

**2<sup>es</sup> Nature & Sports EURO'MEET**  
Liptovský Mikulas, Slovaquie

SPORTS DE NATURE  
**DEVELOPPEMENT DURABLE &  
SANTÉ**

**Mercredi 2 octobre 2013**



## Sport Santé sur ordonnance à Strasbourg...

*« Il vaut mieux du sport  
qu'une longue liste de  
médicaments »*,

Valérie Fourneyron, Ministre des sports,

mai 2013



**...une expérience unique en France**

- Genèse de l'expérimentation
- Définition et choix des critères d'inclusion des patients
- Le parcours de prescription
- Les activités physiques proposées
- Les outils de l'expérimentation
- Bilan et perspectives

- L'Alsace est la région de France la plus touchée par le diabète
  - Cette pathologie est considérée comme une maladie de civilisation, notamment liée aux modes de vie et plus particulièrement la sédentarité
  - Pour les personnes diabétiques type 2, l'activité physique fait partie intégrante du traitement au même titre qu'une alimentation saine et équilibrée et qu'un bon contrôle de la glycémie.
- Chaque année, plus de 10 000 habitants de la CUS sont admis en Affection de Longue Durée (ALD)
  - Les maladies cardiovasculaires, les cancers et le diabète représentent 70% de ces admissions, avec des taux particulièrement élevés à Strasbourg.

- « Bouger », au même titre que « bien manger », est un facteur important pour protéger sa santé et sa qualité de vie.
  - Tous les experts le confirment, l'activité physique est un élément déterminant en matière de santé, mais aussi pour la qualité de vie et le bien-être psychologique.
- L'activité physique ou sportive fait désormais partie intégrante du traitement de nombreuses maladies
  - Dans le cadre de l'éducation du patient obèse, diabétique, asthmatique, insuffisant respiratoire ou cardiaque.

# Un contexte local propice à l'expérimentation

- La Ville de Strasbourg dispose d'ores et déjà de leviers particuliers pour le développement de l'activité physique
  - la promotion des modes de déplacements physiquement actifs (Plan de déplacements urbains, plan piéton...)
- La volonté conjointe des signataires du **Contrat Local de Santé**
  - Ville de Strasbourg, Agence Régionale de Santé d'Alsace, Régime Local d'Assurance Maladie Alsace Moselle, Préfecture, Education Nationale

*L'action : « Développer la prescription médicale d'activité physique et sportive (APS) et des modes de déplacements physiquement actifs pour les personnes sédentaires, atteintes de maladies chroniques, dans une optique de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé. »*



**Depuis le 5 novembre 2012,  
elle vise 2 principaux  
objectifs**

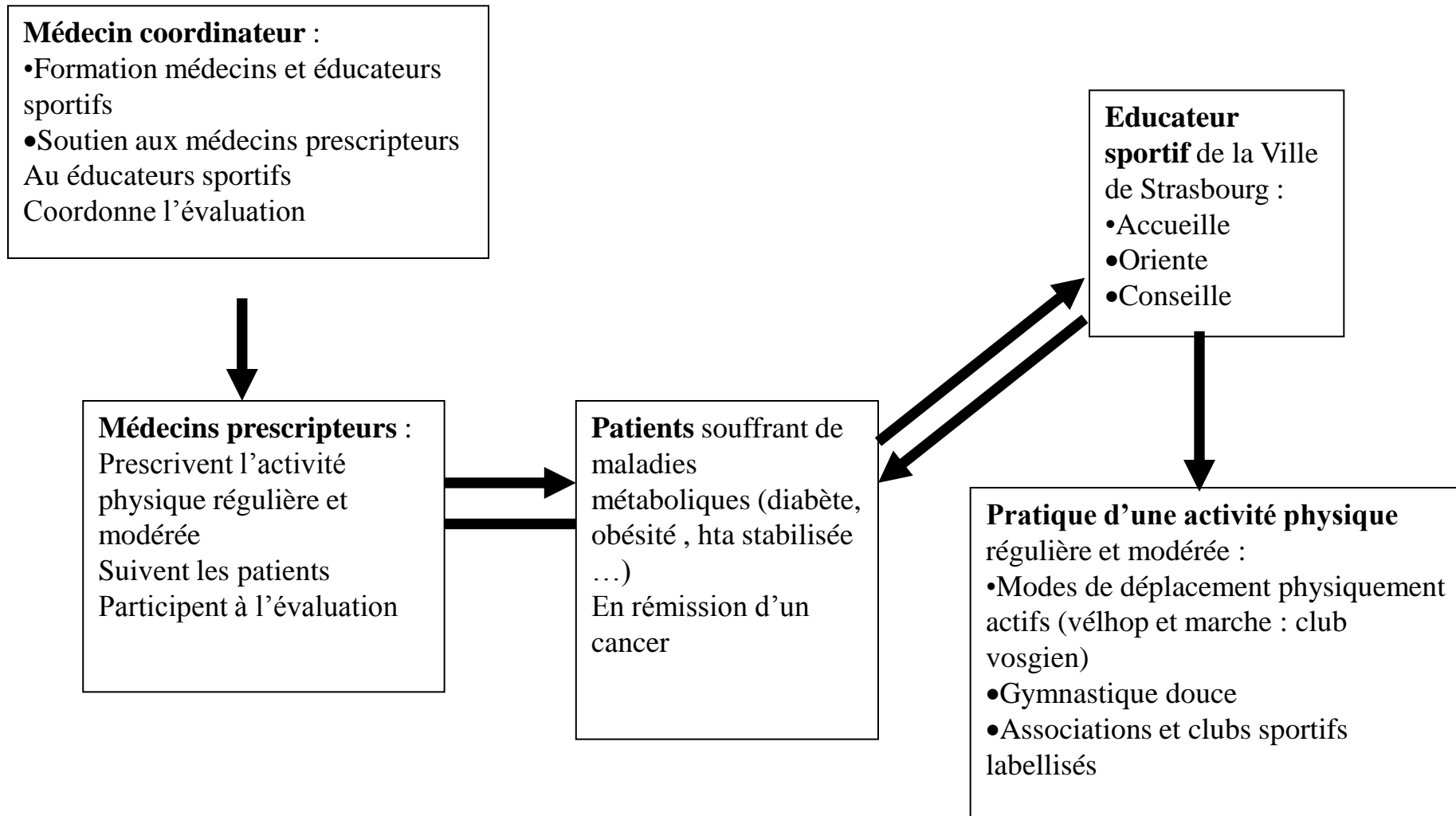
- 1. S'adresser aux personnes souffrant d'une pathologie : obésité, diabète de type II, hypertension artérielle, maladies cardiovasculaires**
- 2. Inciter la pratique d'une activité physique régulière, modérée et adaptée à l'état de santé des malades chroniques, dans une optique de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé.**

# Définition et choix des critères d'inclusion des patients

- Des personnes adultes habitant Strasbourg
- Sédentaires et atteinte de maladies chroniques :
  - Obésité (Indice de Masse Corporelle compris entre 30 et 35)
  - Diabète type 2 (non insulino-dépendant)
  - Maladies cardiovasculaires stabilisées
  - Cancers en rémission
    - à partir de septembre 2013



# Le parcours de prescription



- Muni de son ordonnance, le patient prend contact avec un **éducateur sportif de la Ville**
  - agent dédié au développement et au suivi du dispositif
  - oriente les patients vers l'activité physique qui leur convient le mieux, en fonction des recommandations du médecin
  - assure une remise à niveau de la pratique du vélo, avec le concours d'autres éducateurs sportifs de la Ville

- Un médecin coordinateur, mis à disposition par les Hôpitaux Universitaires de Strasbourg (HUS) une demi-journée par semaine
  - en charge la coordination médicale et le suivi médical de l'action
  - responsable de la formation/sensibilisation
    - des médecins en matière de sport/santé
    - le suivi de l'évaluation, pour son versant médical

# Les offres d'activité physiques

parcours d'activité physique.



- La prescription de modes de déplacements physiquement actifs
  - marche à pied (club vosgien) et vélo (Vél'hop)
- L'orientation vers les pratiques douces et vers des activités gérées en régie par la Direction des sports de la Ville de Strasbourg
  - Pratiques douces & toniques, activités aquatiques, école de vélo
- L'orientation vers les associations sportives « sport/santé »
  - Education Physique Monde Moderne (EPMM), Athlé Santé Nature et Rowing club

# Les activités proposées par la Ville



1. Les fiches actions du plan santé
2. Les intervenants
3. Les partenaires
4. L'évaluation
5. Supports
  - Charte des professionnels de santé
  - Certificat médical de prescription
  - Carnet de suivi
  - Coupon Sport Santé

1. Développer la mobilité active et la prescription médicale d'activité physique et sportive (APS) pour les personnes atteintes de maladies chroniques, dans le cadre, notamment, d'un réseau porté par la DRJSCS
2. Mobiliser autour du « sport santé » à l'occasion du congrès européen "Médecine du sport" de Septembre 2013
3. Renforcer la mobilisation intercommunale autour de la manifestation des « parcours du cœur », en lien avec la Fédération Française de Cardiologie (FFC)
4. Intégrer le volet santé dans les contrats d'objectifs avec les associations sportives



- 110 médecins généralistes
  - Prescrivent l'activité physique régulière et modérée
  - Suivent les patients
  - Participent à l'évaluation
- Un médecin coordinateur, mis à disposition par les HUS
  - Assure la formation des médecins et des éducateurs sportifs
  - Soutient les médecins prescripteurs et les éducateurs sportifs
  - Coordonne l'évaluation
- Un éducateur sportif sport/santé de la Ville de Strasbourg
  - Accueille
  - Oriente
  - Conseille

- Direction Régionale de la Jeunesse, des sports et de la cohésion sociale
- Agence Régionale de Santé d'Alsace
- Régime Local d'Assurance Maladie d'Alsace Moselle
- Hôpitaux Universitaire de Strasbourg
- Compagnie des Transports Strasbourgeois
- Strasbourg Mobilité (Véllhop)
- La Communauté Urbaine de Strasbourg par l'implication de la Direction de la Mobilité et des Transports, la Direction de la Santé et de la Solidarité, la Direction des sports

- Université (UNISTRA) et Hôpital (HUS)
  - Restitution fin 2013
- Analyse de la réduction des inégalités sociales
  - Touche plus particulièrement les personnes en difficultés
  - Permet de lutter contre la sédentarité de ces personnes
  - Evaluation qualitative mise en place dès le début du dispositif

## CHARTE « Sport/santé sur ordonnance à STRASBOURG » Professionnels de Santé

**LES BIENFAITS SUR LA SANTE** de la pratique d'une activité physique ont été démontrés (rapport INSERM « L'activité physique. Contextes et effets sur la santé » de 2008, Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive, Sport et Santé de 2008). Tout un chacun, quel que soit son âge, son sexe et ses origines, peut pratiquer une activité physique ou sportive dans un but de santé, afin de lutter contre les méfaits de la sédentarité. Les gains en santé pour les malades chroniques sont encore plus importants.

L'action « sport/santé sur ordonnance » est née de la volonté conjointe des signataires du Contrat Local de Santé (Ville de Strasbourg, Agence Régionale de Santé d'Alsace, Régime Local d'Assurance Maladie, Préfecture, Education Nationale), et a pour objectif principal de favoriser la pratique d'une activité physique régulière, modérée et adaptée à l'état de santé des malades chroniques.

Dans un premier temps, les membres du comité scientifique ont choisi de faire bénéficier du dispositif aux patients :

- Obèses dont l'IMC est compris entre 30 et 35
- Diabétiques non insulinodépendants
- Malades cardiaques stabilisés (hta stabilisée, coronariens bilatés et stabilisés, cardiopathies traitées, bilatées et stabilisées)

Les actions mises en œuvre dans le cadre de ce dispositif devront respecter les principes de promotion et de protection de la santé des patients, dans le respect de la personne humaine et de son autonomie. Son mode d'organisation repose sur le partenariat et l'échange.

Les membres signataires s'engagent, dans le respect des règles déontologiques à :

- Expérimenter les outils collaboratifs mis en place avec les activités physiques et sportives
- Informer les patients des services rendus par le dispositif et de l'intérêt d'y adhérer
- Coopérer à toute démarche d'évaluation de l'activité et des actions réalisées
- Participer aux formations complémentaires pour les professionnels de la santé et du sport
- Accepter leur inscription sur l'annuaire des professionnels de santé membres du dispositif qui sera exclusivement réservé à l'usage interne
- Ne pas utiliser la participation à l'activité de l'expérience à des fins de promotion et de publicité personnelle

Ils garantissent également le respect des droits des usagers, leur droit à l'information, leurs droits en terme de protection des données individuelles.

Les professionnels adhèrent en signant la charte.

Les usagers adhèrent au réseau en signant la charte d'adhésion pour une pratique d'Activité Physique Régulière modérée et adaptée à l'état de santé

## Charte « Sport/santé sur ordonnance à Strasbourg » Document Patient

**LES BIENFAITS SUR LA SANTE** de la pratique d'une activité physique ont été démontrés (rapport INSERM « L'activité physique. Contextes et effets sur la santé » de 2008, Plan national de prévention par l'activité physique ou sportive, Sport et Santé de 2008). Tout un chacun, quel que soit son âge, son sexe et ses origines, peut pratiquer une activité physique ou sportive dans un but de santé, afin de lutter contre les méfaits de la sédentarité. Les gains en santé pour les malades chroniques sont encore plus importants.

L'action « sport/santé sur ordonnance » est née de la volonté conjointe des signataires du Contrat Local de Santé (Ville de Strasbourg, Agence Régionale de Santé d'Alsace, Régime Local d'Assurance Maladie, Préfecture, Education Nationale), et a pour objectif principal de favoriser la pratique d'une activité physique régulière, modérée et adaptée à l'état de santé des malades chroniques.

Cette action est réservée aux patients présentant des facteurs de risque cardiovasculaires.

Votre médecin a évalué ces risques avec vous et vous a proposé de bénéficier de l'action « sport/santé sur ordonnance » et d'une prescription médicale d'activité physique modérée et régulière.

Nous vous invitons à lire attentivement cette charte et à la signer avec l'éducateur sportif.

En signant ce document, le patient s'engage à :

- Pratiquer régulièrement l'activité physique proposée par l'éducateur pendant 1 an
- Accepter un suivi régulier

Le patient peut à tout moment, s'il le désire, arrêter sa participation au dispositif sans supporter aucune responsabilité ni pénalisation. Il en informe son médecin traitant à l'origine de son inclusion.

Le patient accepte que les informations le concernant soient partagées par l'équipe pluridisciplinaire du dispositif.

Le patient accepte que les données le concernant soient informatisées\*.

Aucune donnée médicale ne sera partagée ou informatisée. Les seuls éléments suivis seront ceux concernant la pratique régulière de l'activité physique.

Je soussigné(e) M..... déclare avoir pris connaissance de la charte d'engagement du patient et à en accepter les termes.

Fait à ..... Le .....

Signature :

\* « Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné à l'évaluation du projet sous forme de données anonymes. Conformément à la loi « Informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant au Service de coordination. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. »

# Certificat de prescription d'activité physique

Je prescris une activité physique régulière et modérée.

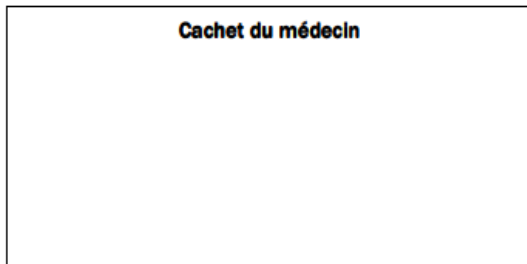
Je soussigné(e).....  
Docteur en médecine exerçant à.....  
Certifie avoir examiné ce jour M., Mme,.....  
Né(e) le.....  
Et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de signes cliniques apparents, contre indiquant la pratique d'activité physique modérée et régulière dans le cadre du dispositif « SPORT SANTE sur ordonnance » de la Ville de Strasbourg.

- € Vélo
- € Marche à pied
- € Marche Nordique
- € Pratiques douces
- € Activités gymniques d'entretien et d'expression
- € Jeux sportifs et jeux d'opposition
- € Aviron

Autres précautions et préconisations

.....  
.....  
.....  
.....

Certificat établi à la demande de l'intéressé(e) et remis en main propre pour faire valoir ce que de droit.  
Valable pour une durée d'un an à compter de jour



Fait à Strasbourg, le.....  
Signature du médecin

# Certificat de prescription d'activité physique

Je prescris une activité physique régulière et modérée.

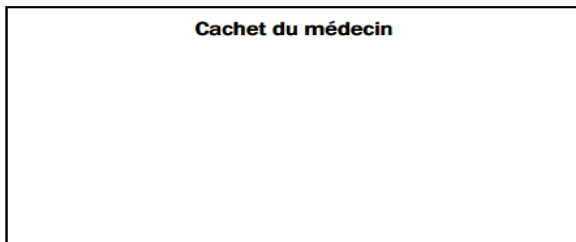
Je soussigné(e).....  
Docteur en médecin exerçant à .....  
Certifie avoir examiné ce jour M., Mme,.....  
Né(e) le.....

Et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de signes cliniques apparents, contre indiquant la pratique d'activité physique modérée et régulière dans le cadre du dispositif « SPORT SANTE sur ordonnance » de la Ville de Strasbourg

Autres précautions et préconisations

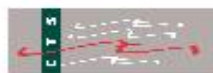
.....  
.....  
.....  
.....

Certificat établi à la demande de l'intéressé(e) et remis en main propre pour faire valoir ce que de droit.  
Valable pour une durée d'un an à compter de jour



Fait à Strasbourg, le.....  
Signature du médecin

## Organismes financeurs



## RESEAU ALSACE SPORT SANTE

DRJSCS Alsace  
Cité Administrative Gaujot  
14 rue du Maréchal Juin  
67084 STRASBOURG  
CEDEX

Ville de Strasbourg  
Service Vie Sportive  
Stade de la Meinau  
12, rue de l'Extenwoerth  
67100 Strasbourg

Téléphone : 03 88 76 76 16  
Télécopie : 03 88 76 77 05  
Messagerie :  
drjscs67@drjscs.gouv.fr  
www.alsace.drjscs.gouv.fr

Contact : Laurent PRISS  
Téléphone : 03 88 60 93 97



## Carnet de suivi



Un parcours de santé coordonné



RESEAU ALSACE SPORT SANTE

Strasbourg.eu  
& COMMUNAUTÉ URBAINE

Sport santé  
sur ordonnance

## Sport santé sur ordonnance

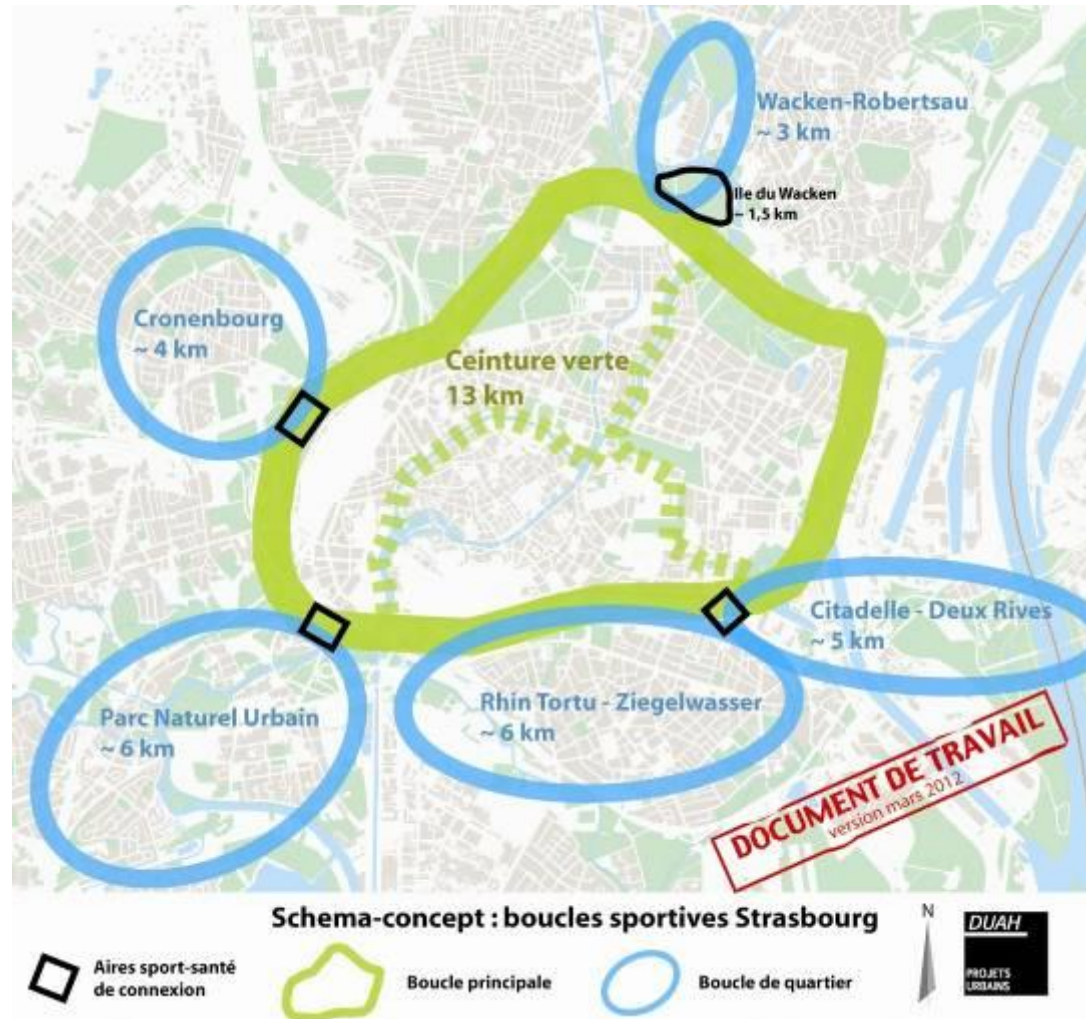
Prescription médicale  
d'activité physique et de  
modes de déplacements  
physiquement actifs

## Coupon Sport Santé



- **110** médecins généralistes prescripteurs volontaires
  - Plus de **320** ordonnances réalisées et rendez-vous avec l'éducateur sportif de la Ville
  - Près de **40** nouveaux arrivants chaque mois
- 
- **15 activités sportives (régie)**
    - Vél'hop (200 mis à disposition)
    - Marche à pied
    - Pratiques douces
    - Débutant vélo
    - Débutant natation
    - Natation perfectionnement
    - Pratique physique sur modules
- **6 Partenaires associatifs**
    - Club Vosgien
    - Athlé santé 67
    - EPMM
    - Rowing Club
    - Cercle Aviron de Strasbourg
    - ASPTT Strasbourg

- Ouverture à d'autres pathologies
  - Patients stabilisés en rémission du cancer du colon et du sein
    - Le bénéfice de l'activité physique réduit de 30 à 50 % les risques de rechute.
- Renforcer l'équipe d'accueil des patients
  - Perspectives de 600 à 900 bénéficiaires (fin 2014)
  - Recrutement d'un éducateur territorial et d'un agent pour le suivi administratif des patients (Budget 2014)
    - prise de rendez-vous, relance téléphonique, carnet de suivi...)
- Aménagement du territoire
  - Le maillage des boucles d'activités physiques
    - Parcours fléchés et dématérialisés (applications smartphone)
    - Animations en régie, partenariats associatifs, directions de proximité



Merci de votre attention