

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Sport Santé sur Ordonnance

Par le Dr Alexandre FELTZ

Adjoint à la Maire de Strasbourg chargé de la santé publique

De quoi parle-t-on ?

- L'activité physique = tout mouvement corporel produit par la contraction des muscles squelettiques entraînant une dépense énergétique supérieure à celle du repos (MET > 1,5)
- Elle peut se mettre en pratique au quotidien :
 - Loisirs (jeu actif, pratique sportive)
 - Sur le lieu de travail
 - Déplacements actifs (marche, vélo)
 - Vie domestique (ménage, jardinage, bricolage)
- Pour la population générale, c'est un déterminant majeur de la santé

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

De quoi parle-t-on ?

- La sédentarité correspond aux situations passées en position assise ou allongée (en dehors de la période de sommeil et des repas), dans lesquelles les mouvements du corps sont réduits à leur minimum : regarder la télévision, travailler à son bureau, sur un ordinateur, jouer aux jeux vidéos, lire, téléphoner, être passager dans un véhicule...

De quoi parle-t-on ?

- Le « sport santé sur ordonnance » = mesure permettant aux patients atteints d'une affection longue durée de se voir prescrire par leur médecin une activité physique adaptée :
 - à leur pathologie
 - à leurs capacités physiques
 - à leur risque médical
- Cette pratique adaptée doit être encadrée par un professionnel (de santé, enseignant APA, éducateurs sportifs diplômés) et se base sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêcheraient de pratiquer dans des conditions ordinaires.

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



24^e



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Les recommandations mondiales et françaises (population générale)

Adultes et personnes âgées de 65 ans et plus	Sollicitation cardio-respiratoire	ou Au moins 30 min/jour ou Au moins 15 min/jour ou Combinaison des 2 propositions précédentes : 1 min d'activité physique d'intensité élevée = 2 min d'activité physique d'intensité modérée	Modérée Elevée	Au moins 5x/semaine	Quel que soit le contexte (travail, transport, domestique, loisirs) : - réduire le temps total quotidien passé en position assise, autant que faire se peut ; - Interrompre les périodes prolongées passées en position assise ou allongée, toutes les 90 à 120 min, par une AP de type marche de quelques minutes (3 à 5), accompagné de mouvements de mobilisation musculaire.
	Renforcement musculaire : <i>Activités de la vie quotidienne ou séances dédiées (bras, jambe, buste)</i>		Modérée à élevée	Minimum 2j/semaine, jours non consécutifs	
	Étirements	Au moins 10 min/jour		2 à 3x/semaine	
Recommandations supplémentaires pour les personnes âgées de 65 ans et plus	Équilibre	Au moins 10 min/jour		3 jours/semaine, jours non consécutifs	



Soutenu par



CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



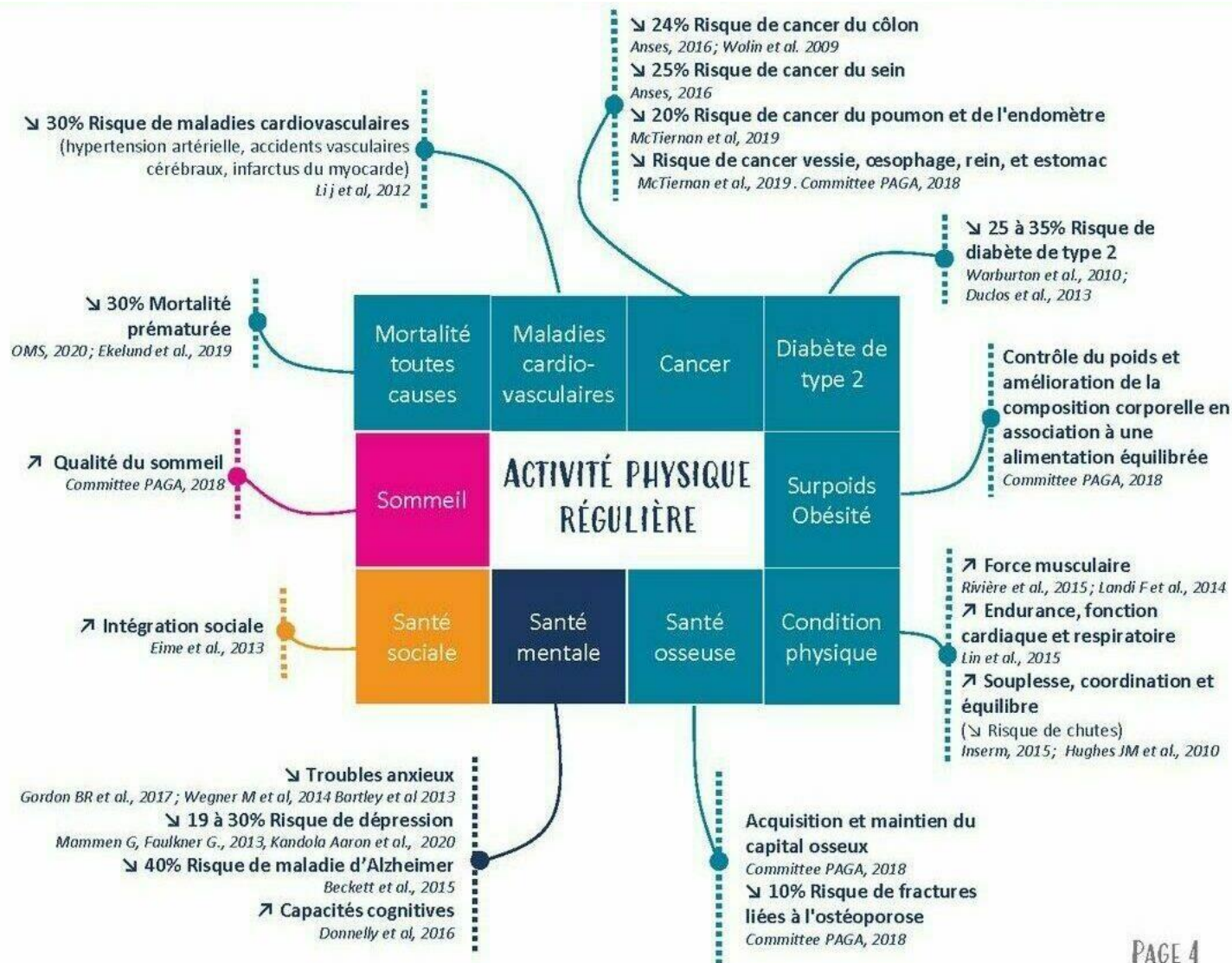
24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024



ONAPS 2015

#CNCG2024

PAGE 4

www.congrescngc.fr

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Bref historique du « Sport santé sur ordonnance »

- **2011, 2012** : des communes lancent des expérimentations locales (Biarritz, Blagnac, Strasbourg)
- **30 décembre 2016** : un premier décret permet à tous les médecins généralistes de prescrire de l'APA à leurs patients en ALD mais aucun financement national > les acteurs s'organisent au niveau local (communes, ARS-DRAJES, départements, mutuelles...)
- **2019** : arrivée des MAISONS SPORT SANTE : permettent d'être pris en charge et accompagnés par des professionnels de la santé et du sport, afin de suivre un programme personnalisé susceptible de vous inscrire dans une pratique d'activité physique et sportive durable. Elles deviennent le lieu d'évaluation et de dispensation d'APA après la prescription médicale. Plus de 550 MSS habilitées en France mais pas de modèle économique stable



- **Loi du 02 mars 2021** : tous les médecins « engagés dans la prise en charge de leurs patients » peuvent prescrire du « sport santé »
- **Vers un financement par la Sécurité sociale ?** Vers un forfait/patient pour l'APA ? (cancer-diabète)

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE

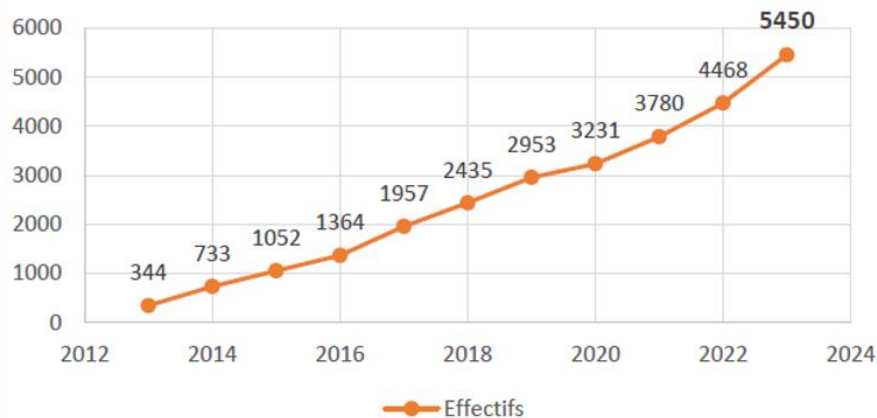


Strasbourg
Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

Un dispositif lancé par la Ville de Strasbourg en 2012, repris par la
Maison Sport Santé de Strasbourg en 2021

Effectifs cumulés des inclusions depuis le
début du dispositif



Un parcours d'1 an – une
contribution symbolique
demandée aux bénéficiaires au
bout de 6 mois de parcours (tarification solidaire)

SPORT SANTÉ SUR ORDONNANCE

- Thème: Activité physique adaptée
- Durée: 1 an
- Lieu: Strasbourg Ville
- Début: 2012

OBJECTIFS

- Accompagner la pratique d'activité physique adaptée
- Pérenniser la pratique d'activité physique
- Aller vers un mode de vie plus actif
- Soutenir et motiver les changements

CRITÈRES D'INCLUSION

Pathologies chroniques éligibles à une ALD 30

- Hypertension artérielle
- Santé mentale
- Obésité
- Troubles persistants suite à une infection au Covid-19
- Troubles musculo-squelettiques
- Personne de plus de 60 ans en perte d'autonomie et/ou sédentaire
- Femmes enceintes et jeunes mères (jusqu'à 9 mois post-partum)

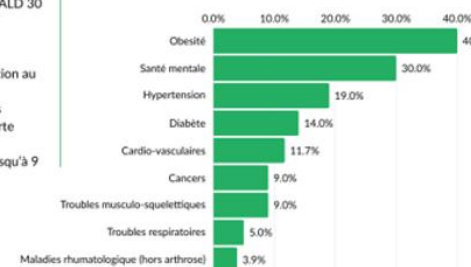
DESCRIPTION

Sport santé sur Ordonnance est un dispositif d'activité physique adaptée sur prescription médicale à destination des personnes atteintes d'une maladie chronique (selon les critères décrits ci-dessous). Il permet d'accompagner les personnes vers un mode de vie plus actif et de leur permettre de pratiquer de l'activité physique en toute sécurité grâce à plus d'une centaine de créneaux dans toute la ville de Strasbourg et à un suivi individuel par un.e éducateur.trice sportif.ive

CHIFFRES CLÉS 2023

982 Nouveaux bénéficiaires
dont 151 Nouvelles bénéficiaires Cycle "Pré et Postnatal"
105 créneaux d'activité physique adaptée hebdomadaire

Pathologies les plus fréquentes



CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024



Quelques données d'activité :

- 74% de femmes, 26% d'hommes
- Près de 50% des bénéficiaires ont entre 50 et 69 ans
- Près de 400 médecins ont prescrit au moins une fois le dispositif à leurs patients
- Près d'1/3 des bénéficiaires habitent au sein des Quartiers Prioritaires de la Ville (QPV)
- Tarification solidaire : 60% des bénéficiaires touchent le SMIC ou les minima sociaux

Une action pour réduire les inégalités sociales et territoriales de santé

- Un partenariat ancien avec les Maisons Urbaines de Santé installées en QPV
- Une logique d'aller vers les publics vulnérables : présence d'un éducateur sportif au sein de 3 quartiers (Hautepierre, Neuhof, Cité de l'ill)

Financement : Ville de Strasbourg : 32%, Agence Régionale de Santé : 27%, Régime local d'assurance maladie d'Alsace-Moselle : 10%, Eurométropole de Strasbourg : 8%, Novo Nordisk : 7%, Collectivité Européenne d'Alsace (département) : 4%, UGECAM : 2%, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg (CHU) : 2%, CPAM 67 : 1%, DRAJES : 0,5%

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

CONGRÈS NATIONAL

CNCG Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024

La Maison Sport Santé Boulevard de la Victoire



#CNGE2024

www.congrescnge.fr

CO-ORGANISÉ
AVEC LES COLLÈGES
RÉGIONAUX

• Strasbourg • Reims • Dijon
• Nancy • Besançon

**CONGRÈS
NATIONAL**
CNGE Collège Académique



24^e

EXERCER
ET ENSEIGNER
LA MÉDECINE
GÉNÉRALE



Strasbourg

Palais de la musique et des congrès

20 • 21 • 22 NOVEMBRE 2024



Merci pour votre attention !

Plus d'informations via : <https://www.maisonsportsantestrasbourg.fr/>

**Réservez la date : lundi 06 octobre 2025 –
Assises nationales et européennes du Sport
santé sur ordonnance à Strasbourg**

#CNGE2024

www.congrescngc.fr