

COMMUNIQUE DE PRESSE

Lancement du plan sport, santé, bien-être en Paca.

Marseille, le 4 avril 2013.

L'Agence régionale de santé (ARS) Paca et la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) Paca, annoncent la déclinaison régionale du plan national « sport santé bien-être ».

Le plan national « Sport Santé Bien-Etre »

Il a été lancé, en octobre 2012, par Valérie Fourneyron, ministre des sports, de la jeunesse, de l'éducation populaire et de la vie associative, et Marisol Touraine, ministre des affaires sociales et de la santé. Il vise à faire de la pratique des activités physiques et sportives un outil essentiel de la stratégie nationale de santé publique souhaitée par le premier ministre.

Ce plan vise à promouvoir la pratique des activités physiques et sportives (APS) comme facteur de santé publique, pour tous et à tous les âges de la vie. Il s'adresse aux populations qui rencontrent des difficultés pour accéder à une pratique sportive adaptée : personnes souvent sédentaires tels que les personnes avançant en âge, quel que soit le degré de leurs capacités, les personnes handicapées et celles atteintes de maladies chroniques, notamment. Il contribue donc à réduire les inégalités de santé.

En Paca, un réseau régional sport santé se met en place

En Paca, la déclinaison régionale du plan national passe par la constitution d'un réseau régional sport santé, regroupant autour de l'ARS et la DRJSCS l'ensemble des acteurs : mouvement sportif, facultés de médecine, facultés des sciences du sport, établissements sanitaires et établissements médico-sociaux pour personnes âgées ou handicapées, organismes représentatifs des professionnels de santé, caisses de sécurité sociale, assureurs santé complémentaires, collectivités locales, acteurs de l'économie sociale et solidaire, associations de malades. Ce réseau a vocation à s'élargir.

Au programme: informer, former et développer une offre de pratiques

L'objectif de ce réseau consiste à donner une visibilité aux activités physiques et sportives et à inciter les médecins et les autres professionnels de santé à les recommander à leurs patients. Des actions de sensibilisation et de promotion du « sport-santé », telles que des rencontres interprofessionnelles rassemblant le monde du sport et celui de la santé, dont deux éditions ont déjà eu lieu depuis la fin 2010, sont prévues à ce titre.

Autre action essentielle : les formations à destination des professionnels de santé et du sport. C'est un des ingrédients pour professionnaliser et sécuriser, sur le plan régional, la pratique d'activités physiques et sportives à destination des publics sédentaires et vulnérables. Les professionnels de santé et du sport pourront alors, ensemble, recommander et mettre en œuvre une activité adaptée à l'état de santé de la personne, afin qu'elle en tire le maximum de bénéfice non seulement en termes de qualité de vie, mais aussi pour influencer sur sa maladie ou son handicap, en l'inscrivant dans son parcours de santé.

Une offre de pratique d'activités physiques et sportives adaptée sera donc développée, suivant les recommandations des professionnels. Elle devra bien sûr être la plus proche possible du lieu de vie, domicile ou substitut de domicile (établissement médico-social pour personnes âgées et pour personnes handicapées) et s'appuyer sur les clubs sportifs et les professionnels du sport qui soutiennent cette démarche.

**De nombreuses actions vont être menées afin de promouvoir ce plan.
Ainsi, nous pouvons d'ores et déjà annoncer :**

➤ **Jeudi 11 avril de 09h à 17h sur le site du Centre de ressources, d'expertise et de performance sportive (Creps) d'Aix en Provence se déroulera** la deuxième conférence régionale du développement durable du sport

L'éducation et la formation constitueront l'axe privilégié des différentes conférences et interventions. La commission sport santé abordera la place et les enjeux du « sport santé bien être » pour les clubs et associations sportives. Les recommandations de bonnes pratiques élaborées par les sociétés savantes et les organismes internationaux afin de préserver la santé et la sécurité des différents pratiquants sportifs seront largement abordées avec un souci de diffusion et de transversalité.

➤ **21 mai de 14 à 17h**, une manifestation destinée au grand public et ouverte aux professionnels de santé et du sport sera organisée à l'hôpital Sainte-Marguerite. Au programme : ateliers et tests de terrain d'évaluation de la condition physique pour tous les âges et tous les publics et conférence « Le sport pour tous » à 17h30.

Les activités physiques et sportives : une « thérapeutique non médicamenteuse »

La pratique d'activités physiques et sportives contribue à améliorer la qualité de vie, à préserver le capital santé et favorise l'autonomie des personnes atteintes de maladies chroniques, avançant en âge ou atteintes de handicap. De nombreuses études démontrent leur efficacité en tant que véritable thérapeutique, en complément de leurs traitements habituels.

Des plans nationaux ont, ces dernières années, mis en avant la pratique des d'activités physiques et sportives comme facteur de santé ou d'amélioration de la qualité de vie et de l'autonomie : plan bien vieillir, plan national nutrition santé, plan cancer, plan obésité, plan qualité de vie des personnes atteintes de maladie chronique.

Le projet régional de santé de l'agence, arrêté en janvier 2012, comporte déjà des objectifs relatifs au sport et à la santé. Par ailleurs, une convention signée en mars 2011, entre le directeur général de l'agence, le préfet de région et les six préfets de département, intègre un objectif de promotion d'activités physiques et sportives comme déterminant de santé à tous les âges de la vie. Sa promotion est lancée depuis, sur l'ensemble du territoire de la Paca.

Depuis la signature de cette convention, la DRJSCS et l'ARS soutiennent et financent déjà ensemble des actions pour ces populations autour des activités physiques et sportives.

La direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale (DRJSCS) a prévu d'attribuer en 2013 une somme supplémentaire de 100 000 euros sur l'enveloppe du Centre national de développement du sport (CNDS) et de consacrer cette somme à des actions innovantes et reproductibles.

La contribution des activités physiques et sportives à l'amélioration de la santé des populations est à présent largement démontrée

Une expertise collective INSERM, commanditée en 2007 par le ministère chargé des Sports et intitulée « activité physique contextes et effets sur la santé », a permis de diffuser les bases scientifiques de l'intérêt des activités physiques et sportives en tant que facteur de santé à tous les âges de la vie et pour la grande majorité des pathologies.

Les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé datant de 2010 décrivent pour trois classes d'âge (5-17 ans, 18-64 ans, 65 ans et plus) les niveaux d'activités physiques à atteindre pour améliorer la santé sur des critères précis de durée, fréquence et intensité.

Un rapport de l'Académie de médecine datant d'octobre 2012 renforce ces travaux et propose une nouvelle organisation pour guider les français vers une pratique bénéfique pour l'organisme, voire incontournable pour le bien être de chacun.