

Fiche de capitalisation

Activité physique adaptée, marche nordique chez les personnes malades ou opérées cardio-vasculaires

Association CARDIO Franche-Comté



Résumé

CARDIO Franche-Comté, Association de Familles et de Malades ou Opérés Cardio-vasculaires, regroupe toutes les personnes sensibilisées aux risques cardio-vasculaires. Celle-ci est présente pour répondre aux multiples problèmes posés aux malades ou opérés et à leur famille, sans entrer dans le champ de compétences des professionnels de santé.

Elle propose une aide morale avant et après toute intervention chirurgicale.

La prévention est une préoccupation majeure de l'association. CARDIO Franche-Comté a développé une activité de marche nordique depuis 2015 sur le secteur Nord Franche-Comté, mise en place pour permettre aux personnes greffées ou souffrant de pathologies cardio-vasculaires, de suivre une activité physique adaptée en sortie d'établissement de santé en prévention d'une récurrence.

La capitalisation de cette action a pour but de mettre en avant l'initiative d'une personne greffée du cœur engagée dans une association et capitalisant sur son propre vécu. Isolé et démuné après sa prise en soin en établissement de santé, il a mis en place une activité de marche nordique aux multiples bienfaits, en lien avec différents partenaires.

Carte d'identité de l'intervention

Intervention	Marche nordique chez les personnes greffées du cœur ou souffrant de pathologies cardio-vasculaires
Porteur	Association CARDIO Franche-Comté
Thématique	Activité physique adaptée
Population cible	Personnes greffées du cœur ou souffrant de pathologies cardio-vasculaires
Dates du projet	Mai 2015 à ce jour
Milieu d'intervention	Association – Parcours de soins Cardiologie
Région	Bourgogne Franche-Comté
Niveau géographique	Nord Franche-Comté
Principaux partenaires	Réseau Sport Santé Coach Athlé Santé Mairie de Montbéliard
Objectifs	Maintenir une activité physique adaptée en sortie d'établissement de santé
Stratégies mobilisées	Compétences d'un entraîneur sportif – Partenariat avec le Réseau Sport Santé - Maintien de tarifs abordables pour tous – Suivi des évolutions de chacun par une évaluation trimestrielle

Contributeur.trice	Association CARDIO-Franche-Comté Fonction et structure : Association loi 1901 déclarée à la sous-préfecture de Montbéliard sous le N° W252000289 Contact : cardiofranchecomte@numericable.fr Site web de la structure : www.cardio-franche-comte.fr
--------------------	--



Accompagnateur.trice	Patricia MINARY DOHEN Fonction et structure : Coordinatrice France Assos Santé Bourgogne Franche-Comté Contact : pminarydohen@france-assos-sante.org Site web de la structure : https://bourgogne-franche-comte.france-assos-sante.org/
----------------------	---



Méthodologie	Fiche réalisée sur la base d'un entretien de capitalisation conduit fin 2022, en présentiel, complétée d'entretiens téléphoniques en 2023
--------------	---

Présentation de l'intervention

Présentation de la structure

CARDIO Franche-Comté est une association de Familles et de Malades ou Opérés Cardio-vasculaires, gérée bénévolement, par des personnes malades, pour le bien de personnes malades.

Un de ses objectifs est d'aider et soutenir les personnes malades ou opérés cardio-vasculaires et leur famille/leurs proches, en leur apportant l'expérience et le vécu de ses membres. L'association intervient pour répondre aux multiples problèmes engendrés par la maladie, elle propose aussi une aide morale avant et après l'intervention chirurgicale.

CARDIO Franche-Comté a pour vocation :

- D'accompagner les personnes malades et leurs familles dans leur relation avec la maladie cardio-vasculaire ;
- De favoriser l'établissement et le développement de liens d'amitié, de solidarité et d'échanges entre toutes les familles de malades ou opérés cardio-vasculaires ;
- D'assister les familles de malades ou opérés cardio-vasculaires à une réinsertion sociale et / ou professionnelle.

Son deuxième domaine d'intervention concerne le champ de la prévention primaire avec l'organisation d'actions d'information et de sensibilisation aux risques auprès de différents publics :

- Au sein des écoles primaires, collèges, lycées, en partenariat avec les médecins scolaires ;
- Au sein des entreprises, en partenariat avec la médecine du travail ;
- Auprès du grand public (ouverture et tenues mensuelles ou bimensuelles de permanences dans différentes communes de la région, organisation de conférences médicales tout public).

L'association intervient également au sein des IFSI (institut de formation des soins infirmiers), pour partager le vécu des personnes malades ou opérés du cœur avant et après l'intervention chirurgicale.

Enfin, CARDIO Franche-Comté s'est aussi donné comme mission de représenter les usagers au sein des hôpitaux, cliniques ou organismes de santé publique. Elle participe aussi aux différentes réunions et groupes de travail proposés par le ministère de la santé, la Haute Autorité de Santé (HAS), l'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM), la Caisse Régionale de l'Assurance Maladie (CRAM).

Contexte

- Contexte général

Les maladies cardiovasculaires sont la première cause de mortalité dans le monde, la deuxième en France après les cancers. Malgré 4 décennies de baisse de mortalité grâce à la prévention et aux progrès thérapeutiques, les maladies cardio-vasculaires restent à l'origine d'environ 140 000 morts par an ; elles sont aussi l'une des principales causes de morbidité et de consommation de soins avec plus de 15 millions de personnes traitées pour maladies ou risques cardiovasculaires (*Dossier les maladies cardiovasculaires – Ministère de la Santé et de la Prévention – juin 2022*).

Le traitement des maladies cardiovasculaires comprend les thérapeutiques médicamenteuses, la chirurgie pouvant aller jusqu'à la greffe d'organe, ou encore d'autres procédés comme le stimulateur cardiaque par exemple.

Après une intervention chirurgicale, les patients sont accueillis en Soins de Suite et Réadaptation pour intégrer de saines habitudes de vie, ainsi que pour surmonter leur anxiété et leurs peurs en vue d'une reprise d'une « vie normale ». Le but de la phase de rééducation est d'améliorer les capacités physiques du patient pour retrouver une autonomie, des exercices de marche faisant partie du programme de rééducation.

En effet l'exercice physique est fortement conseillé pour améliorer l'état général de la personne malade. Sa capacité physique augmente ou se maintient, ce qui contribue également à améliorer son état mental.

A la fin de son séjour en service de rééducation cardiovasculaire, il est indispensable que le patient maintienne son niveau d'activité physique recommandé par le médecin.

Or, en sortie de centre de réadaptation, cette activité physique peut s'arrêter, faute de relai accessible au patient. Celui-ci se retrouve isolé face à sa greffe ou sa pathologie, cette situation augmente le risque de récurrence.

Pour pallier cet isolement et prévenir le risque de récurrence, l'association CARDIO Franche-Comté propose des séances de marche nordique en groupe. De plus, la pratique d'exercice physique en groupe présente l'avantage d'aider le patient à maintenir une vie sociale.

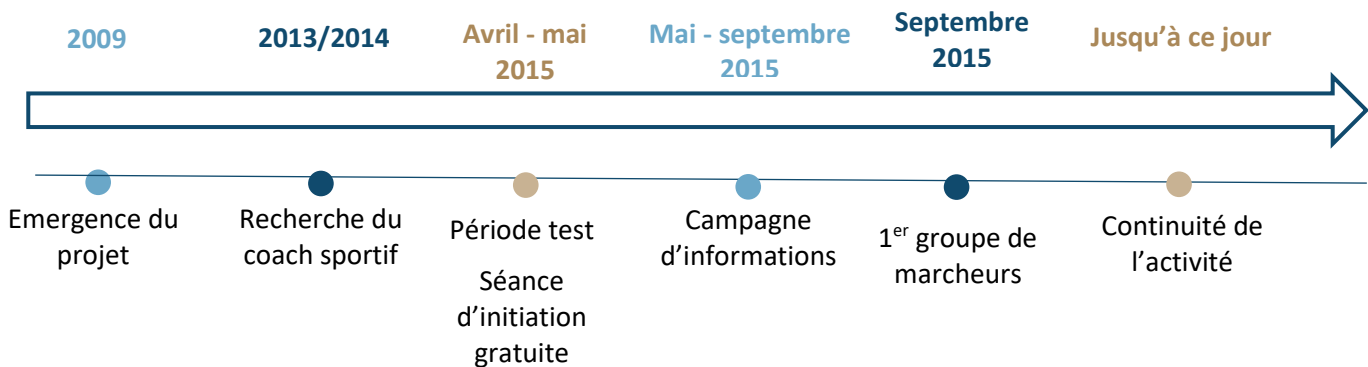
Des chercheurs ont comparé les effets durables des exercices de réadaptation cardiovasculaire chez les personnes atteintes de maladies coronariennes et ont conclu que la marche nordique procurait des bienfaits additionnels pour la santé (*Jennifer L. Reed ; The effects of high-intensity interval training, Nordic walking and moderate-to-vigorous intensity continuous training on functional capacity, depression and quality of life in patients with coronary artery disease enrolled in cardiac rehabilitation: A randomized controlled trial (CRX study) ; Progress in Cardiovascular Diseases - Volume 70, January–February 2022, Pages 73-83.*)

La proposition faite à CARDIO Franche-Comté de capitaliser son action autour de la marche nordique a tout de suite été acceptée par l'association qui voit en cette démarche l'opportunité d'être connue et reconnue pour son engagement dans le champ de la prévention. L'objet de cette capitalisation est de mettre en avant une action de prévention organisée à l'initiative de bénévoles associatifs.

Objectifs

L'objectif recherché par l'association est d'éviter la rupture du parcours de santé en donnant la possibilité aux patients de poursuivre une activité physique non traumatisante. Cette activité est destinée à des personnes moins entraînées ou plus fragiles physiquement, désireuses de reprendre une activité physique ou de lutter contre la sédentarité (forte cause de maladies cardio-vasculaires), de maintenir leur forme, d'éviter certains problèmes de santé au travers d'une activité préventive.

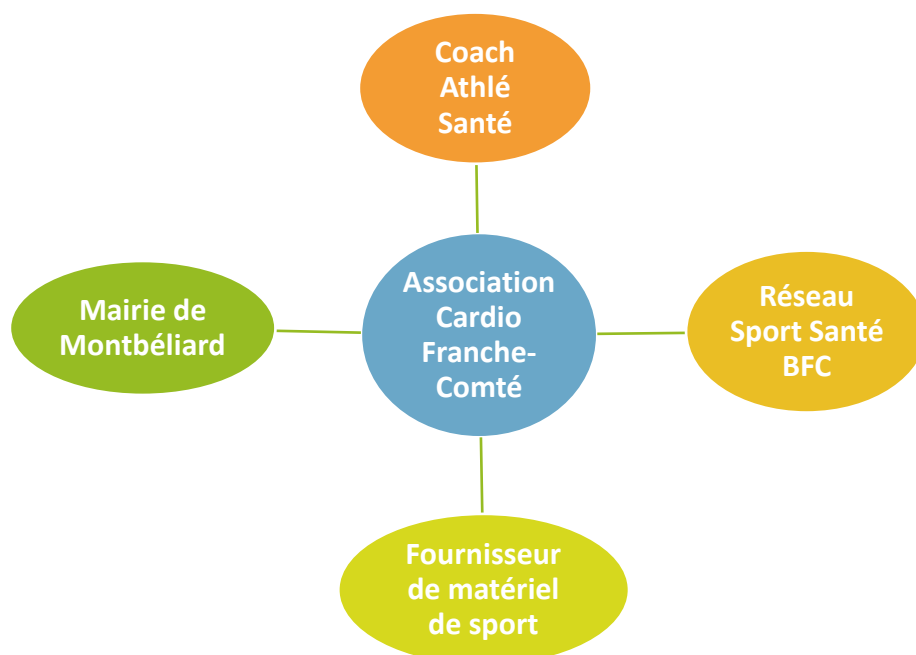
Calendrier



En 2009, CARDIO Franche-Comté était en contact avec l'Espace Santé Dole Nord Jura qui organisait des sessions d'activité physique adaptée pour ses membres. Cette activité était financée grâce à des subventions et à une cotisation des participants.

Ayant fait le constat que ce type d'action pouvait relever du champ de compétences d'une association, le Président de CARDIO Franche-Comté a souhaité mettre en place « une activité physique de bien-être, conviviale et accessible à tous », notamment aux personnes sortant de centre de rééducation après une intervention cardiaque.

Principaux acteurs et partenaires



Principaux éléments saillants

Élaboration du projet

L'expérience vécue par le Président de l'association CARDIO Franche-Comté, greffé du cœur, a marqué le point de départ de l'action.



La personne qui sort de la maison de rééducation fonctionnelle, elle ne fait plus rien car elle est toute seule, elle se retrouve isolée face à sa greffe, sa pathologie. Ces gens-là après, on les retrouve qui ont récidivé dans leur pathologie.

C'est pour ça que moi à l'époque je voulais essayer de mettre en place quelque chose pour que les gens n'arrêtent pas leur activité physique.

Recherche d'un coach sportif

Une des actions menées a été la recherche d'un coach ayant les compétences nécessaires pour animer un groupe de marcheurs souffrant de pathologies principalement cardiaques. La personne retenue fait partie de la fédération française d'athlétisme, elle a été formée pour assurer une prise en charge adaptée. Il a suivi la formation fédérale coach athlé-Santé de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA) d'une durée de 246 heures.

Période test

Une période test a été réalisée avec 3 personnes membres de l'association pour évaluer la faisabilité de l'action : marche nordique adaptée à des personnes souffrant de pathologies cardiaques, relationnel avec le coach (adaptabilité, écoute, bienveillance).

Recherche de financement

CARDIO Franche-Comté a mis en place un partenariat avec le Réseau Sport Santé dans le cadre du déploiement du Parcours d'Accompagnement Sportif pour la Santé (PASS), dispositif régional de « sport sur ordonnance ».

Le financement repose également sur une cotisation annuelle versée par les participants. Cette cotisation est calculée en fonction du nombre de séances hebdomadaires. La cotisation de base donne droit à une séance de marche nordique par semaine.

En complément, l'association, par divers événements obtient des financements supplémentaires dans le but de réduire au maximum la part de cotisation et de fidéliser les personnes inscrites à l'activité.

L'association a par ailleurs contracté une assurance spécifique pour ce champ d'action.

Mobilisation du public

La majorité des personnes inscrites à la marche nordique sont porteuses de pathologies cardiaques mais pas uniquement. Certaines se sont inscrites dans les suites d'un cancer du sein. D'autres ne souffrent d'aucune pathologie mais souhaitent se maintenir sur le plan cardiaque.

La mobilisation du public passe dans un premier temps par l'information qui revêt plusieurs aspects :

- Information aux médecins traitants,
- Médias locaux (radio et journaux),
- Site internet de l'association,
- Diffusion de flyer.



Les personnes intéressées contactent l'association qui explique la démarche à suivre pour participer à l'activité. L'activité est réservée aux adhérents de CARDIO Franche-Comté. Il ne s'agit pas d'une activité commerciale ouverte à tout public.

Un dossier est remis à chaque nouvel adhérent, comprenant les documents suivants :

- Bulletin d'inscription,
- Autorisation de droit à l'image,
- Nom du coach animateur, tarif, conditions,
- Certificat médical vierge,
- Dépliant de l'association.

Les dossiers complétés sont remis à CARDIO Franche-Comté qui se charge de les transmettre au Réseau Sport Santé de manière sécurisée.

Les 2 premières séances sont gratuites et permettent à la personne de découvrir l'activité et d'évaluer si elle lui convient. Les bâtons de marche sont alors prêtés par le coach.

En moyenne, chaque séance regroupe une douzaine de participants, nombre maximal de personnes imposé par le Réseau Sport Santé. Au total 24 personnes sont intégrées au dispositif, le public est majoritairement constitué de personnes retraitées (la moyenne d'âge se situe entre 65 et 70 ans).

Stratégies de mise en œuvre

Pour la mise en place de l'action, CARDIO Franche-Comté a dans un premier temps recherché les **financements** nécessaires à la rémunération de la prestation du coach. En effet celui-ci n'étant pas salarié de l'association CARDIO Franche-Comté, il édite une facture pour sa prestation.

Un des points clés de la stratégie déployée a été de nouer un **partenariat** avec le Réseau Sport Santé. Depuis 2016, la loi de modernisation de notre système de santé, permet au médecin traitant de prescrire, aux patients souffrant de maladies chroniques, de facteurs de risques ou en perte d'autonomie, une activité physique adaptée aux capacités physiques et au risque médical du patient.

Le réseau sport-santé est missionné par l'Agence régionale de santé (ARS), la Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) et le Conseil régional afin de décliner, au niveau régional, la prescription de l'activité physique, à travers le Parcours d'accompagnement sportif pour la santé (PASS), dispositif régional de « sport sur ordonnance ».

En Bourgogne Franche-Comté, le dispositif PASS permet depuis 2011, aux patients insuffisamment actifs de reprendre une activité physique régulière, adaptée, sécurisante et progressive à proximité de chez eux, sur conseil et prescription d'un professionnel de santé.



Source : epass-bfc.fr/le-pass

Le PASS répond aux textes réglementaires (Loi n°2016-41 du 26 janvier 2016) et positionne le réseau sport-santé comme l'interlocuteur régional unique d'orientation du patient vers la meilleure activité, la bonne structure (club/association sportive/cabinet de kinésithérapeute/collectivité), en fonction de ses besoins et de ses limitations fonctionnelles.

En règle générale, le PASS permet de financer une activité physique adaptée sur 3 ans à hauteur de 50% la première année, 30% la deuxième année, 10% la troisième année, et ce, dans le but d'inciter les personnes à pratiquer une activité physique. Dans le cadre de la mise en place de l'activité de marche nordique par CARDIO Franche-Comté, la stratégie a été d'adapter ce mode de financement pour permettre aux personnes de poursuivre une activité sur le long terme et au-delà des 3 années.

L'association s'est donné comme objectif de maintenir des tarifs peu élevés, d'autant que des personnes malades peuvent cumuler des difficultés financières.

Le Réseau Sport Santé ne verse pas les aides individuellement aux personnes incluses dans le dispositif PASS. CARDIO Franche-Comté facture le Réseau Sport Santé en fonction du nombre de personnes ayant participé à l'activité et en fonction du cycle annuel dans lequel elles se trouvent (prises en charge dégressives sur 3 ans).

En parallèle, chaque participant verse une cotisation annuelle à l'association. Des facilités de paiement sont proposées. Des fonds propres de l'association issus principalement des événements qu'elle organise, sont aussi dédiés à la mise en place de cette action, toujours dans le but de maintenir des tarifs accessibles à tous et de permettre la poursuite de l'activité après la sortie du dispositif PASS. C'est ainsi qu'un troisième groupe de marcheurs a été créé.



On aurait bien aimé que ce soit gratuit mais le problème des activités gratuites, c'est ce que les gens sont pas forcément motivés, ils vont, ils viennent, ils ne viennent pas, ...

Donc on a dit il faut quand même qu'il y ait un minimum de participation financière pour fidéliser les gens.

Un deuxième partenariat a été développé avec un fournisseur de matériel de sport qui accorde une remise aux adhérents pour l'achat de bâtons de marche nordique.

La stratégie de CARDIO Franche-Comté a été également de **mobiliser les compétences** nécessaires en faisant appel à un entraîneur sportif professionnel.

La personne retenue a suivi la formation fédérale Coach Athlé-Santé de la Fédération Française d'Athlétisme (FFA) d'une durée de 246 heures.

Être Coach Athlé Santé,

C'est être diplômé d'un brevet d'état d'éducateur sportif en athlétisme, avoir réussi un test d'entrée pour bénéficier d'une formation continue dispensée par la Fédération Française d'Athlétisme et être reconnue par le Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports.

Le Coach Athlé Santé encadre des activités de santé et de loisir telles que la marche nordique, l'accompagnement running, la condition physique et la remise en forme ; et peut apporter des conseils en matière de nutrition et d'entraînement.

Le Coach Athlé Santé, formé également par le milieu médical (médecins, diététiciens, nutritionnistes, pneumologues, diabétoques, problèmes d'addictions...) dispose des compétences pour proposer un contenu adapté aux publics présentant des pathologies comme le diabète, le surpoids, l'obésité, les maladies cardiovasculaires, etc...

Le coach Athlé Santé évalue la condition physique de chaque nouvel inscrit à l'activité et adapte les séances aux besoins et attentes de chacun. Il dispose systématiquement d'un certificat médical, il est informé des pathologies et des consignes à respecter : efforts, mouvements, rythme de marche autorisés.

Il anime les séances en tenant compte des capacités des participants dont il a la responsabilité avec pour objectif le maintien et/ou l'amélioration de la santé des personnes. Il veille à l'homogénéité des groupes tant au niveau de la taille du groupe que des capacités des personnes. Il est également le garant de la technique de marche spécifique à l'activité de marche nordique avec des bâtons.

La première année de mise en place de l'action, une séance hebdomadaire était proposée, celle-ci se déroulait sur du terrain plat, puis des personnes ont ressenti le besoin d'avoir une deuxième séance. Celle-ci a été mise en place sur du terrain un peu plus vallonné dans les bois, rendant le parcours plus physique pour faire fonctionner tout le système cardio vasculaire et développer l'endurance. Suivant les personnes, le rythme est de 3 à 5 km / heure. Les circuits sont définis par le coach. Le calendrier des séances s'étend de septembre à juin, avec quelques restrictions : annulation l'hiver en cas de fortes chutes de neige, de verglas ou si la température est en dessous de -3° et l'été, si la température est et au-dessus de 30°.

Chaque séance débute par un temps d'échauffement et se clôture par des exercices d'étirement.

L'association et le coach travaillent en symbiose pour la mise en place des groupes de marche. Il peut y avoir différents niveaux, des personnes plus entraînées ou n'ayant pas forcément de pathologies invalidantes, qui marchent à un rythme plus soutenu, et reviennent régulièrement en cours de séance, vers les participants qui vont moins vite. Le groupe reste ainsi ensemble pendant toute la durée de la marche. Cette façon de faire montre l'entraide et le lien créé entre les participants.

EVALUATION

Dans le cadre du suivi du PASS (Parcours d'Accompagnement Sportif pour la Santé) par le Réseau Sport Santé (RSS), des évaluations des bénéfices de la pratique sont réalisées 3 fois par an. Elles consistent à réaliser des exercices individuels : s'asseoir, marcher pendant 6 minutes, compter la distance, faire des pompes contre un mur, ... Les évaluations ont lieu dans une salle mise à disposition gracieusement par la mairie.

Les résultats sont transmis par le coach au Réseau Sport Santé par le biais du portail EsPASS, plateforme numérique dédiée aux acteurs du Sport-Santé en Bourgogne Franche-Comté.

Outre les évolutions de la condition physique, l'association constate la satisfaction des participants lors d'échanges informels et par leur assiduité.



Je participe à l'activité avec eux et je discute avec eux. Les gens effectivement sont contents, s'ils reviennent c'est qu'ils sont satisfaits. Ils sont contents de se retrouver entre eux, nouent des liens d'amitié et des fois, à la fin de la séance, sur le parking, y'en a qui ouvrent leurs voitures, s'assied au bord du coffre, ôtent leurs chaussures et d'autres viennent les rejoindre et commencent à discuter, sur tout et rien, ça peut durer une demi-heure. C'est aussi un lieu de rencontre.



Quand il y a la séance de marche nordique, des fois je n'ai pas envie de sortir, j'y vais un peu à reculons, j'arrive là-bas, je commence à discuter avec les gens, et quand je repars je suis tout content d'y être allé.

Tout seul on n'est pas motivé. Le fait d'être en groupe il y a une motivation. C'est ce que j'ai ressenti au départ. Être avec d'autres personnes ça aide, on échange aussi sur les problèmes de santé. La personne qui a un problème cardiaque, elle n'ose plus faire des choses. Elle appréhende. Dans un groupe comme ça on retrouve des repères et on voit « qu'on est pas fini ».

En interne, l'association réalise **un suivi** de l'activité au niveau administratif et en termes de présence aux différentes séances. Elle recense pour chaque personne :

- Le numéro d'adhérent, les coordonnées,
- La date d'adhésion,
- La fiche de renseignement (inscription) remplie,
- La fourniture du certificat médical,
- La date de règlement et le montant de la participation,
- L'ancienneté dans la pratique pour le suivi du financement du Réseau Sport Santé,
- La copie de la carte d'identité transmise au Réseau Sport Santé,
- Le formulaire de droit à l'image.

3 moments clés de l'action



L'association a pris conscience qu'en sortie de soins, le patient pouvait se sentir seul face à sa pathologie. Encadré pendant sa période de rééducation, il ne bénéficie plus d'accompagnement notamment concernant la poursuite d'une activité physique adaptée.

Le déploiement de l'activité de marche nordique à l'initiative de CARDIO Franche-Comté permet de maintenir le bien-être physique et moral des adhérents. Il est démontré scientifiquement que l'activité physique et sportive apporte un bénéfice dans le traitement de nombreuses maladies. La marche nordique fait fonctionner 80% du système musculaire. L'association rapporte le cas d'une personne en attente de greffe qui, après une période de pratique de marche nordique, a récupéré 10% de sa masse musculaire, ce qui l'a fait sortir de la liste d'attente de greffe.

Le partenariat avec le Réseau Sport Santé est un facteur facilitant pour le financement de l'activité au niveau de l'association. Par ailleurs, l'association, en proposant la marche nordique directement à ses adhérents, simplifie les démarches pour l'inscription au dispositif PASS. Cette modalité permet d'intégrer des personnes qui ne se seraient peut-être pas inscrites elles-mêmes dans cette démarche.

Le choix de l'entraîneur sportif par l'association a été une étape déterminante dans la mise en place de l'activité. Celui-ci devait répondre à un certain nombre de critères en lien avec les besoins spécifiques du public cible.

Principaux enseignements

Résultats observés

L'activité débutée en 2015 perdure encore aujourd'hui. A ce jour, 57 personnes ont bénéficié du dispositif. On comptabilise 70 séances par an.

Un des intérêts de ce dispositif est le suivi d'une cohorte de patients engagés dans un parcours d'accompagnement sportif, dont les bénéfices sont évalués régulièrement.

Outre le maintien de la condition physique, l'activité revêt un aspect convivial et permet le lien social.

Cette action déployée à l'initiative d'une association, bénéficiant de connaissances notamment du fait de l'expérience de vie avec la maladie de ses membres dont le Président, a pu se concrétiser grâce au développement de partenariats, condition indispensable pour sa mise en œuvre.

Freins et leviers

Principaux freins identifiés :

- Le manque de visibilité autour de cette activité de marche nordique est pointé par l'association. Malgré ses efforts pour mobiliser le public, elle peine à trouver des relais en termes de communication.
- L'accès au dispositif d'activité physique adaptée reste méconnu notamment des professionnels de santé qui n'ont pas toujours le réflexe de le proposer dans le parcours de soin du patient.
- Cette action est transférable mais le manque de ressources financières et humaines supplémentaires ne permet pas de déployer le dispositif sur d'autres secteurs de la région. En effet, en termes de subvention, une ville aide une association dont le siège social se situe sur la commune. Cela prive des personnes de bénéficier de cet accompagnement spécifique nécessaire pour prévenir les récives et maintenir les bienfaits de la rééducation.
- Les évaluations individuelles sont organisées par CARDIO Franche-Comté à des dates fixes, identiques pour tous. Cela peut constituer un frein dans le sens où toutes les personnes engagées dans le dispositif ne sont pas disponibles. Dans ce cas, le suivi n'est pas réalisé.

Principaux leviers identifiés :

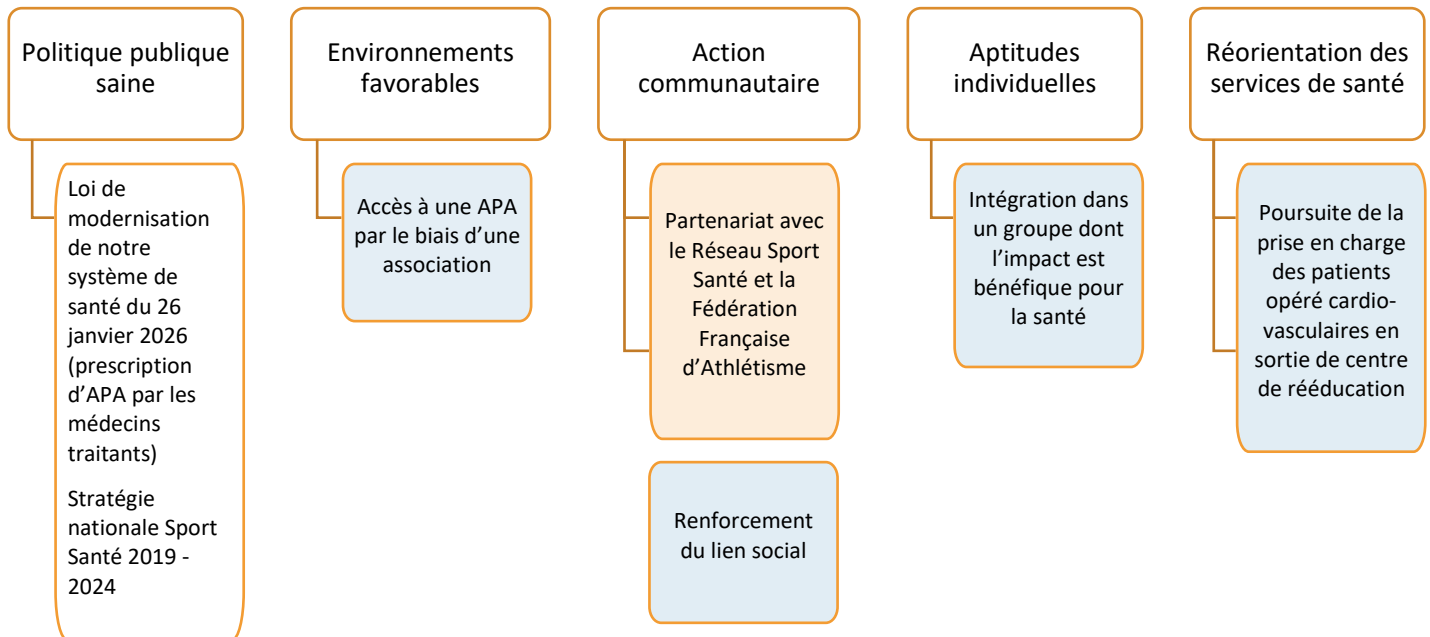
- L'engagement et la volonté d'administrateurs de l'association, en particulier le Président et le trésorier ont été moteur pour la mise en place et le suivi de l'activité. Par leur expérience, ils ont su identifier les besoins des personnes souffrant de pathologies cardio-vasculaires et œuvrer avec l'association pour y apporter une réponse adaptée.
- L'association a fait appel à un entraîneur sportif dynamique, à l'écoute et respectueux des niveaux de chaque participant.
- La coordination entre l'association et le Réseau Sport Santé a permis d'adapter le dispositif PASS, ce qui a facilité l'accès à la marche nordique pour un grand nombre de personnes.

Modalités d'action

Le schéma ci-dessous décrit les actions développées dans le cadre de ce programme afin de mettre en exergue leurs contributions aux cinq axes de la promotion de la santé définis par [la charte d'Ottawa](#).

Légende des publics concernés par chacune des actions :

- Partenaires (en orange)
- Personnes à risques de récives cardiovasculaires (en bleu)





Pour aller plus loin

Dossier maladies cardio-vasculaires du Ministère de la Santé et de la Prévention

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladiescardiovasculaires/article/maladies-cardiovasculaires>

Stratégie régionale Sport Santé Bourgogne Franche-Comté 2020 - 2024

<https://espass-bfc.fr/component/flexicontent/download/141/448/75?method=view>

Stratégie nationale Sport Santé 2019 - 2024

<https://www.sports.gouv.fr/strategie-nationale-sport-sante-2019-2024-85>

Guide HAS : consultation et prescription médicale d'activité physique à des fins de santé chez l'adulte

https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2018-10/guide_aps_vf.pdf

La réalisation de cette fiche s'est appuyée sur la méthode de capitalisation des expériences en promotion de la santé définie dans le cadre de la **démarche CAPS**.

La démarche CAPS de **Capitalisation des expériences en promotion de la santé**, menée depuis 2017 par un Groupe de travail national Capitalisation coordonné par la Fnes et la SFSP, s'inscrit dans l'initiative nationale InSPIRe- ID, dont l'objectif est d'élaborer un dispositif national de partage de connaissances en santé publique.

L'objectif de la démarche CAPS est de repérer des projets riches en enseignements et d'organiser leur capitalisation, d'appuyer les accompagnateurs et les porteurs d'action impliqués et d'alimenter le [portail CAPS](#) qui accueille les connaissances issues de l'expérience.

Afin de diffuser la démarche de capitalisation, le Groupe de travail national Capitalisation a élaboré un guide conceptuel et un cahier pratique et développé, en lien avec l'EHESP, une offre de formation à destination des accompagnateurs de capitalisation. L'ensemble de ces éléments se retrouvent sur le portail CAPS.

Le déploiement de la capitalisation des expériences en promotion de la santé est mené avec le soutien de la Direction générale de la santé et de Santé publique France.