



LE SPORT SANTÉ C'EST QUOI ?

Le Sport Santé c'est pratiquer une activité physique ou sportive pour son bien être, sa santé et maintenir un lien social.

Pourquoi ?

Préserver la santé par le sport

- Tout public
- Personnes en reprise d'activité physique
- Personne sans pathologie

Réduire les facteurs de risque

- Public à besoin spécifique
- Personnes atteintes de maladies chroniques
- Personnes vieillissantes

Faciliter l'accès à l'activité physique et sportive

- Personnes en situation de handicap :
- Moteur et sensoriel
 - Mental et psychique

Retrouvez toutes les structures sportives accueillant un public en situation de handicap sur www.handiguide.sports.gouv.fr



VOUS SOUHAITEZ NOUS REJOINDRE ?

Je suis une association sportive

- Je remplis le questionnaire Sport Santé Bien-Être structures sportives.
- Je peux bénéficier d'un accompagnement.
- Je me fais connaître auprès de la DDCSPP et du CDOS des Hautes-Alpes.
- Je peux intégrer le répertoire départemental Sport Santé Bien-Être structures sportives.

Je suis un professionnel de santé

- Je remplis le questionnaire Sport Santé Bien-Être professionnels de santé.
- Je peux bénéficier d'un accompagnement.
- Je me fais connaître auprès de l'ARS délégation des Hautes-Alpes.
- Je peux intégrer le répertoire départemental Sport Santé Bien-Être professionnels de santé.

Vos contacts pour les Hautes-Alpes

Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations (DDCSPP)

Corine Botta, Conseillère Sport
04 92 22 22 89 - corine.botta@hautes-alpes.gouv.fr

Agence Régionale de Santé délégation territoriale (ARS)

Sylvie Gondre et Laurent Halley, Service animation territoriale et projets transversaux
04 13 55 86 35 - ars-paca-dt05-prevention@ars.sante.fr

Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS)

Aurore Provost, Agent de développement
04 92 52 18 72 - aurore.cdos05@orange.fr



**REJOIGNEZ LES ACTEURS DU
SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE
DANS LES HAUTES-ALPES**

www.hautes-alpes.gouv.fr

Permettre l'accès à la pratique
d'une activité physique et
sportive



PRÉFET DES HAUTES-ALPES



PLAN DÉPARTEMENTAL SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE DANS LES HAUTES-ALPES

UN PROJET DÉPARTEMENTAL

Proposer une offre de pratique adaptée qui soit recensée et connue par le plus grand nombre. Les professionnels de santé, les structures sportives et tout public.

QU'EST-CE QUE LA PRÉVENTION DE LA SANTÉ PAR LE SPORT ?

Prévention primaire : La pratique d'une APS¹ contribue au développement ou au maintien de la santé chez le sujet sain.

Prévention secondaire : La pratique d'une APS¹ prévient et retarde l'apparition des symptômes chez les personnes qui présentent des facteurs de risques (diabète, maladies coronarienne, cancer, etc.)

Prévention tertiaire : La pratique d'une APS¹ contribue à améliorer la qualité de vie, l'état de santé et à prévenir l'aggravation et/ou la récurrence chez les personnes atteintes de maladies chroniques.

¹APS : Activité Physique et Sportive

UN RASSEMBLEMENT DE PARTENAIRES

En accord avec le plan Sport Santé Bien-Être en PACA, les acteurs du territoire haut-alpin représentés par la DDCSPP, la DDARS, le mouvement sportif, des professionnels de santé et des professionnels de la prévention et promotion de la santé, entreprennent une démarche de partage de connaissances et d'expériences.

- 1 Couvrir l'ensemble du territoire en matière d'accès aux APS¹.
- 2 Mutualiser et relayer les compétences en fonction du public, de ses spécificités, de ses besoins et son évolution dans le temps.
- 3 Diminuer les points de ruptures dans la pratique des APS¹.

ÉTAPE 1 Rédaction d'un document fondateur pour les acteurs du sport santé.

ÉTAPE 2 Création d'un répertoire des structures d'activités physiques et sportives.

ÉTAPE 3 Répertoire des besoins des professionnels en matière de sport santé.

ÉTAPE 4 Rapprocher les professionnels du sport et de la santé pour :

- favoriser l'accès à une APS pour préserver le "capital santé".
- développer la recommandation des APS par les professionnels de santé.
- accroître le recours aux APS comme thérapeutique non médicamenteuse.