

Soigner le corps et l'esprit par le sport

Florence Leduc, Directrice de la Formation et de la Vie associative et Célia Barbarisi, Chargée de projets Institut et Vie associative

Les bienfaits du sport sur la santé ne sont plus à démontrer. Si, pour les uns, le sport est un moyen de se détendre et de se maintenir en forme, pour d'autres, il permet de se dépasser, de parvenir à une autre image de soi ou encore de se soigner. Les établissements sanitaires et médico-sociaux se sont saisis de cette pratique pour améliorer le quotidien des personnes accueillies.

Se réaliser et vivre en société

La Maison d'enfants diététique et thermale, de Capvern Les Bains (Midi-Pyrénées), est à l'initiative d'un regroupement d'établissements sanitaires et médico-sociaux dont l'objectif est de favoriser l'accès aux pratiques sportives des enfants et adolescents hospitalisés. C'est ainsi que, depuis 1990, les professionnels en charge de l'activité physique et sportive des 18 structures du mouvement des « Inters », animent des rencontres sportives une à deux fois par mois. Responsabilisation, socialisation et valorisation de l'image de soi sont au rendez-vous...

Un moyen thérapeutique

« Le sport en tête » est le projet de l'hôpital de jour de la Rochefoucauld à Paris, spécialisé dans la prise en charge des personnes souffrant de troubles psychiatriques. Cet établissement propose un panel d'activités sportives aux patients pour travailler la maîtrise de son corps, redynamiser ses facultés mentales, améliorer sa relation à l'autre, et, à plus long terme, permettre une réinsertion dans la société. Grâce à l'appui d'une équipe pluridisciplinaire, cette structure a créé une réelle dynamique interne. Elle a désormais l'intention de développer son projet vers d'autres établissements accueillant des personnes en situation de handicap physique ou mental. Le sport un moyen de favoriser la résilience ?

Dépasser la prescription médicamenteuse par la prescription d'activités physiques est la réponse de la Mutualité de retraite de Nantes (Loire-Atlantique) au problème soulevé par Valérie Fourneyron, ministre des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et de la Vie associative : « si vous



avez une ordonnance, il est facile de trouver une pharmacie pour se procurer le médicament. Mais si on vous a prescrit de l'activité physique pour améliorer votre santé, où allez-vous ? ».

La Mutualité a choisi de promouvoir l'activité physique et sportive. Les médecins de la structure prescrivent des exercices physiques aux résidents et l'établissement met en place toutes les conditions nécessaires à leur réalisation : accès facilité par la pratique sur site, formation des professionnels soignants, éducateurs et sportifs. La Mutualité de retraite a également un objectif de labélisation de ses actions par l'ARS ainsi qu'un projet de réalisation d'un parcours de santé extérieur et intérieur. Le sport, un vecteur d'évolution des pratiques professionnelles !

Maintenir son autonomie

À Lewarde (Nord-Pas-de-Calais), la Résidence l'Orée du Bois a créé une plateforme

d'activités physiques pour personnes âgées autonomes. Également mise à la disposition des aînés voisins de la résidence, cette plateforme permet de rompre avec l'isolement et de permettre, par le biais du partenariat avec le groupe associatif Siel Bleu qui propose des programmes utilisant l'Activité physique adaptée (APA) comme outil de prévention santé et bien-être, la socialisation par l'organisation d'animations dynamiques. Le sport au service du lien social et du maintien de l'autonomie, un accès au bien être pour tous !

Au Lamentin (Martinique), l'Office des missions d'action sociale et de santé propose des séances d'activités physiques aux personnes âgées vieillissantes afin de favoriser leur maintien à domicile. En partenariat avec le Centre d'évaluation Sport et Santé, il réalise en amont une évaluation des aptitudes et des capacités physiques afin d'établir un programme sportif adapté à chacun.

Retrouvez l'Appel à Innovations 2014
site Fehap/rubrique Innovation/Événements
et partenariats

Remise des Trophées au 39^e Congrès
de la Fehap à Deauville
les 26 et 27 novembre 2014

Pour tout renseignement :
appelinnovations@fehapp.fr