

Communiqué de presse
Caen, le 6 avril 2023



Sport Santé : Les 30 Maisons Sport-Santé de Normandie réunies par l'Académie et l'Agence régionale de santé pour promouvoir l'activité physique adaptée

L'inactivité physique et les comportements sédentaires ont des impacts majeurs sur la santé, la sédentarité étant l'une des principales causes de mortalité au monde, induisant de nombreuses maladies chroniques. Afin de lutter contre ce phénomène croissant et rendre accessible à tous l'activité physique adaptée, le ministère des Sports et celui de la Santé et de la Prévention développent depuis 2019 les Maisons Sport-Santé (MSS). Moins de quatre ans plus tard, ce sont déjà 30 Maisons Sport-Santé qui sont référencées en Normandie. Ce 4 avril, l'Académie de Normandie et l'Agence régionale de santé ont réuni pour la première fois l'ensemble des Maisons Sport-Santé de la région au Pôle des formations et de recherche en santé à Caen, avec une soixantaine de participants.

Une forte dynamique en faveur du Sport-Santé en Normandie

Cette première rencontre illustre l'importante dynamique engagée en faveur du sport-santé et de l'activité physique adaptée en Normandie, sous l'impulsion de l'Académie de Normandie et l'Agence régionale de santé Normandie.

Dans la région, l'objectif concret de faire bénéficier, au quotidien, tous les Normands et Normandes atteints de pathologies chroniques des 30 maisons sport santé du territoire figure ainsi parmi les cinq engagements prioritaires retenus par l'ARS Normandie, en lien avec les instances de démocratie en santé, dans le cadre du **Conseil National de la Refondation-Santé** en Normandie ([consulter le dossier dédié en cliquant ici](#)).

Le réseau des Maisons Sport-Santé (MSS) en Normandie jouera un rôle important dans la mise en œuvre dès 2023 de cet engagement de promotion de l'activité physique auprès des normands, notamment autour de la prévention des maladies chroniques.

Ce 4 avril, dans un contexte de forte dynamique du déploiement des solutions en faveur du sport-santé dans la région, les représentants des 30 Maisons Sport-Santé de Normandie ont ainsi pu partager leurs bonnes pratiques et échanger sur les évolutions à venir dans le secteur.

2023 : une étape décisive pour les Maisons Sport-Santé

Le déploiement du dispositif « Maison Sport-Santé » est la mesure la plus visible des efforts menés par le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques et par le ministère de la Santé et de la Prévention pour développer l'accès à l'activité physique pour tous et à tous les âges de la vie.

L'an passé, la loi du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France a confié un statut légal aux Maisons Sport-Santé, par leur inscription dans le code de la santé publique.

2023 sera marquée par deux évolutions majeures :

- le passage à une logique territoriale : l'habilitation des Maisons Sport-Santé sera désormais délivrée conjointement par l'Académie de Normandie et l'ARS Normandie ;
- le passage d'une logique nationale avec un cahier des charges souple à la structuration d'une offre régionale équilibrée, afin d'assurer un maillage territorial dans l'ensemble de la région.

Parallèlement, la possibilité de prescrire de l'activité physique adaptée est élargie. La loi de modernisation du système de santé donnait déjà la possibilité au médecin traitant de prescrire de l'activité physique adaptée à ses patients en affection de longue durée (ALD) au regard des effets bénéfiques, scientifiquement reconnus, de l'activité physique sur l'état de santé. Désormais, la prescription est étendue à tout médecin intervenant dans la prise en charge du patient, ainsi qu'aux masseurs kinésithérapeutes pour le renouvellement d'une prescription médicale initiale. De plus, au-delà des malades chroniques, les personnes présentant des facteurs de risques et en situations de perte d'autonomie dues au handicap ou au vieillissement, peuvent en bénéficier.

Un travail en réseau

Le contexte est donc particulièrement dynamique pour les 30 Maisons Sport-Santé normandes – 3 nouvelles MSS ont été référencées en 2022. Le travail partenarial, favorisé par des rencontres régulières et le partage de bonnes pratiques, permettra de développer encore davantage le réseau des Maisons Sport-Santé, au bénéfice de tous.

À qui s'adressent les Maisons Sport-Santé ?

Les MSS s'adressent en priorité aux personnes ayant conscience de la nécessité d'une pratique d'activité physique et sportive, en particulier les personnes souffrant d'affections de longue durée ou de maladies chroniques pour lesquelles la pratique d'activité physique adaptée est prescrite par le médecin et qui, jusqu'à présent, étaient très éloignées de la pratique.

Une offre d'activité physique et sportive adaptée à tous les besoins

Les MSS permettent à tous ces publics d'être pris en charge et accompagnés conjointement par des professionnels de la santé et du sport, afin de suivre un programme sport-santé personnalisé qui réponde à leurs besoins et leur permette de s'inscrire dans une pratique d'activité physique et sportive durable.

Au sein de ces MSS, les personnes peuvent bénéficier d'un bilan d'aptitude et d'un entretien d'accompagnement. Les professionnels organisent un parcours adapté à chaque personne avec la proposition d'une Activité Physique Adaptée sécurisante et des bilans réguliers.

Les MSS ont également pour mission de permettre l'interconnaissance entre les professionnels de la santé et les professionnels de l'activité physique, facteur clé de la réussite de la dynamique du sport-santé sur la région.

Pour consulter la liste des 30 Maisons sports santé de Normandie, consultez le site mis à disposition des médecins, des éducateurs sportifs, des associations sportives et du grand public par la Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) et l'ARS Normandie sur le développement du sport santé. : www.sportsantenormandie.fr



Pour plus d'informations également sur le site internet de l'ARS Normandie

Les bienfaits de l'activité physique pour la santé

En France, selon une étude de l'ANSES de 2017 visant à mieux connaître les habitudes et les consommations alimentaires des Français, 37 % d'adultes sont considérés comme physiquement inactifs, tandis que 66 % des jeunes âgées de 11 à 17 ans n'atteignent pas les recommandations d'activité physique de l'Organisation Mondiale de la Santé. Et toujours selon cette étude, plus la population française vieillit, plus les comportements sédentaires s'accroissent : un quart des enfants de 3 à 10 ans, la moitié des jeunes de 11 à 14 ans, les deux tiers des adolescents de 16 à 17 ans, et plus de 80 % des adultes sont considérés comme trop sédentaires. Or, l'inactivité physique et les comportements sédentaires ont des impacts majeurs sur la santé : La sédentarité est la 1^{ère} cause de mortalité au monde, induisant de nombreuses maladies chroniques.

L'activité physique est reconnue scientifiquement pour ses bienfaits sur la santé, tant de façon préventive qu'en amélioration de la qualité de vie pour les personnes atteintes de pathologies chroniques.

L'activité Physique Adaptée a la spécificité de prendre en considération les limitations physiques et les freins de toute personne ne pratiquant d'activité physique pour reprendre le plaisir à la mobilité et permet ensuite de réintégrer des pratiques d'activité physique et/ou sportives de droit commun. Elle peut être prescrite par le médecin traitant dans le cadre de l'accompagnement d'une affection longue durée.

Il est recommandé de limiter le temps assis, de bouger toutes les heures et de faire au moins 30 minutes d'activité physique dynamique (marche dynamique, vélo, jardinage, ménage...) par jour (sources : HCSP, ANSES, Santé publique France).

Vous pouvez retrouver toutes les recommandations sur le site www.mangerbouger.fr