



.....

Plan Sport Santé Bien-Être
Région Bretagne
Bilan 2018-2022

.....

Synthèse



Inscrit dans la continuité du premier plan, le 2nd plan régional Sport-Santé Bien-Être 2018-2022 vise à développer l'activité physique comme outil de santé tant pour lutter contre la sédentarité à tous les âges de la vie, que comme thérapeutique non médicamenteuse dans la prévention et le traitement des pathologies chroniques.

Il s'articule autour de 4 orientations :

- ➔ **N°1 Identifier, structurer et développer les offres d'APS**
- ➔ **N°2 Sensibiliser, former et accompagner les professionnels aux APS comme outil de santé**
- ➔ **N°3 Amener les publics spécifiques à pratiquer une activité physique**
- ➔ **N°4 Recueillir, faire connaître et valoriser les actions de promotion de l'APS, de recherche et d'innovation**



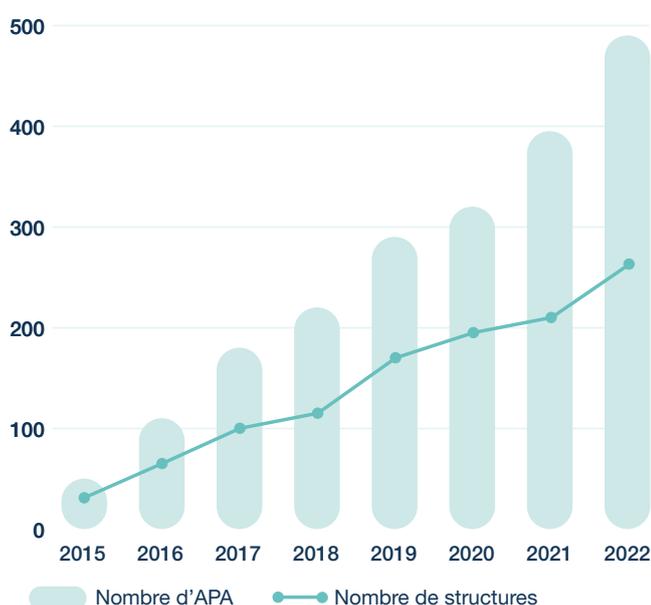
RÉALISATIONS 2018-2022

→ ORIENTATION N°1

IDENTIFIER, STRUCTURER ET DÉVELOPPER LES OFFRES D'APS

Le socle du dispositif sport-santé breton mis en place en 2015 s'articule autour des chartes Sport-Santé Bien-Être, de leur référencement et du site internet dédié bretagne-sport-sante.fr ; il importe de le déployer sur l'ensemble du territoire breton, et de le faire connaître.

→ Les chartes SSBE



Elles permettent d'identifier l'offre d'activité physique adaptée de qualité, dispensée dans un cadre sécurisé et encadrée par une personne formée en sport-santé.

31 structures
sont signataires d'une
charte SSBE en 2015 et

263 en 2022
(+750%)

73% de chartes SSBE/
malades chroniques

et **27%** de chartes
SSBE/Forme Santé

2 chartes / 2 logos / 2 publics

- La charte Sport-Santé Bien-Être/Malades Chroniques pour les activités physiques adaptées à destination des malades chroniques (cancer, maladies cardio-vasculaires, obésité...).
- La charte Sport-Santé Bien-Être/Forme Santé pour les activités physiques adaptées à destination des personnes sédentaires, éloignées de la pratique, sans limitation fonctionnelle, qui souhaitent démarrer ou reprendre une activité physique

En 2018, on estimait que

3616 bretons
avaient pu bénéficier de cette offre
d'activité physique référencée

+ de **12000**
à la fin 2021

18000
en décembre 2022.

→ Le site internet bretagne-sport-sante.fr

Le site [bretagne-sport-santé.fr](http://bretagne-sport-sante.fr) permet à chacun d'identifier l'offre sport-santé disponible au plus proche de chez lui, via une géolocalisation dans un rayon de 5, 10 ou 20 km. Il est destiné aussi bien au grand public pour rechercher une activité qu'aux professionnels de santé pour orienter leurs patients.



→ Les Maisons Sport-Santé

Les Maisons Sport-Santé mises en place depuis 2019 visent à accompagner toute personne qui souhaite se mettre ou se remettre à l'activité physique ; elles accueillent, informent, et orientent le public pour trouver une activité physique adaptée à ces envies et à ses capacités. En outre, elles permettent la mise en réseau des acteurs du sport, de la santé et du social.

23 MSS
sont identifiées sur
le territoire breton
à la fin 2022.

50%
de la population
accueillie a
moins de
60 ans

25%
des personnes venant
à la MSS sont en
surpoids ou obèses

22%
ont une pathologie
cardio-vasculaire

21%
ont un cancer



→ ORIENTATION N°2

SENSIBILISER, FORMER ET ACCOMPAGNER LES PROFESSIONNELS AUX APS COMME OUTIL DE SANTÉ

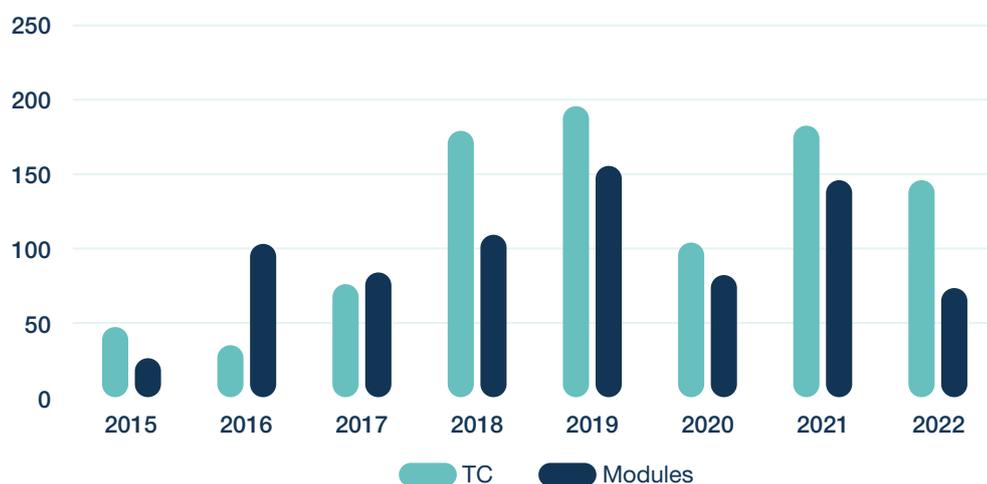
Le sport-santé est un sujet émergent, encore trop souvent méconnu des acteurs de la santé, et insuffisamment investi par les acteurs du sport.

Faire connaître les enjeux du sport-santé aux professionnels concernés et permettre l'acquisition de compétences pour accompagner la population sont les objectifs de cette orientation.

→ Les formations au sport-santé

Entre 2018 et 2022, 810 éducateurs sportifs ont été formés au sport-santé (libellé Tronc commun/TC) et 568 ont suivi des modules complémentaires (cancer, maladies cardio-vasculaires, diabète, maladies respiratoires).

Nombre de personnes formées au sport-santé / maladies chroniques



→ La sensibilisation et l'accompagnement des professionnels de santé

Sous différents formats¹ :

- **Les visites de MSP** : 10 rencontres organisées au sein des structures d'exercice coordonné en 2018 ont permis de sensibiliser plus de 140 professionnels de santé (principalement des médecins, infirmiers et kinésithérapeutes),
- **La prescription d'APA comme thème d'échange des Groupes Qualité bretons en avril 2019** : près de 300 médecins généralistes sensibilisés au sujet via ces groupes d'échanges de pratiques
- **Les conférences et colloques médicaux** : une dizaine d'interventions pour parler du sport-santé et présenter le plan régional SSBE ont été organisées dans les structures d'exercice coordonné ou des collectivités
- **Les formations à la prescription d'APA** : organisées en présentiel ou sous forme de webinaire, cette offre de formation peine à trouver son public. Une session en ligne a été organisée en 2021 avec l'appui de la structure Appui Santé en Cornouaille.
- **Les formations des médecins du travail** : une session annuelle qui fonctionne bien ; environ 75 médecins formés
- **Les temps de sensibilisation sur la dispense de sport** : 7 rencontres organisées sur les 4 départements bretons, ont permis d'évoquer ce sujet avec les enseignants d'éducation physique et sportive, ainsi que les médecins et infirmières scolaires (une vingtaine de personnes à chaque session)

1- Liste non exhaustive

→ ORIENTATION N°3 AMENER LES PUBLICS SPÉCIFIQUES À PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

.....

Cette orientation vise à mettre en place pour chaque public cible, des actions pertinentes déployées sur l'ensemble du territoire breton.

→ Actions à destination des jeunes

La démarche ICAPS (Intervention centrée sur l'activité physique et la sédentarité), démontrée probante, a pour objectif d'augmenter la pratique d'activité physique et de réduire la sédentarité des enfants et des jeunes, en maintenant les pratiques sur le long terme.

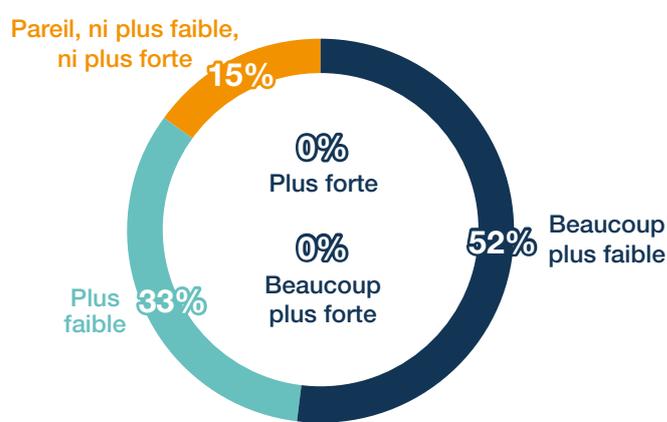
En 2021 et 2022, 19 projets portés ont été déployés par des établissements scolaires, des associations et des collectivités et accompagnés par le CNDAPS (Centre national d'appui).



→ Actions à destination des personnes présentant des conduites addictives

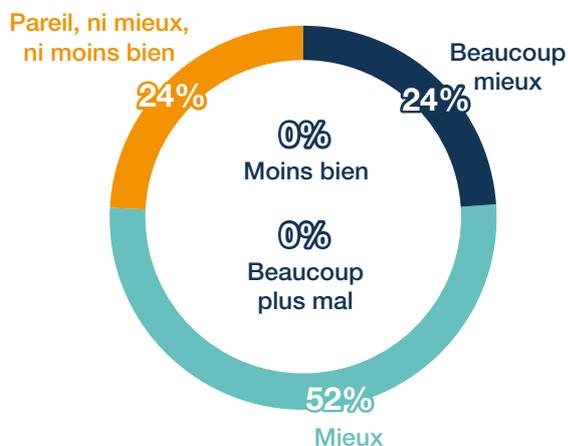
Un programme d'APA à destination des personnes présentant des addictions dans les structures d'addictologie (CSAPA, SSRA) a été déployé dans 19 structures bretonnes. L'évaluation réalisée par l'ORS Bretagne a montré des résultats globalement positifs, tant du point de vue des soignants que des bénéficiaires : meilleure alliance thérapeutique, hygiène de vie améliorée, baisse du niveau de sédentarité, meilleure qualité de sommeil, amélioration de l'état de santé, du moral, de l'estime de soi, de la confiance en soi, de la vie sociale... (8 professionnels répondants, et 67 patients).

Notamment, 85% des patients ont déclaré une consommation de produits plus faible depuis qu'ils pratiquent une activité physique...

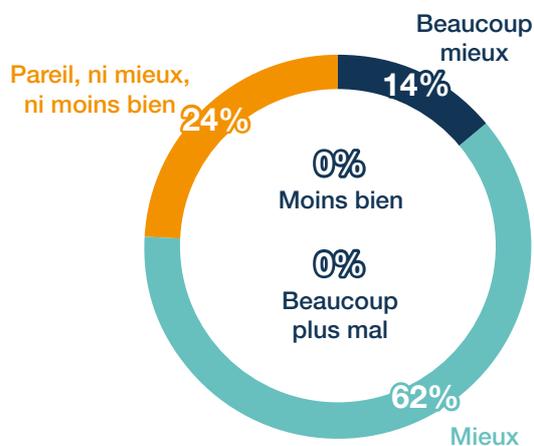


...et 80% des patients estiment une évolution positive de leur niveau de santé et de moral

Niveau de moral



Niveau de santé



→ Actions à destination des malades chroniques

Le programme **D-marche** est un programme motivationnel visant à mettre en mouvement la population en augmentant le nombre de pas quotidien. Un partenariat avec les infirmières Asalée permet de constituer des groupes de malades chroniques et de renforcer le suivi et l'accompagnement des participants.

La mise en place de

**12 programmes
D-marche**

permet d'accompagner

**120 à 180
personnes**

sur l'ensemble des
**4 départements
bretons**

À venir, les résultats de l'évaluation réalisée par le cabinet Itinère Conseil sur les impacts sur les comportements, l'état de santé, les perceptions du programme, les apports du partenariat avec les infirmières Asalée.



→ ORIENTATION N°4

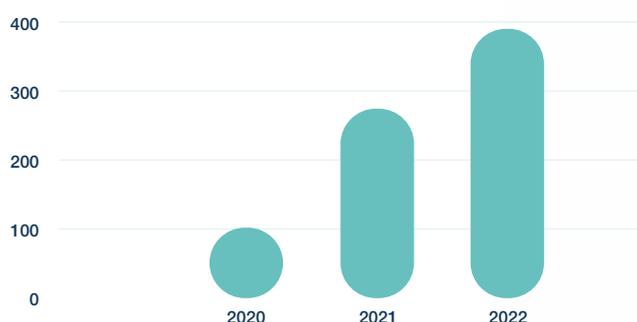
RECUEILLIR, FAIRE CONNAÎTRE ET VALORISER LES ACTIONS DE PROMOTION DE L'APS, DE RECHERCHE ET D'INNOVATION

→ Communiquer, faire connaître et valoriser

- **Le site internet Bretagne-sport-sante.fr**
2000 consultations/mois en moyenne, 6000 pages vues chaque mois

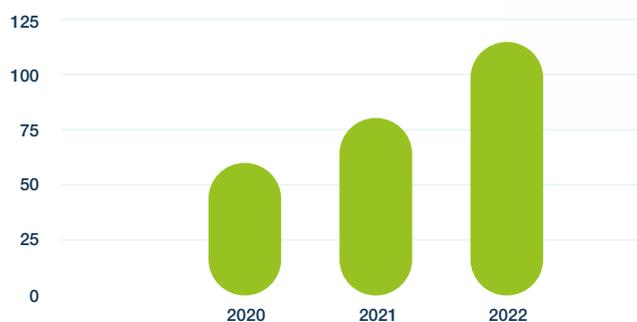
- **La page Facebook** (mise en place à l'automne 2020)

Évolution des abonnés à la page Facebook



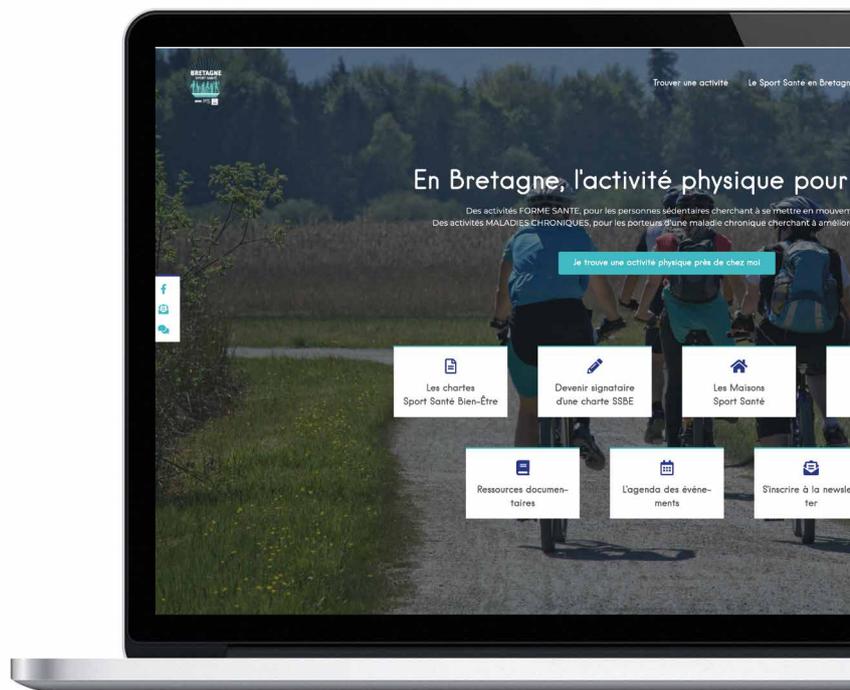
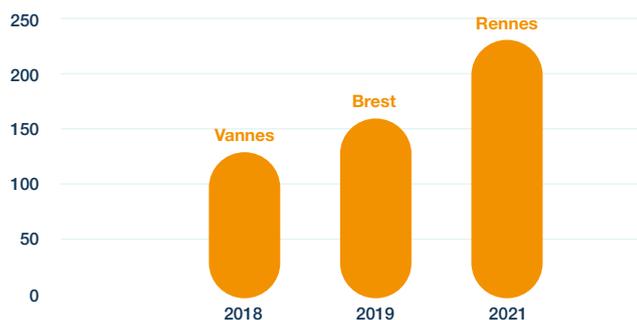
- **La newsletter** (mise en place à l'automne 2020)

Nombre d'inscrits à la newsletter mensuelle



- **Les journées annuelles SSBE**

Nombre de participants





→ Actions de recherche et d'innovation

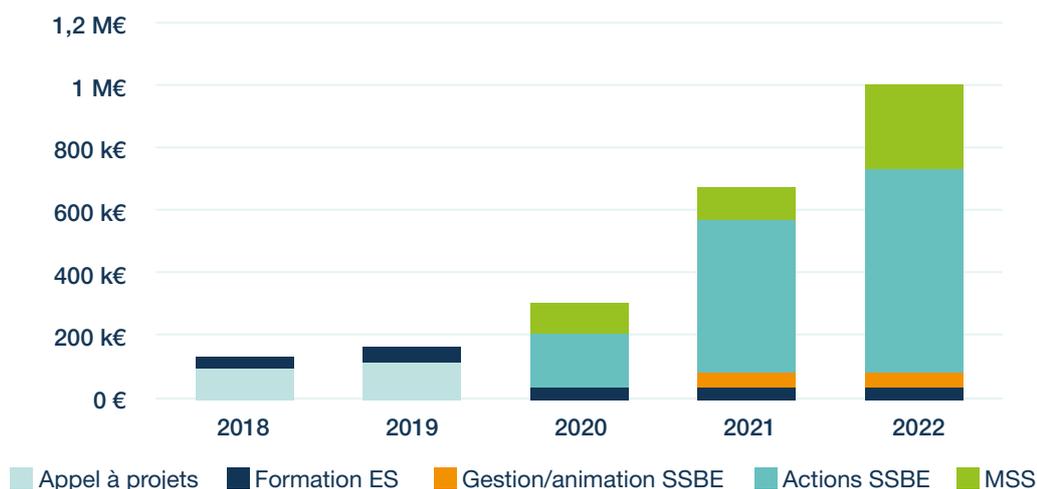
- **L'expérimentation « As du cœur »** : une contribution bretonne au projet déployé dans 5 régions dans le cadre de projets innovants/expérimentations article 51
- **Le projet de recherche ReVMOBILE** : un projet brestois du CREAD ; 180 jeunes étudiants de l'UBO ou jeunes des quartiers prioritaires de Brest expérimentent des jeux de réalité virtuelle pour lutter contre la sédentarité
- **Le projet « Inverser les courbes »** : portée par un coordonnateur breton du collectif « Pour une France en forme », cette étude déployée dans 3 régions a permis le suivi de l'entraînement de 9300 collégiens pendant 7 semaines.

FINANCEMENTS ET GOUVERNANCE

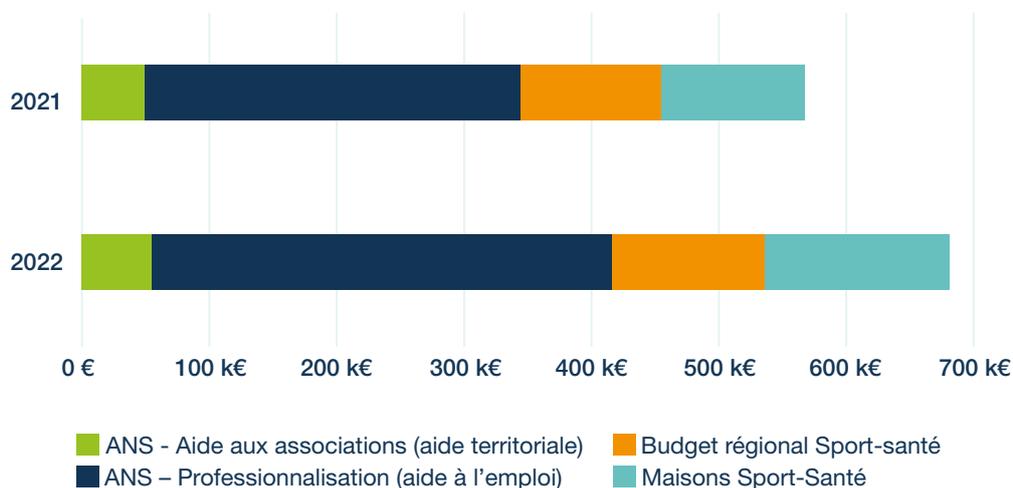
FINANCEMENTS



Financements SSBE - ARS Bretagne



Financements DRAJES



GOUVERNANCE

Co-piloté par l'ARS et la DRAJES, le **comité de suivi SSBE** se compose de représentants du mouvement sportif (CROS, Campus sport Bretagne, Profession Sports Loisirs), de structures institutionnelles (Rectorat, assurance Maladie, URPS), de collectivités (CD22, CD35, Région, ville de Brest, ville de Rennes), d'associations (FF de cardiologie, France asso Santé, Mutualité Française, IREPS), ainsi que de représentants universitaires, du CPSF, et d'experts. Il se réunit 1 à 2 fois par an pour fixer les orientations et suivre les réalisations.



BRETAGNE SPORT SANTÉ



Directeur de la publication : Elise Noguera

Rédaction : Hélène Kurz

Crédits photos/illustrations : Shutterstock

Impression : Edicolor

Conception : youz

Réalisation : Le Ciré Jaune

Dépôt légal : à parution

bretagne-sport-sante.fr