

DU SPORT SUR ORDONNANCE À LIBOURNE

UNE ACTION LANCÉE EN SEPTEMBRE 2019

La Direction des sports a établi fin 2017 un diagnostic des pratiques existantes dans notre collectivité et a conclu que les médecins hospitaliers, généralistes et spécialistes étaient démunis quant aux propositions existantes en termes d'activités physiques adaptées en direction des patients atteints de pathologies chroniques. C'est pourquoi, la Ville a souhaité mettre en place cette action en septembre 2019.

UNE MISE EN PLACE CONCERTÉE SUR LE TERRITOIRE

Une rencontre a été organisée avec la commune de Blagnac qui a exposé son dispositif. S'en sont suivies des réunions avec le centre hospitalier, clinique du Libournais, médecins généralistes et spécialistes et associations de santé (Cœur et santé, Ora Oxyssouffle) afin de définir les publics aux quels s'adresser et de connaître leurs besoins en termes de "Sport Santé".

Le contrat local de santé (CLS) est un outil porté conjointement par l'agence régionale de santé et une collectivité territoriale pour réduire les inégalités territoriales et sociales de santé. La ville de Libourne y a acté sa participation avec la mise en place de deux fiches action (renforcer et promouvoir le nombre d'équipements sportifs en accès libre - instaurer le dispositif "Sport sur Ordonnance").

La ville a également participé aux réunions de la DRDJS et du CDOMS (Comité Départemental du mouvement sportif) pour élaborer des dispositifs régionaux communs.

Une journée « Tous en forme » sur la plaine des Dagueys a enfin été mise en place afin de proposer aux usagers une découverte des dispositifs existant sur la collectivité, avec la participation de diverses associations sportives et institution de santé.



Libourne

Ville Amie des Aînés depuis 2020

Libourne (33)

OBJECTIFS :

- Rendre possible la pratique d'une activité physique adaptée et régulière à toute personne souffrant de pathologies chroniques gratuitement.
- Un encadrement des séances par des éducateurs sportifs en lien avec leur médecin.
- Un suivi des bénéficiaires à la fin du dispositif pour la poursuite de l'activité physique au quotidien.

PRATIQUE :

- Un dispositif gratuit pour les Libournais pendant un an avec une prescription médicale.
- Des activités physiques variées deux fois par semaine.
- Des séances variant de 45 minutes à 1 heure.
- Une évaluation des capacités physiques des bénéficiaires réalisée tous les quatre à cinq mois.

UN DISPOSITIF GRATUIT

"Sport sur Ordonnance" offre la possibilité aux personnes sédentaires ou avec une pathologie chronique de pratiquer deux activités par semaine, encadrées par des éducateurs sportifs de la Ville formés en "Sport Santé".

Ce dispositif est entièrement gratuit pour les Libournais pendant un an avec une prescription médicale. Ils ont la possibilité de poursuivre le dispositif ensuite avec la carte "Santé Bien-être" qui est accessible à un prix modique (un maximum de 46 euros l'année). Les activités proposées sont variées (gym douce, marche douce, aquagym, padel, dragon boat, Tai Chi, escrime, stretching).

"SPORT SUR ORDONNANCE" COMMENT ÇA MARCHE ?

Le patient doit se rendre d'abord chez un médecin pour obtenir une prescription médicale (prescription disponible sur le site de la Ville, en pharmacie, à l'accueil de la mairie et chez les médecins de Libourne).

Puis il prend rendez-vous auprès du Responsable du dispositif au sein de la Direction des Sports de la Ville de Libourne pour évaluer sa condition physique et ses motivations avant de pouvoir bénéficier de la pratique encadrée d'activités physiques.

Le bénéficiaire est alors pris en charge par un éducateur sportif de la commune pour effectuer un test physique. Ce test de condition physique doit être satisfaisant pour pouvoir accéder au dispositif (test validé au niveau régional).

Il peut dès lors participer deux fois par semaine (au maximum) à une activité adaptée à la prescription médicale pour une durée de 45 minutes à 1 heure, encadrée par un éducateur sportif de la ville ou associatif.

Il est engagé à réaliser avec son référent trois bilans d'étapes sur la durée de son parcours, soit douze mois.

A l'issue de ces douze mois, le bénéficiaire est accompagné vers une association où il est fortement incité à continuer son activité physique en autonomie.

Un suivi téléphonique est effectué pour connaître la pratique du bénéficiaire six mois après sa sortie du dispositif.

DES PARTICIPANTS IMPLIQUÉS

Depuis septembre 2019, le "Sport Sur Ordonnance" a accueilli 315 bénéficiaires. 74% sont des femmes et 75% ont plus de 60 ans.

Une évaluation des capacités physiques des bénéficiaires est réalisée tous les quatre à cinq mois pour mesurer leurs progressions.

Des états de présence sont réalisés par les éducateurs de la Ville et associatifs pour mesurer l'assiduité.

Des bilans semestriels sont envoyés aux médecins pour chacun de leurs patients.

Des enquêtes de satisfaction sont remplies par les participants pour développer et améliorer le dispositif.

Des bilans qualitatifs et financiers sont rédigés pour tous les partenaires.

Les bénéficiaires sont impliqués dans la diffusion de l'information. Ils participent notamment à des journées et manifestations sportives (octobre rose, semaine du vivre ensemble, animation Terre de jeux 2024).

Certains y sont bénévoles et partagent leurs expériences.

Les bénéficiaires sont également sollicités pour la réalisation de vidéos afin de promouvoir le dispositif et participent à des conférences auprès de médecins pour relater leurs parcours.

APPEL À CONTRIBUTION

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

