

LA CARTE D'IDENTITÉ DU PROJET

Programme Fit'séniors
NCAA (Nice Côte d'Azur Athlétisme)

Thématique(s)

La thématique ciblée par le NCAA est la santé sociale et la santé physique.

Objectifs

Le club a un objectif prioritaire : réaliser des performances.

> Accompagner et former les athlètes à la compétition

Et secondairement : il souhaite développer le sport-santé.

> Accompagner les gens à un mode de vie plus autonome et plus actif.





Public(s) concernés

Adultes et séniors



Stratégies d'action déployées

- Programme As du cœur
- Programme Fit'séniors



Activités déployées

Le club met en place des séances spécifiques. Les 2 programmes fonctionnent de la même manière avec 2 séances par semaine, une séance de renforcement musculaire et une séance de marche nordique. Le club a recours de manière ponctuelle à des compétences extérieures (ex. diététiciens).



Partenaires impliqués

Différents partenaires permettent l'implémentation des deux programmes : Azur Sport Santé se charge de la coordination et la promotion. L'AG2R finance le programme Fit'séniors et établit les contacts avec les pratiquants. L'ARS PACA finance le programme As du cœur, ainsi que les établissements de santé au sein desquels se déroule le programme As du cœur (Hôpital des Sources et Maison du mineur).



Financements

Pour le programme As du cœur : le club est actuellement en recherche de financement mais auparavant il bénéficiait d'un financement de 50 000€ répartis à environ 50/50 entre Malakoff Médéric et ARS PACA.

Pour le programme Fit'séniors : c'est l'AG2R qui finance.



Territoire/lieu de déroulement de l'action

Nice est (site Vauban), ouest (site Charles Ehrmann), nord. Les bureaux du club sont à Nice ouest.



Indicateurs d'évaluation

Le club évalue différents comportements via deux niveaux : « pour les pratiquants et pour les financeurs. En ce qui concerne les indicateurs évaluant les comportements individuels, ce sont des indicateurs physiques et de la douleur, est-ce que c'est plus ou moins simple ?, comment je me sens ?. Je ne sais pas si on peut mettre ça sous le couvert de la motivation, mais plus côté psycho on va dire. Et à la fin, nous réalisons vraiment un bilan de condition physique : le 6' marche je le fais en combien de temps, le nombre d'assis-debout j'en fais combien et plus un côté bien-être on pourrait dire. Comment est-ce que je me sens : est-ce que je suis plus fatigué, est-ce que je suis moins fatigué, ce genre de choses-là, ce genre d'indicateurs.

Côté financeurs, nous évaluons plutôt des taux de participation : je leur mets également ces tests des personnes, qu'il y a eu une amélioration de la condition physique des personnes qui ont intégré le programme mais après pour les financeurs on est plus sûr de l'évaluation à quoi sert notre financement. Ils n'imposent pas d'indicateurs c'est nous qui les mettons. Je pourrais les ressortir. »

Le programme Fit séniors du NCAA

L'action en quelques mots

Le programme Fit'séniors cible principalement l'entretien des capacités musculaires et cardiovasculaires, pour favoriser la santé mentale, sociale et physique des séniors, en proposant une activité physique visant l'autonomisation de la personne par un maintien de sa condition physique et le développement du lien social entre les pratiquants.

Le programme Fit'séniors rencontre trois intérêts majeurs pour le club : 1/développer le sport-santé et accueillir des populations séniors, 2/ renforcer le modèle économique du club, où le sport-santé (notamment le programme Fit'séniors) permet de financer les coûts du sport de Haut Niveau (10% du budget vient des programmes Sport-Santé et ne sont pas dépensés uniquement par cette section), 3/ Accroître la reconnaissance du club en tant qu'acteur du sport-santé (par des partenariats et des communications en colloque).

Le programme Fit'séniors est un partenariat avec AG2R qui finance la prise en charge de ces affiliés séniors (65 ans et plus) par le NCAA.

Le contexte

Le NCAA est un club d'athlétisme Niçois, qui accueille différents types de pratiquants sportifs : des athlètes de haut-niveau, une école d'athlétisme, des personnes vulnérables (grâce notamment au programme As du Cœur), des pratiques loisirs (Fit' Athlé), des séniors (Programme Fit'séniors). Le club a un budget de 596 863 euros en 2019 et emploie 7 salariés, dont un dédié uniquement au développement du sport-santé. Le club est porté notamment par Odile et Stéphane Diagana, qui sous-traitent le programme As du Cœur qu'ils ont créé pour une mise en place à l'échelle du club. Au-delà du site principal de pratique, il inclut deux sections locales à Valbonne et à Antibes. Le club est classé 8ème club français.

Le programme se déploie sur la ville de Nice, principalement Nice Ouest, Nice Est et Nice Nord. Les sessions se déroulent soit au Parc des sports Charles Ehrmann, soit à l'Hôpital des Sources ou à la Maison du Mineur à Vence, qui sont des services de soins de suite et de réadaptation. Les personnes qui participent sont en ambulatoire et non hospitalisés.

En ce qui concerne le programme Fit'séniors, il n'apparaît pas en tant que tel dans le plan de développement du club, mais le programme 'As du Cœur' dont il est dérivé apparaît. Néanmoins, une convention existe entre le NCAA et AG2R qui régit la collaboration, avec l'aide de juristes sur les points stratégiques. Le responsable sport-santé fait un bilan lors de certaines réunions d'équipe sur la fréquentation et le déroulement, mais communique peu sur le programme. Les pratiquants de ces dispositifs ne croisent pas les autres pratiquants du club, sauf exceptionnellement à l'assemblée générale ou lors d'un événement. Chaque créneau est un groupe à part entière, qui entretient des liens au sein du groupe. Il n'y a pas de charte ou de règlement particulier pour cette action. L'absence d'offre de sport-santé sur le territoire niçois a amené le club, il y a cinq ans, à lancer le programme As du Cœur. Ce programme visait une prise en charge de personnes présentant des pathologies par la pratique d'activité physique adaptée, avec un contenu de séances spécifique.

Le club a perçu la demande de la population concernant le développement du sport-santé, l'absence de solutions pour les politiques dans le soin développement il y a cinq ans et l'opportunité de proposer à un de ses entraîneurs la formation coach-athlé-santé.

L'opportunité

Historiquement, le partenariat qui a lancé le programme As du Cœur était un partenariat avec l'assurance santé Malakoff Médéric. Ensuite, ce premier partenariat s'est arrêté, ce qui a ouvert la porte à un partenariat avec AG2R, grâce à un contact du responsable sport-santé avec une personne au sein d'AG2R, qui cherchait des événements pour mettre en avant l'entreprise et ses partenaires.

En ce qui concerne As du Cœur, le programme qui a inspiré Fit'séniors, il est né en 2015, grâce à une collaboration avec l'Université Côte d'Azur, sur la base d'une première étude scientifique et soutenue par Stéphane et Odile Diagana, très présents dans les structures dirigeantes du club. Ce programme est la propriété de « Diagana Sport Santé », qui délègue au NCAA le programme pour sa mise en place, promotion, etc. C'est toujours le même socle d'actions, qui est déléguée à une association ou entreprise pour être mise en place. Le programme Fit'séniors est en place depuis deux saisons sportives.

Les principes d'action de l'action

Les principes d'action sont :

- > Une prise en charge par un enseignant APAs ou entraîneur formé au vieillissement pour une pratique d'activité physique adaptée et personnalisée
- > Un accès financier et de mobilité favorisé pour les pratiquants, puisque la cotisation est de 25 euros par an et les lieux sont desservis par les transports en commun
- > Un travail d'intégration sociale et de connexion sociale, notamment par la proximité entre les pratiquants et avec le responsable du programme. Comme l'illustre la citation : « Moi, c'est ce que je dis après aux encadrants des autres créneaux, on apporte du social, on apporte du lien social, on apporte de la discussion. Après il faut pas faire chier les gens avec il fallait faire 10 squats, on n'en a fait que 8. Si la personne, elle veut papoter, elle papote, en fait. Il y a 2 poids, 2 mesures, et moi, en fait je tourne beaucoup à la rigolade. C'est-à-dire que je le vois, quand ils se mettent à côté, je leur demande de faire un exercice : « Ah ouais, donc machin... » « Vous faites quoi là ? » « On travaille, on travaille. » « D'accord. » (Rires). Ça ne fait pas rire tout le monde, mais après c'est un besoin qu'ils ont aussi. Il y a des gens qui vivent seuls, c'est peut-être le seul moment où ils voient d'autres personnes, autant les laisser tranquilles. C'est un outil, en fait, on fait du social et l'outil qu'on a c'est le sport. Ce n'est pas plus que ça. »

Les objectifs du projet

Le programme Fit'séniors vise à entretenir les capacités musculaires et cardiovasculaires, pour favoriser la santé mentale, sociale et physique des séniors, en proposant une activité physique visant l'autonomisation de la personne par un maintien de sa condition physique et le développement du lien social entre les pratiquants.

Les objectifs poursuivis actuellement sont de maintenir le programme (qui est au maximum de sa capacité d'accueil) et le partenariat dans les années futures. Veillant à garantir l'exclusivité à AG2R et ayant d'autres programmes comme As du Cœur ou Fit Athlé, le club ne vise pas une augmentation du nombre de personnes prises en charge. Le responsable du programme explique : « si l'année prochaine, si c'est encore une fois reconduit, là, à ce moment-là on pourra dire : « Bon, ben, est-ce qu'on voit plus grand ? Est-ce qu'on reste sur ça ? » Le souci c'est que là, on va commencer à accumuler des gens. Ça, on a un souci sur ces 2 créneaux-là principalement, c'est l'accumulation de personnes. Des gens qui devraient potentiellement partir et qui restent, donc forcément à un moment donné si j'ai 15 places qui sont prises par 15 anciens, je n'en prends pas 15 nouveaux. »

Le contenu de l'action

L'action réalisée est une prise en charge collective (par groupe de 12 à 15 personnes) de deux séances par semaine, complétée par de la marche nordique, en saison sportive (entre mars et décembre, l'été tout s'arrête de fin juin à septembre), avec un coût d'inscription de 25 euros, pour les séniors (60 ans et +) d'AG2R, ayant une pathologie ou non. Le public ciblé comprend 2600 personnes âgées affiliées à l'AG2R sur le territoire niçois. L'année dernière 9000 courriers ont été envoyés, pour 300 contacts téléphoniques et 70 places disponibles. Le public touché est approximativement de 80 personnes par an, équilibré en termes de genre et de personnes présentant une pathologie ou non.

Les pratiquants de Fit'séniors ne rentrent pas dans les dispositifs sur prescription médicales, puisqu'ils sont envoyés par AG2R, qui ne communique pas les données personnelles de ses adhérents, le NCAA fait donc un bilan à l'arrivée des personnes et demande un certificat de non contre-indications à la pratique et une fiche type, pour mieux connaître les pratiquants, leurs limitations fonctionnelles et leurs besoins : « C'est vraiment à la discrétion des gens de dire à l'encadrant : « Ah ben moi, j'ai mal au genou, j'ai des problèmes de cœur ou autres. » Moi, c'est le seul bémol que je trouve à ce programme-là, personnellement, mais comme AG2R ne peut pas divulguer des informations confidentielles sur des prises de médicaments ou autres, on est parti là-dessus. »

Une séance type a été décrite lors de l'entretien : « Une séance de renforcement musculaire, par exemple, les personnes arrivent, elles se changent, elles se mettent à l'aise, on va dire. On a un petit échauffement. Donc, moi, personnellement, je vais faire un peu d'endurance, les personnes vont faire un ou 2 tours de marche, ça dépend des distances, un petit échauffement articulaire, toujours un peu basé sur l'athlé, au final. Moi, typiquement, à l'Hôpital des Sources ils vont faire un tour en montée de genoux, un tour en talon-fesse, un tour avec des tours de bras, ce genre de choses. Derrière, sur le renforcement, moi, j'installe tout le circuit training de base, donc 5-6 ateliers que je dédouble ou pas en fonction du nombre de personnes. Et après, moi, je pars du principe que les personnes, elles doivent faire tout le circuit, dans l'ordre qu'elles veulent, on s'en fout, mais voilà, elles doivent faire les 5 ou 6 ateliers. Donc, je leur explique les 5 ou 6 ateliers, une fois que s'est fait, on fait une mini pause, le temps de boire un coup, et elles partent sur l'atelier. Après, l'atelier, c'est souvent du fractionné : une minute d'effort, 15-30 secondes le temps de changer d'atelier. Et en fait ça tourne comme ça, et moi, je time le truc. Et ça me permet, en fait, de tourner sur les ateliers, d'aller voir les gens. Soit de discuter avec eux, soit de les corriger parce qu'il y a besoin de faire une correction. Donc ça, on arrive à faire à peu près, en fonction du nombre qu'ils sont et en fonction de la dynamique du moment, si ça discute pas mal ou quoi, on peut faire entre 2 et 4 tours. Et un peu à la fin de chaque tour, on fait une pause, on boit un coup, 2-3 minutes, ce n'est pas précis, précis, mais on voit ensemble. Après, on voit au visage des gens s'ils peuvent y retourner ou pas. Donc, ça, c'est la séance et après, petit retour au calme, étirements, et terminé. Et quand on fait la marche, c'est assez équivalent, sauf qu'on va remplacer le renforcement par la marche. »

Les encadrants ont une formation spécifique soit grâce à leur diplôme, soit grâce à un accompagnement du responsable de la section sport-santé : « je les ai formés ou je les ai fait former soit par la Fédé, soit par d'autres organismes aux séniors. Pas forcément sur une pathologie, mais à l'activité physique senior. Après, moi, je suis coach-athlé-santé pour la FFA, j'ai un Master en STAPS et ma collègue qui est aussi salariée, elle a une licence APAS, donc à tous les 2 on a pu quand même leur donner pas mal de contenus. Et ça fait 5 ans qu'on intervient sur le programme As du Cœur, donc on est quand même assez rodé au vieillissement, on va dire pour pas qu'ils partent sans rien ».

Les partenaires du projet/ de l'action

Plusieurs partenaires ont été identifiés :

- > Diagana Sport Santé, qui a conçu le programme, délègue son implémentation et sa diffusion au NCAA.
- > Le SSR de l'hôpital des Sources accueille des créneaux, c'est un partenariat qui date du lancement d'As du Cœur, cela permet à l'hôpital d'avoir une continuité dans la prise en charge de ses patients, notamment ayant des pathologies cardiovasculaires et cela facilite le recrutement des pratiquants.

- > AG2R qui financent à hauteur de 30 000 euros pour la mise en place du programme. Une convention de partenariat régule cette collaboration. AG2R contacte ses adhérents par un courrier qui envoie les personnes intéressées vers le responsable du programme. L'inscription se fait par ordre chronologique d'appel (premier qui appelle, premier servi). AG2R demande annuellement un rapport sur les noms des pratiquants sportifs, les présences, les résultats des tests (avant, pendant, après), pour défendre le renouvellement du financement chaque année. Des échanges informels entre les deux parties ont lieu en cas de besoins ou de demande.
- > L'ARS finance également le programme As du Cœur (à hauteur de 20 000 euros), qui était le programme initial.
- > Pour le programme As du Cœur, le dispositif Nice Santé, de sport sur ordonnance envoie des pratiquants dans le programme As du Cœur, et il y a une collaboration avec des médecins au niveau local pour diriger des patients vers le programme également.
- > Pour le programme As du Cœur, un partenariat avec le LAHMESS (Laboratoire Motricité Humaine Expertise Sport Santé) de l'Université de Nice a permis de publier et de tester le programme scientifiquement, mais également de présenter la démarche lors de congrès.
- > Un partenariat avec la Fédération Française de Cardiologie permet de récupérer et distribuer des goodies auprès des pratiquants (pour le programme As du Cœur)

L'évaluation

Des tests sont effectués à l'entrée dans le programme (mars), avant l'été (juin) et en fin de programme (décembre), pour suivre l'évolution des pratiquants, notamment sur un test de marche et d'autres tests de condition physique. L'évaluation sert à plusieurs fins : le bilan initial permet d'adapter le suivi pour le pratiquant, les bilans en milieu et fin de programme permettent de suivre l'évolution des pratiquants, mais ne sont pas un indicateur principal dans l'évaluation-sanction du financeur, les taux de participations sont le critère principal pour AG2R. Le bilan est composé d'un test de 6 minutes, de tests physiques et de questions sur le bien-être.

L'ancrage dans un modèle théorique ou des données scientifiques

Le programme As du Cœur a fait l'objet de publications scientifiques dans différentes revues :

> Fournier, M., Radel, R., Bailly, L., Pradier, C., Fabre, R., Fuch, A., ... & d'Arripe-Longueville, F. (2018). "As du Cœur" study: a randomized controlled trial on physical activity maintenance in cardiovascular patients. *BMC cardiovascular disorders*, 18(1), 77.

> Bailly, L., Mossé, P., Diagana, S., Fournier, M., d'Arripe-Longueville, F., Diagana, O., ... & Radel, R. (2018). "As du Cœur" study: a randomized controlled trial on quality of life impact and cost effectiveness of a physical activity program in patients with cardiovascular disease. *BMC cardiovascular disorders*, 18(1), 225.

Son déploiement au niveau national est actuellement à l'étude.

Les limites du projet/ de l'action

La limite majeure est l'exclusivité du partenariat avec AG2R, qui ne permet pas d'ouvrir à des non-adhérents et réduit l'accessibilité à tous. Les créneaux étant complets et les personnes souhaitant poursuivre les séances au-delà d'une année, le dispositif permet peu d'entrées de nouveaux pratiquants sportifs. Une autre limite repose sur la disponibilité des encadrants, si une augmentation des créneaux était envisagée.

Le programme « As du Cœur » proposait un suivi nutrition, un accompagnement avec de la sophrologie (selon un partenariat et un tarif préférentiel avec un sophrologue) et d'autres activités de sensibilisation à la santé au départ, qui ont été abandonnées, puisque les pratiquants restent dans le dispositif et ne sont plus demandeurs à long terme.

Le programme Fit'séniors s'arrêterait si le partenariat avec AG2R et l'ARS PACA s'arrête et qu'il n'y a pas nouveau financeur.

Les barrières à la mise en place ont été : 1/ le fait de trouver un lieu pour pratiquer et de le conserver au fil du temps, 2/ le type de pratique proposé, parce qu'une formule cyclisme a été proposée, sans succès auprès des pratiquants, 3/le fait de trouver des encadrants pour ce créneau de pratique.

Les moments clés du projet

Le premier moment clé est le lancement du programme As du Cœur par Diagana Sport Santé, qui a permis au programme d'exister et d'être testé scientifiquement.

Le second moment clé est la fin de la convention avec Malakoff Médéric, qui a permis de nouer un nouveau partenariat avec AG2R. Malakoff Médéric a financé pendant quelques années, en estimant encourager un programme innovant, puis a décidé d'arrêter de financer car le programme n'était plus innovant au vu de sa durée de mise en place.

Le troisième moment clé a été l'engagement du responsable Sport-Santé, en CDI directement pour créer un poste pérenne pour gérer la pratique de loisirs et de sport-santé.

Le quatrième moment clé a été la reconduction du programme Fit'séniors, avec des réajustements sur l'âge des pratiquants.

Si c'était à refaire

Il y a eu peu d'écueils par rapport à la mise en place du programme de manière générale, plutôt l'idée de bien suivre et s'en tenir au cadre de la convention passée avec AG2R. Un obstacle a été au départ la constitution de dossiers très lourds pour les pratiquants pour collecter des informations sur les indications et non-contre-indications à la pratique sportive, mais une transition entre un document de 15 pages à un document de 3 pages a permis de surmonter ce problème. Il y a plusieurs éléments clés qui ont été réunis pour pouvoir mettre en place le programme et une adaptation constante par le responsable du programme, notamment pour suivre les pratiquants sportifs, pour proposer des pratiques ludiques, pour prendre soin du groupe.

Plusieurs points de réussite sont à noter :

- > Le programme proposé par Diagana Sport-Santé est validé scientifiquement et reconnu nationalement
- > Fit'séniors tourne à plein régime et les créneaux sont remplis, la demande est supérieure à l'offre
- > Ce programme rapporte de l'argent au club pour proposer d'autres activités et représente avec d'autres programmes sport santé 10% du budget du club
- > Ce programme permet à des personnes de pratiquer pour 25 euros par an, ce qui est dérisoire et offre un accès à une pratique d'activité physique
- > Les pratiquants sont déçus quand ils ne peuvent pas venir aux séances, ils sont solidaires dans les tragédies de la vie quotidienne, développent une seconde « famille »

Les conditions pour reproduire l'action

Plusieurs éléments contextuels ont permis au programme de se développer :

- Le soutien de « modèle » en termes de sport-santé (Stéphane et Odile Diagana), qui avec leur appui et leur réseau ont permis le développement du programme et le lien avec les dispositifs nationaux et locaux
- Le contact privilégié avec AG2R existant entre le responsable du programme et une de ses connaissances
- L'essor du sport santé de la part de la fédération française d'athlétisme, notamment avec les programmes coach athlé santé
- La création d'un poste en CDI pour un responsable sport-santé au sein du NCAA
- La valorisation du programme « As du Cœur » par des publications scientifiques et des présentations en congrès
- Le fait de pouvoir proposer des créneaux le matin, car c'est la plage préférée des séniors pour ce type d'activité

Les compétences spécifiques nécessaires pour la mise en place du projet :

- L'encadrement des personnes qui doit se faire par un entraîneur formé au sport-santé (principalement vieillissement) ou un enseignant en APAs pour proposer des programmes personnalisés
- Une grande disponibilité et une grande écoute de la part du responsable du programme, qui accompagne chaque patient, notamment en début de programme, pour identifier les trajets de bus, transmettre les horaires, échanger par SMS pour tout problème, se rendre disponible pour les pratiquants
- Une capacité à revoir à la baisse les attentes « sportives » et à adapter le contenu en fonction de l'état des personnes et de leur envie, à laisser les pratiquants discuter et bouger, dans le cadre établi, sans pression sur la « performance »
- Une plus grande souplesse administrative dans la mise en place du dispositif, en allégeant les dossiers à remplir
- Des compétences en communication qui ont été développées au fur et à mesure des projets, car il n'y a pas de chargé de communication au sein du club.

Éléments clés au regard de la Charte d'Ottawa

- > Une convention a été signée entre AG2R et le NCAA
- > Ce programme s'insère dans la stratégie nationale sport-santé
- > Le NCAA est soutenu par l'ARS pour ses autres programmes Sport-Santé
- > Le programme As du Coeur, fondement de l'approche, est déployé actuellement au niveau national

- > Offrir une pratique d'activité physique adaptée à des séniors d'AG2R
- > Permettre au club de sport d'accueillir des séniors dans le cadre de la pratique d'activité physique adaptée

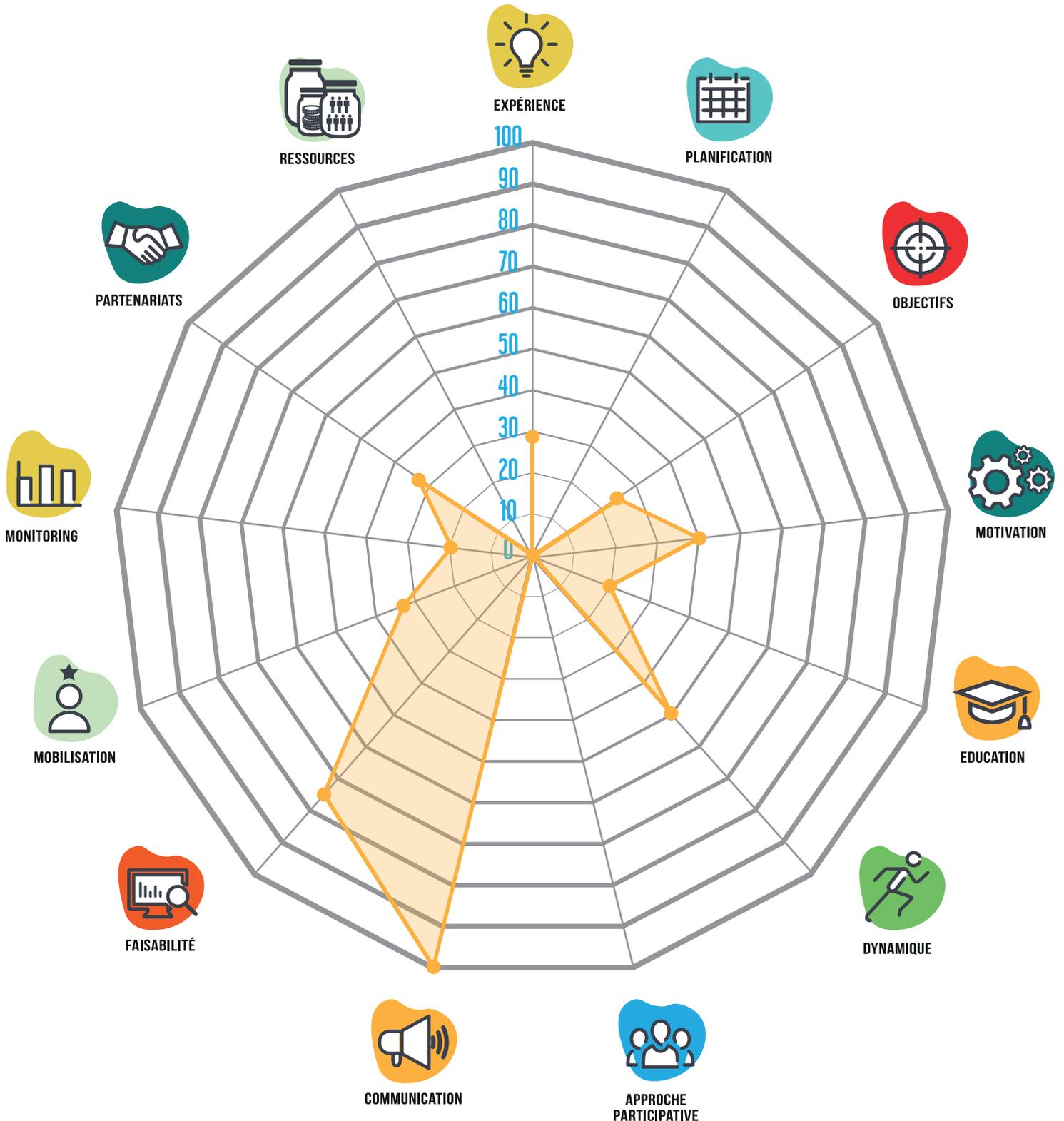


- > Par cette approche, le potentiel du club de sport à offrir des bénéfices pour la santé des séniors inscrits dans ce programme par la pratique d'activité physique est mobilisé.

- > Le programme s'insère dans des soins de suite et de réadaptation et permet de faire le lien entre hopital et club de sport

- > Le programme permet le maintien de la condition physique, qui favorise l'autonomie et la qualité de vie des séniors, ainsi que leur santé sociale

Éléments clés au regard du modèle du club de sport promoteur de santé



Éléments clés au regard du modèle du club de sport promoteur de santé



Communication

Créer un plan de communication (COM1) : Un plan de communication, avec le rôle d'AG2R dans la diffusion du programme et le relais pris par le club pour les inscriptions a été développé.

Assurer la communication externe du club de sport (COM4) : Des communications lors de colloques au niveau régional et national sont assurées pour promouvoir le programme et les actions sport-santé du NCAA.

S'assurer que le club communique avec tous les partenaires (COM5) : Des communications informelles avec AG2R sont régulières et un bilan est fait chaque année avec la publication d'un rapport.



Dynamique

Tenir compte des interactions entre l'individu et son environnement, lors de la définition des objectifs de promotion de la santé (DYN2) : le programme a été proposé pour coller aux demandes des séniors et à l'emploi du temps, dans les horaires, dans l'accompagnement quotidien sur les aspects pratiques et dans l'adaptation des séances.



Education

Adapter individuellement le soutien aux dirigeants et entraîneurs en fonction du public qu'ils encadrent (tutorat, cours, e-learning) (EDU3) : Le responsable sport-santé a proposé des formations ou a accompagné les entraîneurs sportifs pour leur permettre l'encadrement spécifique de ce public.



Expérience

Identifier les expériences antérieures du club de sport en matière de promotion de la santé (EXP1) : le club s'est fondé sur son expérience As du Cœur pour proposer le programme Fit'séniors.

Identifier la volonté organisationnelle en faveur de la promotion de la santé (EXP2) : Les dirigeants, notamment Odile et Stéphane Diagana ont poussé l'engagement du club dans la dynamique sport-santé. Le recrutement d'un salarié à temps plein sur ce poste est un signe fort.

S'appuyer sur des outils probants existants en promotion de la santé (EXP5) : le club s'est fondé sur son expérience As du Cœur, testé scientifiquement, pour proposer le programme Fit'séniors.

Faisabilité

Evaluer régulièrement les ressources financières mobilisées (FAIS1) : la convention est annuelle et donc un état des lieux est fait annuellement sur les financements sport-santé.

Evaluer régulièrement les ressources humaines mobilisées (FAIS2) : les capacités d'encadrement du créneau sont évaluées régulièrement et des adaptations ont lieu en fonction des disponibilités des encadrants.

Evaluer régulièrement la faisabilité de l'atteinte des objectifs (FAIS3) : L'évolution des patients est mesurée trois fois par an. L'atteinte des objectifs est mesurée une fois par an, lors du rapport annuel.

Objectifs

Définir des objectifs de la promotion de la santé (OBJ1) : les objectifs du programme Fit'sénieurs ont été écrits dans la convention.

Mobilisation

Mobiliser des icônes sportives pour votre cause (MOB1) : Odile et Stéphane Diagana ont porté le lancement du programme.

Identifier et mobiliser un ou plusieurs représentants en interne en promotion de la santé au club de sport (MOB3) : Un temps plein a été alloué par le club à la gestion du sport-santé et sport loisir.

Mobiliser les décideurs et élus locaux pour promouvoir la santé au sein des clubs sportifs (MOB5) : Le club a le soutien de l'ARS, est inscrit dans les dispositifs locaux de sport sur ordonnance, est en lien avec l'Université et la Fédération française de Cardiologie pour promouvoir ses programmes sport-santé.

Monitoring

Collecter ou répertorier les petites améliorations en vue d'atteindre les objectifs de promotion de la santé (MON1) : Le responsable de Fit'sénieurs adapte au quotidien et apprend continuellement de l'expérience pour améliorer le dispositif, même si ces adaptations ne sont pas consignées par écrit.

Suivre les effets des actions à court terme (changements sur 1 saison sportive) (MON3) : Le bilan d'entrée, à mi-programme et en fin de programme permet de suivre l'évolution des pratiquants.

Motivation

Favoriser des relations interpersonnelles positives entre les parties prenantes (MOT1) : la relation entre le responsable et les pratiquants est un échange d'écoute et de partage important pour les deux parties.

Tenir compte des compétences des entraîneurs à gérer les situations (MOT2) : le responsable de Fit'sénieurs est très regardant sur la qualité et le profil des encadrants dans ce dispositif, pour qu'ils soient à même d'accompagner au mieux les pratiquants.

Partenariats

Définir les modes de collaboration avec les partenaires existants et à venir (définir les rôles, partager les expériences, les termes du contrat, l'évaluation des résultats, le pouvoir égal des partenaires...) (PART2) : le club a mis en place une convention avec AG2R pour financer et permettre la mise en place de ce programme.



PROSCeSS

PRoMotion de la Santé dans les Clubs Sportifs

UNIVERSITÉ
CÔTE D'AZUR

Santé
publique
France

UNIVERSITÉ
DE LORRAINE

