif Nouvelle-Aquitaine

Maison régionale des sports - 2 avenue de l'Université - 33400 Talence

secretariat@cros-nouvelle-aquitaine.org - 05 57 22 42 00

www.cros-nouvelle-aquitaine.org

@CROSNAq

#CROSNA

A(N)IMER
les valeurs
du sport