



Communiqué de presse Caen, le 25 janvier 2022

Maisons Sport-Santé: 14 nouvelles structures reconnues en Normandie

Le réseau des Maisons Sport-Santé (MSS) poursuit son déploiement dans la région : l'appel à candidatures 2021 a abouti à la reconnaissance de 14 nouvelles Maisons Sport-Santé en Normandie, portant le nombre de structures reconnues dans les 5 départements à 27.

La promotion des activités physiques et sportives, ainsi que de la lutte contre les comportements sédentaires sont des enjeux majeurs de santé publique. Dans le cadre de la Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024, le programme des Maisons Sport-Santé (MSS) initié en 2019 poursuit son déploiement en Normandie. A la suite d'un nouvel appel à candidatures et au travail d'instruction conjointe des dossiers reçus par l'Agence Régionale de Santé (ARS) et l'Académie de Normandie, 14 nouvelles structures viennent d'être reconnues, portant à 27 le nombre de Maisons Sport-Santé (MSS) présentes dans les 5 départements.

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.

Les programmes de reconditionnement par l'Activité Physique Adaptée proposés par les Maisons Sport-Santé et les structures partenaires de proximité peuvent notamment aider les patients post-Covid à lutter contre les séquelles de la maladie, en particulier l'asthénie, à recouvrer leur autonomie et leur condition physique. La plupart des structures sont ainsi restées accessibles depuis le début de la crise sanitaire, y compris lors des périodes de confinement.

Calvados

- Ville de Caen
- IMPR du Bois de Lébisey
- CHU de Caen
- Sport santé Orbec-La Vespière-Lisieux
- CAF 14*
- Mairie de Villers-sur-Mer*
- Planeth Patient Caen*

Eure

- Hôpital La Musse
- Clinique La Lovière (Louviers)*
- Ville du Val-de-Reuil *
- Planeth Patient (antenne de Vernon)*

Manche

- Planeth Patient (Antenne de Coutances)
- Maison Sport Santé Cotentin (Cherbourg)
- Maison Sport Santé Granville

Orne

- Maison Sport Santé du département de l'Orne
- Planeth Patient (Antenne Argentan)*

Seine-Maritime

- Vital Action (Agglomération de Rouen)
- IRMS2 (Bois-Guillaume),
- Pôle de santé Caux Estuaire (St Romain de Colbosc),
- Maison Sport Santé La CAMI (Sport-Cancer, Rouen et Le Havre)
- Maison Médicale du Sport *
- Office Municipal des Sports de la ville d'Elbeuf-sur-Seine *
- Réflexe sport santé (Hautot St Sulpice) *
- ADESTI (Mont Saint Aignan) *
- Planeth Patient:
 - o Antenne de Rouen*
 - o Antenne du Havre *
 - Antenne d'Offranville *



Pour plus d'informations sur les structures proposant de l'Activité Physique Adaptée en Normandie: <u>www.sportsantenormandie.fr</u>

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'accentuent : 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 1ère 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 <u>www.mangerbouger.fr</u>