



LE SPORT SANTÉ

Dans le détail

Le tennis ou sport santé n'est pas un bloc uniforme mais recoupe plusieurs pratiques que nous avons développées au fil du temps.

1^{ere} étape : la pratique sportive partagée du tennis

En juin 2023 nous avons obtenu le label "pratique sportive partagée" qui est la conséquence d'un engagement fort mené depuis plusieurs années. L'enjeu est de proposer un environnement mobilisateur et propice à l'émancipation et à l'exercice des pleins potentiels de chacun, afin que chaque participant, quels que soient ses besoins et ses difficultés, puisse contribuer à la réalisation d'un projet collectif. Dans les faits, cela se traduit par l'intégration dans des groupes d'entraînements "valides" de personnes souffrant de handicap reconnus comme tels par la maison départementale du handicap. Il est important de noter que nous nous sommes limités à des pathologies de types troubles de comportements ou encore aux difficultés de surdités. Nous ne possédions pas les compétences pour accueillir d'autres publics.

2^e étape : dispositif de sport santé

Ce projet s'est déroulé sur l'année sportive 2023/2024. Il a été rendu possible par notre statut de lauréat IMPACT 2024 et sa dotation financière. Le coût important du projet (10000€/an) ne permet pas à date de le renouveler malgré l'intérêt important qu'il présente. Ce projet, nous l'avons intitulé "**faim de sport**" car il veut marier harmonieusement une reprise en main de son alimentation et la mise en œuvre d'une pratique sportive routinière encadrée.

Le contexte et l'origine du projet

Nous nous sommes appuyé sur une enquête OBEPI: les femmes sont plus sujettes à une prise de poids que les hommes, Enquête Santé publique France : les femmes font moins de sport que les hommes. Rapport ARS: progression alarmante des infarctus chez les femmes et une prévalence au diabète Autant de problèmes qu'une alimentation équilibrée et une AP régulière permettent de limiter....

Les actions et la mise en oeuvre détaillées

- 1 - Recrutement participantes :
- 2 - Sélection de 15 participantes (par diététicienne)
- 3 - Bilan santé + 8 suivis (diététicienne)
- 4 - Concertation pluri-professionnelle (diététicienne/coachs)
- 5 - Routine sportive hebdomadaire encadrée (coach sportif, 20 séances)

Nous souhaitons créer un environnement de proximité favorable à l'accès à la santé en encourageant la pratique sportive féminine et une modification des habitudes alimentaires

3e étape : Le sport sur prescription médicale

Ce sera la nouveauté 2024/2025. Notre moniteur est référent PEPS et à ce titre à même de recevoir des patients pour lesquels les médecins ont prescrit l'activité physique comme traitement. Dans un premier temps nous allons cibler les personnes en situation de surpoids ou souffrant de pathologies telles que le diabète par exemple. Nous avons créé un créneau spécifique, le lundi à 18h pour organiser ce dispositif. Preuve de votre ambition à développer cet aspect, notre 2e éducateur sportif est d'ores déjà inscrit à la formation organisée en fin d'année 2024. Pour mener à bien ce projet, nous sommes accompagnés par les Laboratoires Pierre Fabre.