



FORMATION efFORMip APS sur Prescription Médicale

Préambule au Socle Réseau du Module Initial



PARTIE 1

Contexte du sport santé



Implication des pouvoirs publics

- ⇒ La nouvelle législation sur le sport santé: reconnaissance et encadrement de la prescription de l'activité physique (depuis 2016)

Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée

Instruction interministérielle N° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017 relative à la mise en œuvre des articles L.1172-1 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique

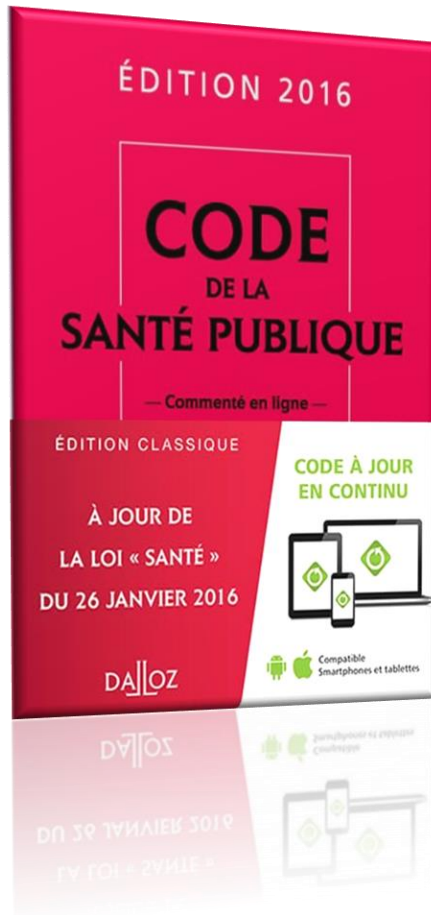
- ⇒ La HAS
- ⇒ Les Plans Régionaux Sport Santé Bien-Être (depuis fin 2012) : avec des financements ciblés
- ⇒ Les Maisons Sport Santé
- ⇒ Les Contrats Locaux de Santé
- ⇒ Labellisation des villes: ville santé (OMS) – ville, département ou entreprise actif Plan National Nutrition Santé (Santé Publique France/ARS) – ville vivez-bougez (DRJSCS Occitanie)
- ⇒ Le CNRATSS – CF2S

Législation sur le sport santé

- Intégration dans la législation de la prescription d'activités sportives
- Article 144 de la loi n° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé

=> Créant l'article L. 1172-1 dans le code de la santé publique qui prévoit :

« dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient. »



Décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016 & Instruction Interministérielle du 3 mars 2017

La logique du décret

- ⇒ Définir quel type de professionnels peut encadrer la pratique d'activités physiques des patients en ALD auxquels le médecin prescrit de l'activité physique
- ⇒ Le critère déterminant : les limitations fonctionnelles

Les apports de l'instruction

- ⇒ Tableau des phénotypes fonctionnels des patients atteints d'ALD : définition de 4 types (aucune limitation, limitation minime, limitation modérée, limitation sévère)
- ⇒ Tableau des compétences nécessaires et des interventions de professionnels en fonction du degré de limitation

le Guide de la HAS (sept. 2018)

Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes

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

Les Plans Régionaux Sport Santé Bien-Être (PRSSBE)

- Programmes de l'État co-pilotés dans chaque région par les Directions Régionales de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale (DRJSCS) et les Agences Régionales de Santé (ARS).
- Soutien concret des acteurs du sport pour concevoir et proposer des offres d'activités « sport santé ».
- Globalement, il s'agit de promouvoir l'idée suivante : « Le sport plutôt qu'une longue liste de médicaments » en ciblant plusieurs publics spécifiques dont les porteurs de pathologies chroniques.
- Avec les PRSSBE, l'État soutient les porteurs de projets s'inscrivant dans les priorités de service public identifiées

Le Plan Régional Sport Santé Bien-être (PRSSBE) Occitanie

Le Plan Régional Sport Santé Bien-être (PRSSBE) 2019-2024 a été signé en février 2019 en **Occitanie**

Les 6 grands objectifs sont :

- Prévenir l'obésité et la sédentarité chez les enfants et les jeunes,
- Valoriser l'activité physique comme facteur de santé et de bien-être en milieu professionnel,
- Valoriser l'activité physique comme facteur de santé et de bien-être pour les publics en situation de précarité,
- Améliorer la santé et la qualité de vie des personnes en situation de handicap,
- **Améliorer la santé et la qualité de vie des porteurs de pathologies chroniques,**
- Lutter contre la dépendance et la perte d'autonomie.

De nouvelles ambitions pour le PRSSBE Occitanie :

- Mieux valoriser les actions soutenues par les partenaires
- Faire un focus plus particulier sur les personnes vulnérables et les zones de défavorisation sociale
- Favoriser des financements coordonnés et une évaluation partagée

https://www.occitanie.ars.sante.fr/system/files/2019-03/PRSSBE_OCCITANIE2019.pdf

Maisons sport-Santé

Janvier 2020 : Le ministère des Sports et le ministère des Solidarités et de la Santé dévoilent la liste des 138 premières Maisons Sport-Santé certifiées.

Ces établissements sont destinés à accompagner les personnes souhaitant débuter ou reprendre une activité physique et sportive pour leur santé et leur bien-être. L'originalité des Maisons Sport-Santé réside dans la collaboration étroite entre professionnels du sport et de la santé pour offrir un suivi personnalisé et sur mesure prenant en compte l'âge, l'état de santé et le niveau de la personne à accompagner.

Qu'est-ce qu'une Maison-Sport-Santé ?

Une Maison Sport-Santé peut accueillir et orienter toutes les personnes souhaitant pratiquer une Activité Physique, quels que soient leurs âges, leurs fragilités. Elles y trouveront des professionnels de santé et du sport en capacité de leur proposer un accompagnement « cousu main ». Les Maisons Sport-Santé participent à la lutte contre la sédentarité et la prévention des maladies chroniques associées.

Quels objectifs ?

La sédentarité est l'une des premières causes de mortalité en France : Elle fait chaque année dix fois plus de victimes que la route. L'Activité Physique et Sportive (APS) est facteur de bien-être et de santé. Les informations mis à disposition du public au sein des maisons sport-santé permettra à tout un chacun et aux plus fragiles de tenir compte des recommandations permettant à tous d'adopter de bons réflexes à tous les âges.

Les Contrats Locaux de Santé

- Le Contrat Local de Santé (CLS) n'est pas un dispositif mais un outil proposé par la loi HPST, qui articule les dispositifs avec leurs leviers financiers propres.
- Le CLS est signé entre la commune ou l'EPCI concerné, l'Agence Régionale de Santé et la préfecture de région concernée. Peuvent également être signataires selon les cas l'assurance maladie, l'éducation nationale, des associations, etc.
- Le CLS définit les fonctions de chacun dans le domaine de la santé sur le territoire concerné, il a donc pour objectifs de :
 - Renforcer la cohérence intersectorielle et inter dispositifs des actions de santé en mutualisant les moyens (principe de transversalité et de cohésion)
 - Valoriser les actions existantes
 - Etre souple et adaptable au territoire, en répondant aux besoins de proximité (principe de territorialisation)
 - S'appliquer à des zones prioritaires pour agir essentiellement sur la promotion de la santé

RÉSEAU DES VILLES ACTIVES PNNS - OCCITANIE

L'ARS soutient activement les collectivités qui se mobilisent dans le cadre du Programme national nutrition santé.

En signant la charte, chaque collectivité s'engage à promouvoir les repères du PNNS en mettant en œuvre chaque année une ou plusieurs actions dans un ou plusieurs domaines d'intervention :

**Information-communication / Education pour la santé / Formation /
Aménagement du territoire**

Les chartes « Villes actives du PNNS » et « Départements actifs du PNNS » donnent l'opportunité aux collectivités de valoriser leurs actions et de bénéficier d'un appui de l'Agence Régionale de Santé Occitanie pour développer leurs projets.

Label Ville Vivez Bougez

Une démarche de promotion de l'activité physique

Structures éligibles

- Communes.
- Communautés de communes.
- Agglomérations.

Objectifs

- Favoriser la mise en place d'activités physiques et sportives adaptées aux publics cibles.
- Promouvoir les actions inscrites dans le cadre du label.
- Développer les compétences des intervenants en activité physique et sportive.
- Promouvoir le label auprès de la population du territoire.

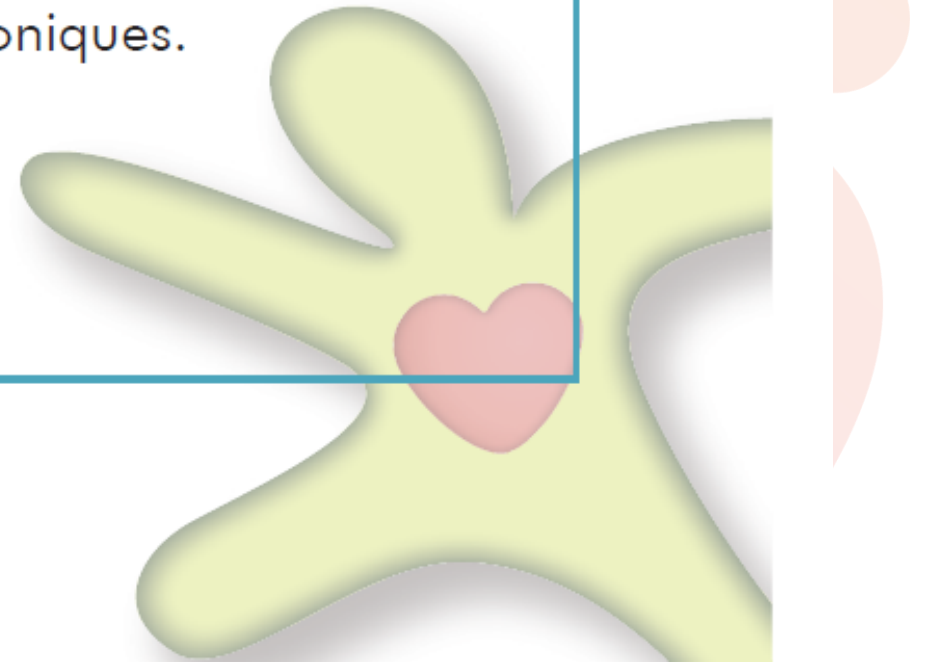
Label Ville Vivez Bougez

Durée

- De la labélisation au renouvellement : 3 ans.

Publics ciblés

- Enfants entre 0-5 ans et 6-11 ans.
- Personnes atteintes de maladies chroniques.
- Personnes en situation de handicap.
- Personnes en surcharge pondérale.
- Personnes sédentaires.
- Personnes en perte d'autonomie.



CNRATSS

La force du local pour une représentation à l'échelle nationale



Création du Collectif National des Réseaux et des Acteurs Territoriaux en Sport-Santé en 2019

efFORMip fait partie des membres fondateurs

Désormais nommé : **CF2S - Collectif France Sport-Santé**

PARTIE 2

efFORMip

**Présentation
de l'association**



Pourquoi efFORMip ?

Prescrire de l'Activité Physique devient une évidence ?

- Prescription $\neq$ simple conseil ou recommandation
= véritable acte médical
- Activité Physique $\neq$ Médicament
 - ⇒ Perçu comment plus contraignant
 - ⇒ Mais de nombreux avantages avec notamment certains effets secondaires... bénéfiques !
- Freins à lever
 - ⇒ Patients : aspects logistiques (temps, distance...), aspects financiers, aspects psychologiques (motivation, regard de l'autre...)
 - ⇒ Médecins : savoir-faire, temps de la consultation, questionnement sur l'observance des patients, sécurité de la pratique



Prescription d'activité physique



Pas si simple...!



Adapté ? Sécurisé ?



**Orientation
Accompagnement
Pérennisation**

L'association

efFORMip : précurseur de la prescription d'activités physiques

- Statut : Association Loi 1901 à but non lucratif
- Objet : Développement et promotion de la prescription d'activités physiques pour les porteurs de pathologies chroniques
- Date de création : 14 février 2005
- Co-fondateurs: Pr Daniel Rivière et Dr Frédéric Depiesse
- Président : Dr Bernard Bros
- Publics ciblés : Porteurs de pathologies chroniques **particulièrement éloignés** de la pratique sportive, quelque soit leur âge.

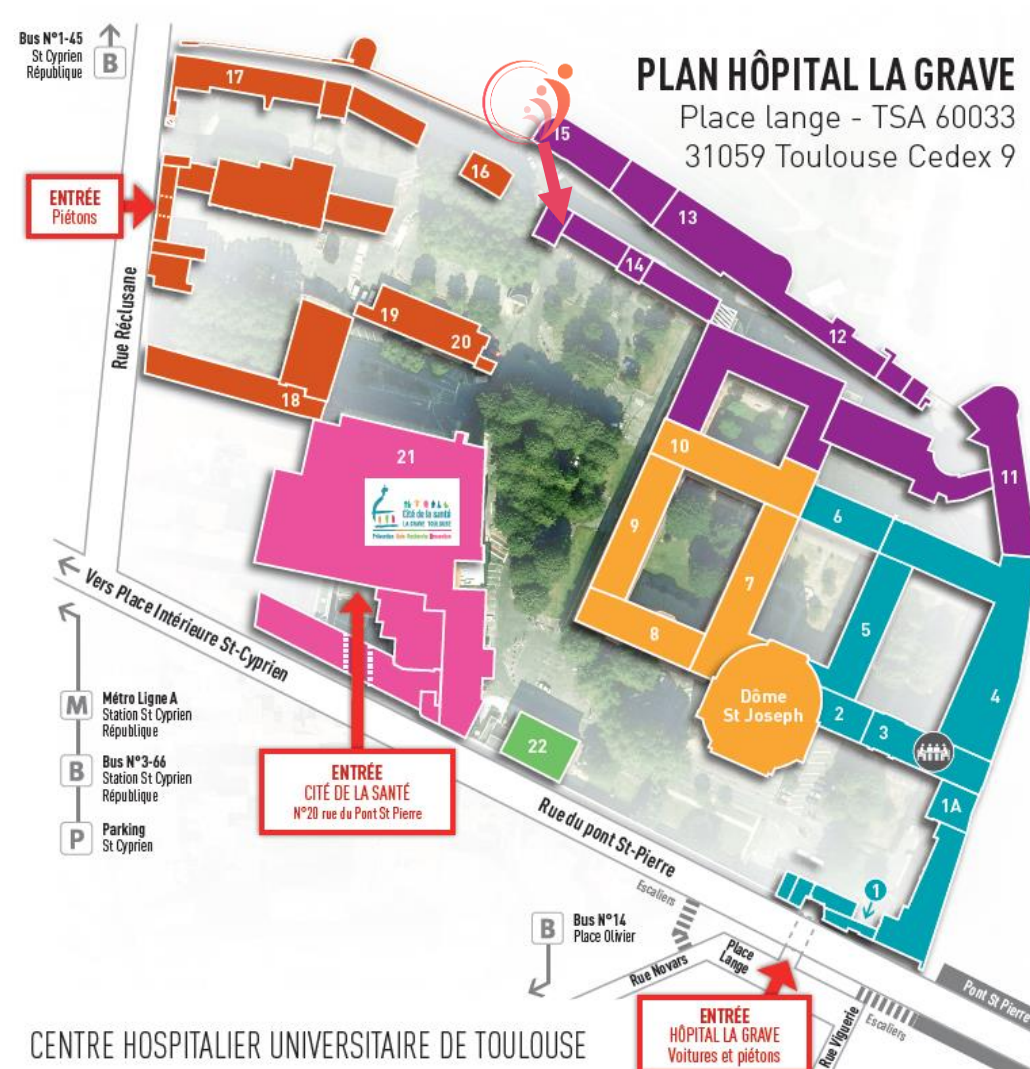


Le siège social à Toulouse



Hôpital La Grave
Place Lange
TSA 60033
31059 TOULOUSE CEDEX 9

05.67.06.64.76
contact@efformip.com
www.efformip.com



Missions

- En nouvelle-Aquitaine: opérationnalisation du dispositif de prescription d'activités physiques
- En Occitanie: 2 volets
 - Formation des professionnels en APS sur prescription
 - Accompagnement des patients dans le programme efFORMip
- En Haute-Garonne: Maison Sport Santé 31zz

Mission en Nouvelle-Aquitaine

efFORMip en Nouvelle Aquitaine :

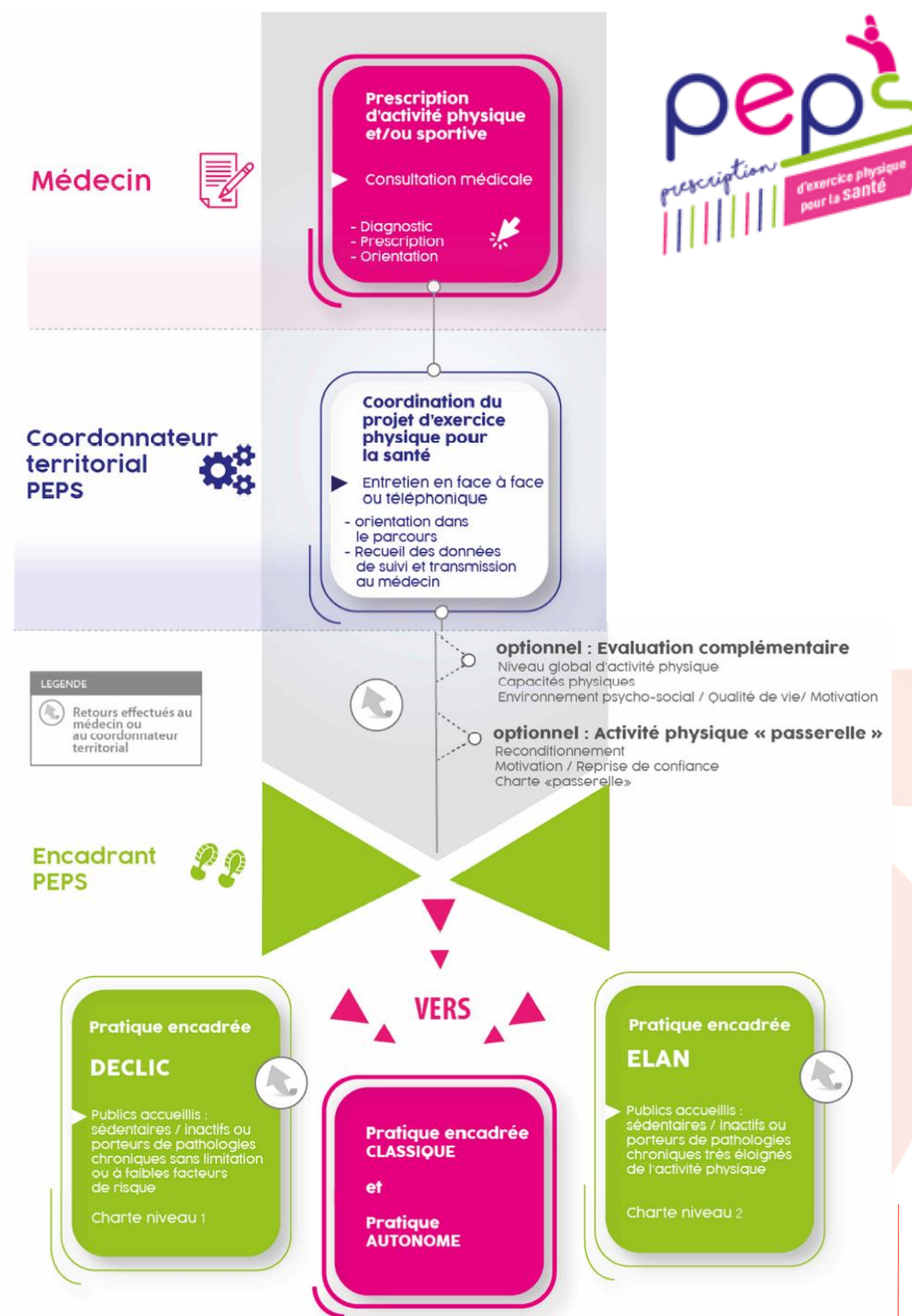
De la préfiguration à l'opérationnalisation



- Mission initiale avec deux volets complémentaires :
 - ⇒ La concertation et l'animation du **réseau** des acteurs / porteurs de projets
 - ⇒ L'**opérationnalisation** du dispositif régional de prescription d'activité physique

- Objectifs :
 - ⇒ Offrir à la population cible néo-aquitaine **une seule et même proposition** d'offre de prise en charge par l'activité physique
 - ⇒ Mettre en réseau et **harmoniser** les différents dispositifs existants / Garantir un **socle commun** minimum
 - ⇒ Concevoir et produire les **outils** pour le développement et la promotion de la prescription d'AP en Nouvelle-Aquitaine

Schéma du dispositif régional de prescription d'AP



Mission en Occitanie

Une démarche en 3 étapes



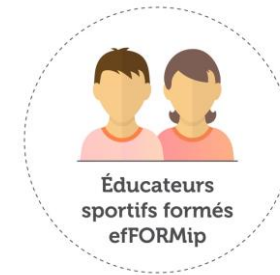
- Un **réseau** de professionnels de la santé et du sport **spécifiquement formés**
- La **prescription** et le suivi médical comme fondement de la prise en charge
- Une **pratique d'APS** encadrée, sécurisée et régulière avec un objectif de pérennisation et d'autonomisation de la pratique
- Un parti pris : la promotion de la pratique sportive dans le **milieu associatif** avec une ouverture progressive à **certaines structures privées**
- Des outils de suivi au service du patient et un véritable « **accompagnement sport santé** »
- La mise en place d'un accompagnement complémentaire depuis 2020 : programme d'éducation à la santé et de lutte contre la sédentarité

Les formations efFORMip

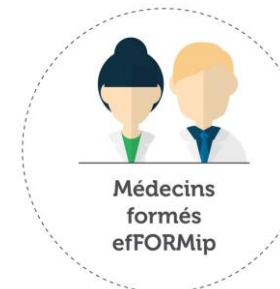
FORMATIONS

- Base de l'action d'efFORMip
- Outil favorisant la création et l'expansion du réseau d'intervenants pour la prescription d'APS (médecins), le suivi (professionnels de santé et la pratique d'APS en structure - encadrants sportifs)
- Agrément organisme formateur (depuis 2012) par la DIRECCTE
- Deux grands types d'activités de formation
 - **Formation classique :**
Module de Base - Module Initial - Modules d'approfondissement
 - **Formations spécifiques** avec des partenaires

👉 *Ces formations n'impliquent pas une entrée obligatoire des stagiaires dans le réseau*



**Formation classique
ou
Formation Spécifique**



**Formation classique
ou
Formation Spécifique**

Les formations depuis 2006

FORMATIONS

41

Formations classiques*

*hors Modules d'Approfondissement

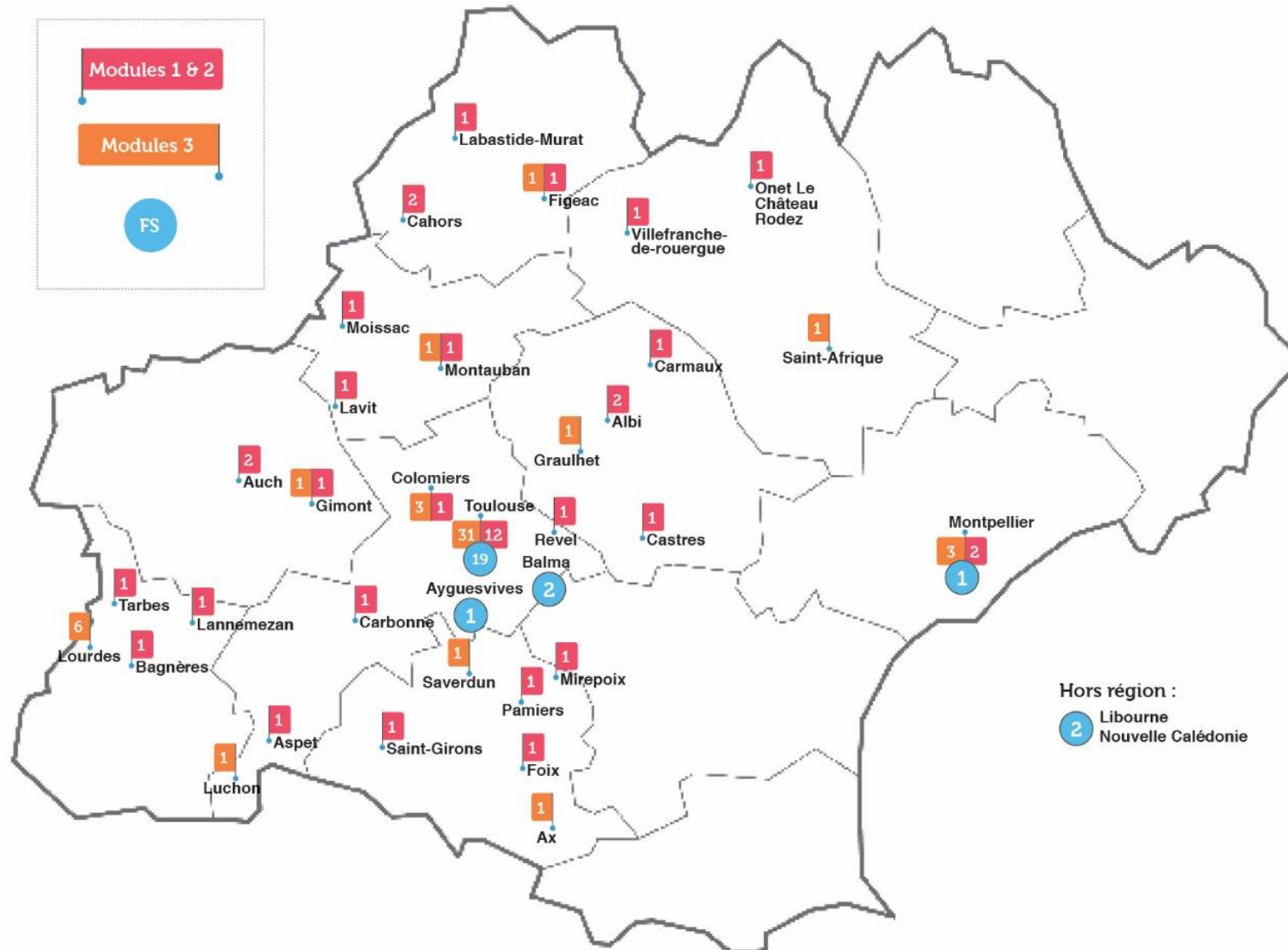
51

Modules d'approfondissement

46

Formations Spécifiques

équivalentes à des Formations classiques



= 1613
Intervenants formés depuis 2006

Le réseau de professionnels du monde sportif

Pour toutes les structures :
conventions de partenariat à signer
avec effORMip

Quels ACTEURS ?

- **ENCADRANTS SPORTIFS :**

- Diplômes Universitaires STAPS: licence APA
- Brevets d'Etat et Professionnels (BEES, DEJEPS, BPJEPS...)
- Autres diplômes Universitaires: DEUST et Licences
- Certificats de Qualification Professionnelle (CQP)

- **OPÉRATEURS / ENCADRANTS TERRITORIAUX DES APS :**

- Concours de la Fonction Publique Territoriale.

Quelles STRUCTURES ?

- **MILIEU ASSOCIATIF :**

- Structures sportives (associatives - privées)
- Comités Départementaux
- Comités Régionaux, Liges
- Fédérations

- **COLLECTIVITÉS TERRITORIALES :**

- Services municipaux des sports
- Offices municipaux ou intercommunaux des sports

Activités proposées au sein des structures partenaires d'efFORMip

Types d'activités	Nombre d'activités proposées	% du total des activités proposées
Gymnastique : entretien, séniors, sportive, douce, Pilates, abdos fessiers...	515	42 %
Fitness / Cardio / step / zumba...	123	10 %
Arts Martiaux internes : Tai Chi, yoga, Qi Gong	117	9,5 %
Activités de marche : rando, marche nordique...	100	8 %
Sports de combat et arts martiaux : escrime, karaté, judo, boxe, jujitsu, aikido...	98	8 %
Remise en forme / Activités physiques adaptées	59	4,8 %
Activités aquatiques : natation, aquagym, Nagez Forme Santé	57	4,6 %
Sports de raquette	40	3,2 %
Activités artistiques (dances)	23	1,8 %
Autres : Escalade, ski, tir à l'arc, golf, roller, sports de raquette	23	1,8 %
Course et athlétisme	21	1,7 %
Multisports	18	1,4 %
Vélo	17	1,3 %
Activités nautiques : aviron, dragonboat...	13	1 %
Sports collectifs : basket, foot...	12	1 %

Entrée dans le programme

INCLUSION

1



Médecin

Consultation d'inclusion
Prescription d'Activité Physique
Certificat d'Absence de Contre-Indication
Livret Sport Santé
Mise à jour du DMP

2



efFORMip

Explication du programme
Entretien initial (situation personnelle et professionnelle, prescription médicale, envies et contraintes)
Construction du projet d'activité physique
Orientation et mise en relation avec un ou plusieurs encadrants sportifs

3



Encadrant sportif

Accueil et présentation de la structure sportive
Séance découverte
Accompagnement inscription
Début de l'activité

Remboursement par l'URPS
Médecins Libéraux de la
consultation d'inclusion
à hauteur de 35€ (dans la
limite d'une dizaine de
consultations par an et
uniquement pour les
médecins du réseau
efFORMip)

Accompagnement du patient

INCLUSION

T0 Inclusion => T+9 mois

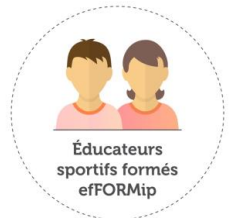
T+9/10 mois

T+15 mois



Suivi médical

Consultation intermédiaire et mise à jour de la prescription si nécessaire



Pratique régulière

Encadrement de 2 séances par semaine dans la structure sportive
+ 1 séance hebdomadaire conseillée en autonomie
+ Test de condition physique (initial)



Accompagnement sport santé

Conseils d'AP et de lutte contre la sédentarité
+ Évaluation régulière de la motivation, du niveau global d'AP et de la qualité de vie
+ Soutien motivationnel + Stages d'AP (vacances)
+ Test de condition physique (intermédiaire)

Bilan médical

Consultation de sortie + Nouveau CACI pour inciter à la poursuite

Bilan sportif

Test de condition physique (final)
+ Invitation à la réinscription pour la saison sportive suivante

Bilan global

Entretien final / incitation à la poursuite de l'activité physique
+ Synthèse des résultats des tests et questionnaires

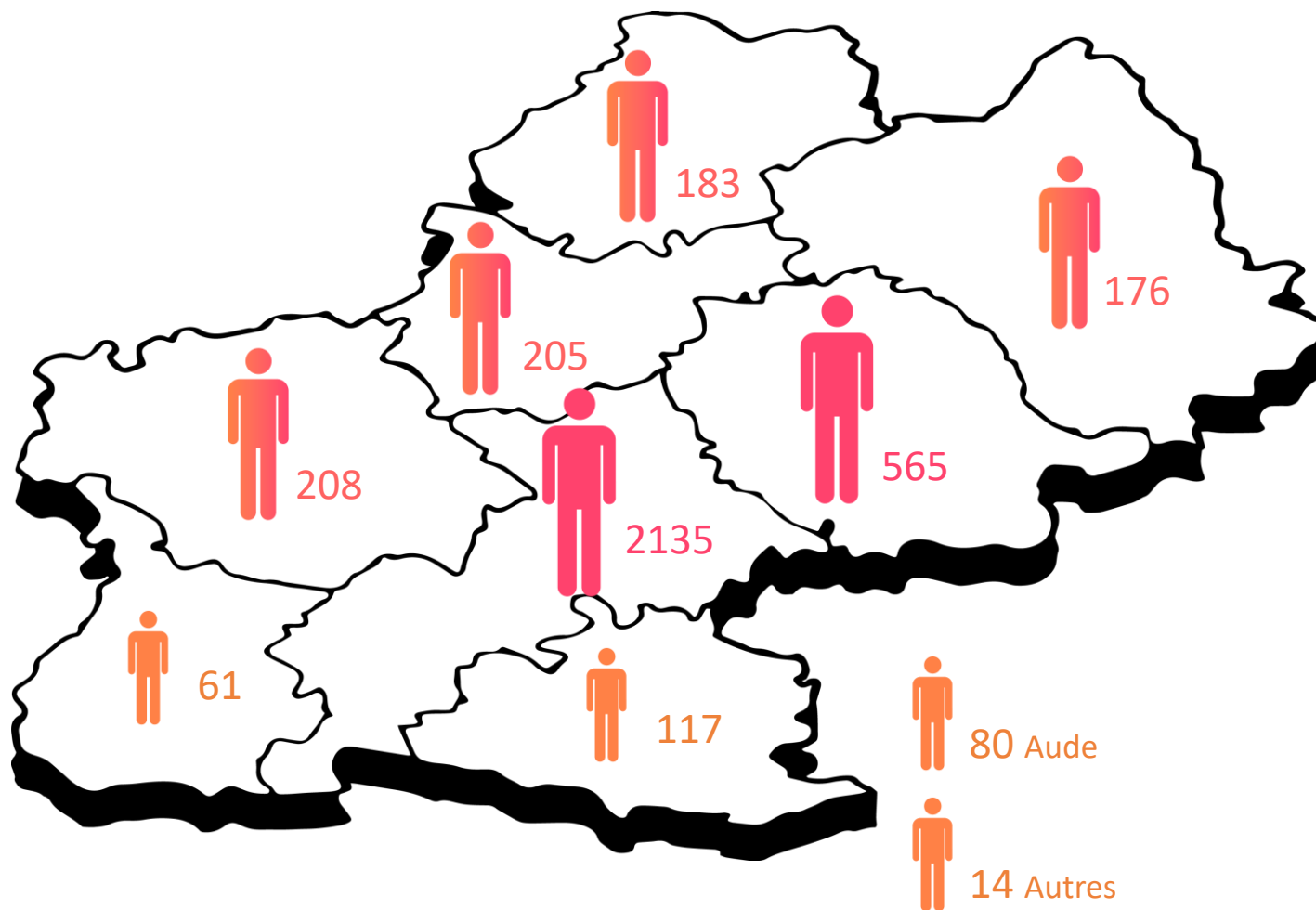
Évaluation de la pérennisation de l'activité physique

Autour de 70% des patients inclus poursuivent et adoptent durablement un mode de vie plus actif !

Les patients efFORMip

Inclusions par départements de 2006 à 2019

ORIENTER ET
ACCOMPAGNER



3747

Patients inclus
depuis 2006

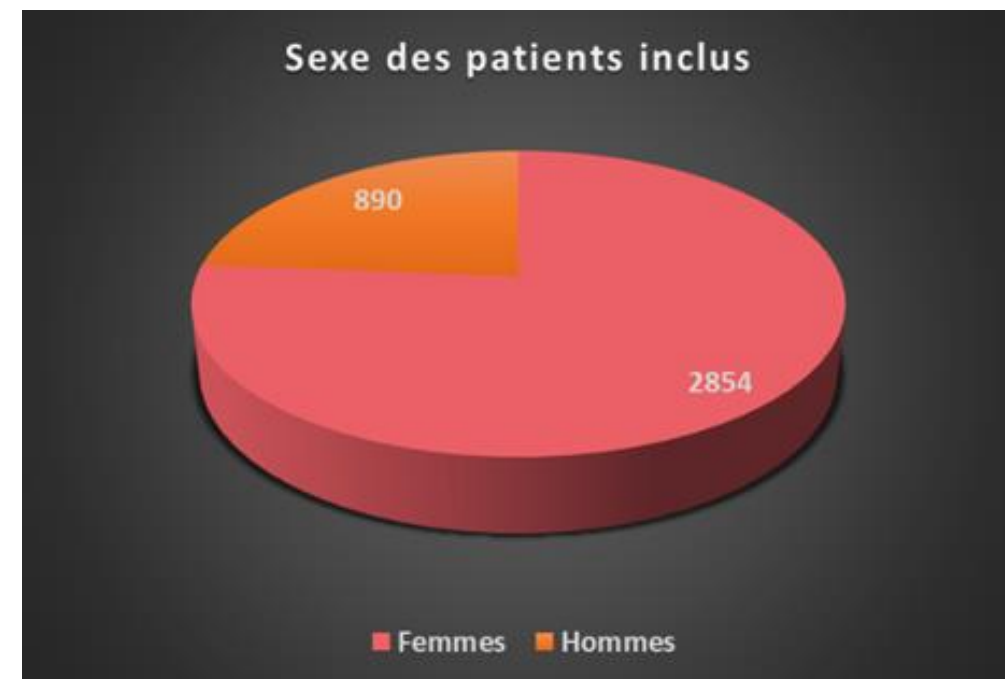
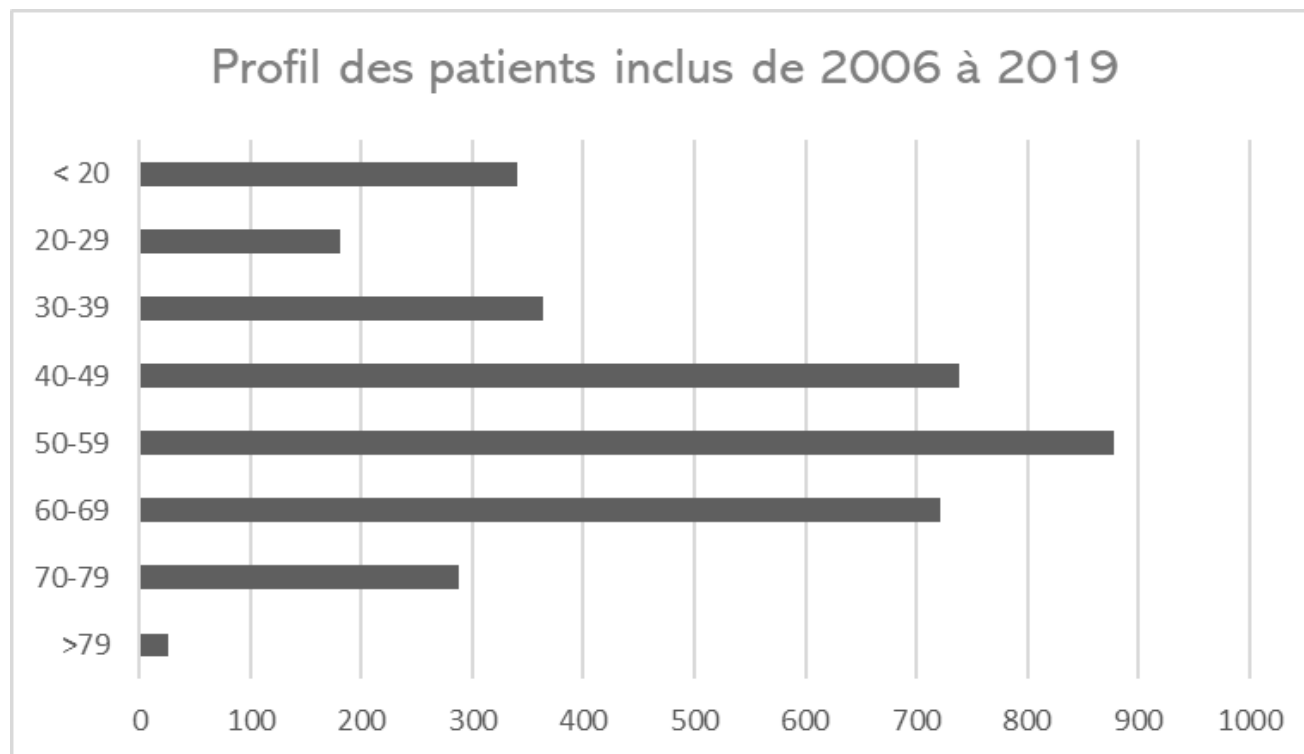
Inclusions par pathologies de 2006 à 2018

ORIENTER ET
ACCOMPAGNER

Pathologies des patients inclus de 2006 à 2019		
Maladies métaboliques : obésité, diabète de type 2...	60,7%	2274
Cancers	4,6%	171
Pathologies cardiovasculaires	4,7%	177
Pathologies neurologiques	2,0%	74
Maladies osseuses et articulaires	11,3%	422
Pathologies respiratoires	2,3%	86
Fibromyalgie	8,8%	331
Pathologies psychiatriques	1,5%	57
Autres : addictions, insuffisance rénale, maladies de syst. et immunitaire...	4,1%	152

Profil des patients inclus en fonction de l'âge et du sexe (2006-2019)

ORIENTER ET
ACCOMPAGNER



Le principe de l'évaluation

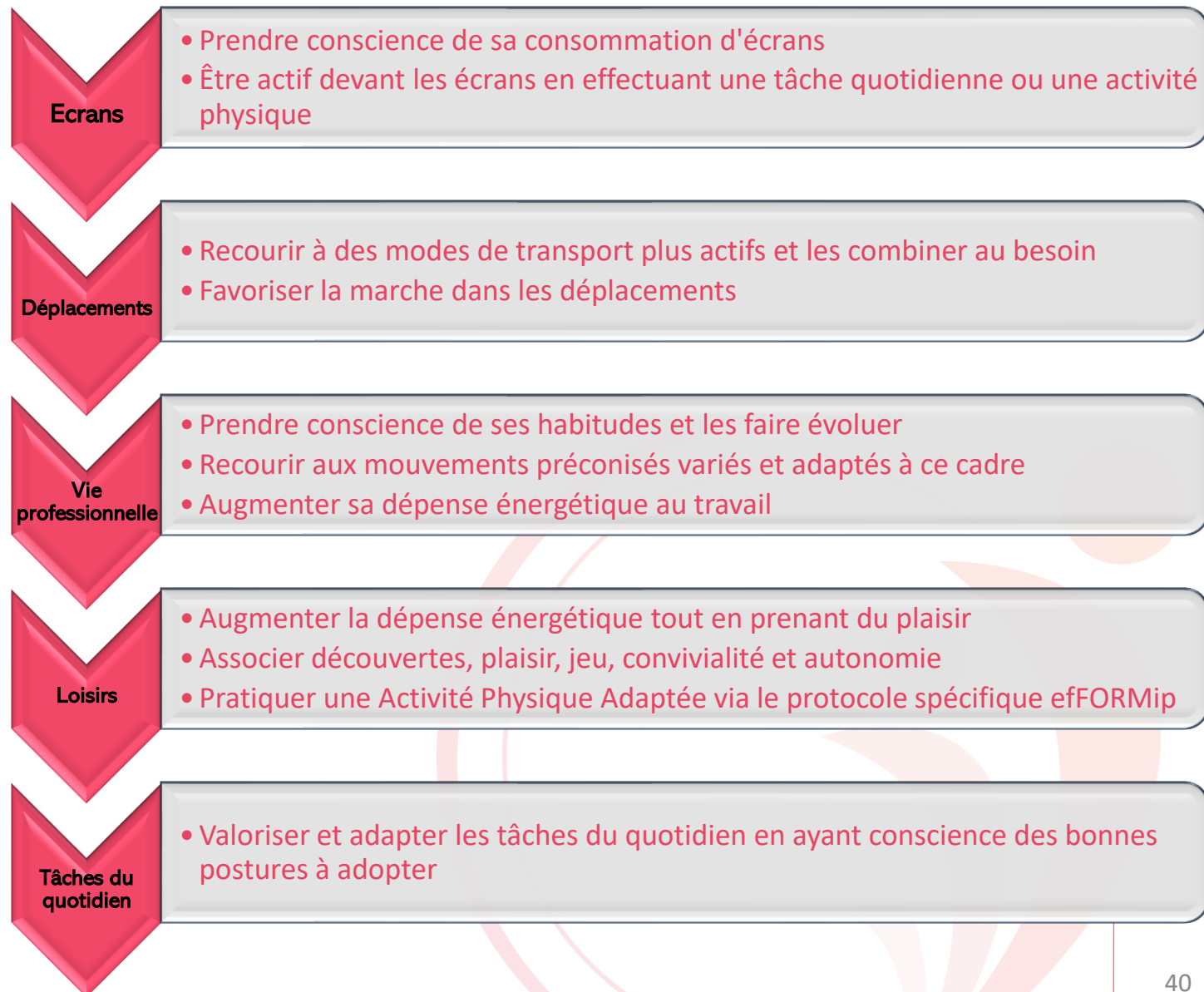
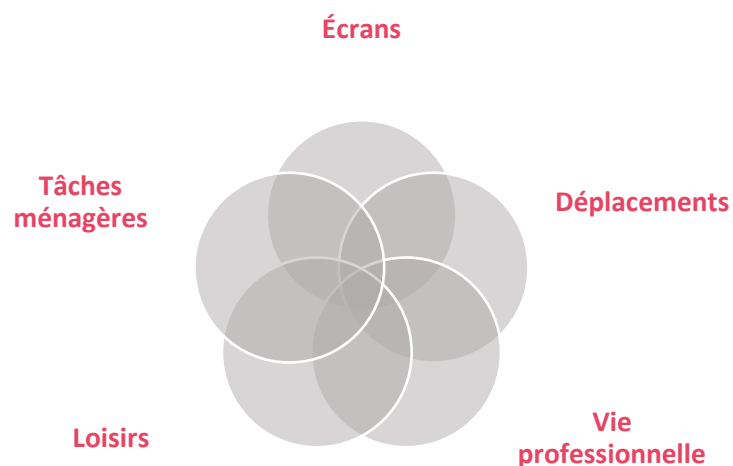
- Évaluation de l'action fondée sur la **pérennisation** de l'activité physique des patients inclus.
- Les bienfaits de l'activité physique sur la santé des porteurs de pathologies chroniques sont démontrés.
- Ce dont efFORMip doit apporter la preuve, c'est de la **modification du comportement sédentaire** des patients et de l'adoption d'un **mode de vie plus actif**.



Nouveau programme complet d'éducation à la santé en Occitanie

PROGRAMME D'EDUCATION A LA SANTE

L'efficacité d'un cercle vertueux



Maison Sport Santé 31

Les ORIENTATIONS DE MISE EN OEUVRE

- **Enjeux :**

- Rassembler les parties prenantes du territoire départemental.
- Rayonner sur l'ensemble du département.
- Dynamiser le territoire sur la thématique sport santé.



- **Missions de la MSS :**

- Accompagner la population vers un mode de vie globalement plus actif.
- Permettre aux porteurs de pathologies chroniques de bénéficier de prescription d'activité physique pour une pratique régulière, raisonnée et pérenne.
- S'associer aux mobilisations locales pour contribuer aux pérennisations des actions (collectivités locales, autres maisons sport-santé sur le territoire, ...)
- Conseiller et soutenir les porteurs de projets favorisant la pratique d'activité physique et santé

Gouvernance

Comité de Pilotage (efFORMip, CDOS 31, Cap'Rempart – Mutuelle du Rempart, Conseil Départemental 31, DD ARS 31, DD CS 31, URPS Médecins Libéraux Occitanie, F2SMH, Creps de Toulouse, ASEI, Sport-Santé Occitanie)

=> **Rôle** : choix stratégiques, structuration des projets, développement des partenariats, promotion des offres de la Maison Sport-Santé de Haute-Garonne.

Équipe de Coordination et de Gestion (efFORMip, CDOS 31, Cap'Rempart – Mutuelle du Rempart)

=> **Rôle** : Mise en œuvre des principales orientations arrêtées en comité de pilotage, management de l'équipe, coordination des groupes de travail, suivi budgétaire, coordination du développement des outils et des modalités d'accueil des publics, gestion des espaces, promotion des offres de la Maison Sport-Santé de Haute-Garonne.

Comité des Usagers (médecins, patients, encadrants sportifs usagers de la Maison Sport-Santé 31)

=> **Rôle** : expression des besoins et rôle consultatif sur le développement de projets

Partenaires de la Maison Sport Santé 31



Témoignages

Ca m'a d'abord permis de constater que d'autres personnes étaient aussi en difficulté et tentaient aussi de réagir positivement après une période d'errance et de désespoir. Pour moi, efFORMip a été à la fois un défi, un déclic, un tremplin et la nouvelle ligne de départ qui me manquait, avec un encadrement efficace et de qualité.

Philippe, 50 ans

J'ai suivi le protocole efFORMip il y a 11 ans. A l'époque tout le monde m'a dit que j'avais « rajeuni » et aujourd'hui je fais toujours du stretching, de l'aquagym, de la gym sénior ! Depuis j'ai eu d'autres pathologies et d'avoir fait toutes ces activités physiques, ça m'a aidé à surmonter toutes ces épreuves.

Claudine, 67 ans

efFORMip est une aide pour amener mes patients à un changement de comportement global (...) Derrière, il y a une équipe qui œuvre dans le même sens que nous (...) C'est « l'union fait la force » autour d'un patient qui demande à se sentir compris, encouragé et surtout en sécurité et je pense que le réseau efFORMip permet tout ça.

Marie-Astrid, médecin à Cahors

efFORMip est un formidable outil de travail en réseau (...) encadrer la pratique d'AP des porteurs de pathologies chroniques demande beaucoup de coordination entre le médecin, le patient et l'encadrant sportif.

Fabienne, éducatrice sportive à Carcassonne

Les Partenaires

PARTENAIRES



5 partenaires institutionnels et principaux financeurs

- ⇒ Directions Régionales de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale
- ⇒ Agences Régionales de Santé
- ⇒ Conseil Régional Nouvelle-Aquitaine

3 partenaires institutionnels stratégiques

- ⇒ Union Régionale des Professionnels de Santé Médecins Libéraux Occitanie
- ⇒ Mutuelle du Rempart
- ⇒ CHU : Hôpital La Grave

Partenaires projets



Partenaires formations



Des suggestions ? Des questions... ?



**Au plaisir d'échanger
avec vous lors de la
formation**

