

DISPOSITIF NICE ACTI'SANTÉ , UN PARCOURS MÉDICO-ACTIF

UN PROJET LANCÉ EN DÉCEMBRE 2019

Le dispositif "Nice Acti'Santé" a été mis en place pour répondre au besoin croissant d'accompagnement des seniors vers la pratique d'une activité physique à des fins de santé. Au regard des données démographiques 30% de la population niçoise est composée de seniors, avec 101 303 habitants âgées de 60 ans ou plus. Ce projet a été lancé en décembre 2019. Son objectif opérationnel était la mise en place d'un parcours médico-actif ciblant prioritairement les seniors les plus fragiles et les plus éloignés de la pratique d'une activité physique et pour qui la pratique régulière est recommandée par le médecin.

DES ACTIONS RENOUVELÉES ET DÉVELOPPÉES ANNUELLEMENT

La première année, il a fallu travailler sur la coordination du projet, puis à la création et la mise en place des outils nécessaires à ce parcours médico-actif (carnet de suivi et kit de communication comprenant affiches ou flyers). Depuis les actions sont renouvelées et développées annuellement.

Il s'agit en premier lieu du recrutement et de la mobilisation des médecins traitants ou spécialistes (sensibilisation à la prescription d'activité physique et présentation du dispositif auprès des médecins par l'équipe de "Nice Acti'Santé" et "Azur Sport Santé" puis mise à disposition du kit de communication). Dans un deuxième temps, c'est au tour des structures dispensant des activités physiques et sportives d'être contactées et sensibilisées. La mobilisation d'autres orienteurs est également recherchée afin de promouvoir le dispositif. Enfin un comité des usagers "Nice Acti'Santé" a été créé.



Nice

Ville Amie des Aînés depuis 2015

Nice (06)

OBJECTIFS :

- Favoriser chez la population niçoise, et particulièrement les seniors insuffisamment actifs, la pratique d'une activité physique régulière, modérée, sécurisée et adaptée à leur état de santé.
- Œuvrer dans une optique de réduction des inégalités sociales et territoriales de santé.

PRATIQUE :

- Le médecin traitant ou un spécialiste comme point d'entrée de cet accompagnement.
- Un bilan de condition physique et motivationnel réalisé par un enseignant en activité physique adaptée (APA) permettant d'orienter l'utilisateur vers une structure partenaire adaptée.
- Toutes les activités du dispositif sont proposées gratuitement à tous les usagers.
- 405 bénéficiaires évalués et orientés depuis 2019.
- 172 médecins traitants ou spécialistes sollicités, 66 impliqués dans le parcours.
- 26 structures partenaires dispensant des activités de "sport-santé" impliquées dans le parcours.
- 42 pharmacies, 15 kinésithérapeutes, 4 infirmier(e)s, 8 laboratoires d'analyse et 3 centres de santé ont été mobilisés.

ACTI SANTÉ, PLATEFORME DE SPORT SUR ORDONNANCE

Le dispositif s'adresse à l'ensemble de la population niçoise mais une attention particulière est portée aux seniors (60 ans et plus) les plus éloignés de l'activité physique souhaitant bénéficier d'un accompagnement vers une reprise d'activité physique adaptée à leur santé et capacités physiques. Cet accompagnement se traduit par un parcours médico-actif dont le point d'entrée est le médecin traitant ou spécialiste qui oriente son patient vers le dispositif.

Depuis 2019, environ 400 seniors ont été pris en charge par le dispositif. Avant la crise sanitaire, un groupe de concertation des usagers a été créé (un nouveau groupe devrait être composé en septembre 2023). Un comité des usagers, chargé de représenter les usagers du dispositif, se réunit à minima 2 fois par an. Il s'agit avant tout d'un lieu d'échanges qui permet de recueillir les souhaits et suggestions dans un objectif d'évaluation et d'amélioration du dispositif. Ce comité est également consulté sur tout nouveau projet structurant du dispositif.

MAISONS SPORT SANTÉ
Envie d'Activité

NICE ACTI'SANTÉ

Je bouge pour ma santé avec la Ville de Nice

Envie de pratiquer une activité physique pour améliorer votre santé ?

La Ville de Nice réalise votre bilan de forme et vous accompagne vers l'offre la plus adaptée à votre santé.

INFORMATIONS ET RENDEZ-VOUS :
06 13 05 35 73
sportsante@ville-nice.fr

ÉVALUATION, ORIENTATION ET SUIVI

La prise en charge de l'utilisateur au sein du dispositif débute par une évaluation de sa condition physique ainsi que d'un bilan motivationnel afin de lui proposer une activité physique adaptée à son état de santé et à ses besoins. L'évaluation des capacités physiques comprend des mesures anthropométriques et des estimations de sa condition physique. Le bilan motivationnel permet d'identifier les attentes de l'utilisateur en termes de pratique et ainsi mieux organiser son orientation. Une durée totale de 60 minutes est prévue pour la réalisation de l'évaluation de la condition physique (20 minutes), du bilan motivationnel (30 minutes), et du debrief (10 minutes). Une évaluation des signes précurseurs de la fragilité est également proposée gratuitement aux patients de plus de 65 ans sur la plateforme fragilité du CHU de Nice. Une nouvelle évaluation et un nouveau bilan sont proposés à l'utilisateur au terme de son programme d'activité physique personnalisé, permettant cette fois-ci une orientation vers une offre de type "sport santé bien-être" ou en milieu ordinaire.

À l'issue de l'évaluation, l'utilisateur reçoit des recommandations en termes d'APA et est orienté vers une structure partenaire. L'intégralité de ces informations est reportée dans un carnet de suivi, remis à l'utilisateur afin qu'il puisse le présenter à son médecin puis à la structure préconisée. Les données sont également accessibles par le médecin traitant et l'utilisateur via une plateforme en ligne (goove.app). Les structures partenaires sont toutes référencées sur la cartographie "Mon Sport Santé PACA" de l'Agence Régionale de Santé et sont choisies en fonction de critères stricts, mais aussi en fonction de l'accessibilité de leurs tarifs.

Un suivi téléphonique régulier de l'utilisateur est également prévu tout au long du programme d'activité physique personnalisé, en liaison avec le médecin traitant et la structure partenaire préconisée, afin de mesurer son assiduité, sa progression, et anticiper sa future sortie du programme vers une pratique régulière en autonomie ou au sein d'une structure proposant un programme de type "sport santé bien-être" ou en milieu ordinaire. Les usagers sont également conviés à des séances éducatives afin de promouvoir et d'encourager la pratique d'activité physique. Toutes les activités du dispositif, de l'évaluation au suivi, sont proposées gratuitement à tous les usagers.

APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Nice, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com