

COMMISSIONS

SANTÉ & SOLIDARITÉS ET SPORTS

**VISITE DE LA MAISON
« SPORT SANTÉ » DE
VERSAILLES :
PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ
SPORTIVE POUR LA SANTÉ**



Note préparatoire de la visite du 16/09/2022

.....

🕒 Le vendredi 16 septembre 2022 de 10h15 à 12h15

📍 **Stade Porchefontaine (salle Pougault), 53 rue Rémont 78000 Versailles**

👤 **Élus référents :**

Commission Santé et Solidarités :

- **Marc Giroud**, maire de Vallangoujard (95)
- **Ludovic Toro**, maire de Coubron (93)
- **Véronique Garnier**, adjointe au maire de Croissy-sur-Seine (78)

Commission Sports :

- **Raphaël Praca**, adjoint au maire du Pecq (78)
-

I DEROULE

10h15 : Accueil des participants au Stade Porchefontaine (53 rue Rémont 78000 Versailles), dans la salle Pougault, en présence de Nicolas Fouquet, adjoint au maire de Versailles en charge du sport.

10h30-11h30 : Présentation de la démarche par les équipes de la Ville de Versailles et temps d'échanges.

11h30-11h45 : Trajet jusqu'à la maison de quartier située au 86 rue Yves Le Coz.

11h45-12h15 : Démonstration d'une séance encadrée par un éducateur en activité physique adaptée.

12h15 : Retour au point de rencontre.

I OBJECTIFS

- ✓ Echanger sur le développement du sport santé dans les communes, à travers l'exemple de la maison Sport-Santé de Versailles
- ✓ Visiter les locaux de la maison Sport-Santé : le stade Porchefontaine et la maison de quartier Porchefontaine
- ✓ Assister à une séance en présence d'un éducateur en activité physique adaptée

I CONTEXTE / ACTUALITÉ

La lutte contre la sédentarité et l'inactivité physique constitue un enjeu de santé publique majeur, en ce que celle-ci induit une augmentation de l'espérance de vie en bonne santé et la prévention et diminution des risques liés aux maladies chroniques. L'OMS estime en outre qu'entre quatre et cinq millions de décès pourraient être évités chaque année si la population mondiale était plus active physiquement. Aussi, le « sport-santé », compris comme **la pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé (physique, mentale et sociale) du pratiquant**, fait l'objet d'une **Stratégie Nationale quinquennale établie sur la période 2019-2024 et intégrée à l'héritage des JOP de Paris 2024**. Portée conjointement par les ministères de la Santé et des Sports depuis son élaboration, cette Stratégie Nationale s'inscrit dans le plan national de santé publique « Priorité Prévention », impulsé en 2018. **En matière de prévention, le sport-santé agit à double titre** : d'abord par le maintien de la santé chez le sujet sain (prévention primaire), ensuite en améliorant l'état de santé et en prévenant l'aggravation voire la récurrence des personnes vivant avec une maladie chronique non transmissible (prévention tertiaire).

Dans le détail, la Stratégie Nationale s'articule autour de quatre axes et se décline en plusieurs actions :

- ✓ Axe 1 : La promotion de la santé et du bien-être par l'activité physique et sportive ;
- ✓ Axe 2 : Le développement et le recours à l'activité physique adaptée à visée thérapeutique ;
- ✓ Axe 3 : La protection de la santé des sportifs et le renforcement de la sécurité des pratiquants ;
- ✓ Axe 4 : Le renforcement et la diffusion des connaissances.

Très concrètement, **chez les personnes âgées, les bienfaits observés du sport-santé sont notables dans la diminution du nombre de chutes**. Plus spécifiquement, les programmes d'exercices physiques « multi-catégories », à destination des personnes âgées vivant à leur domicile, **entraînent la diminution du taux de chutes de 29 à 32% et du risque de chuter, à hauteur de 15 à 22%** (selon que le programme soit réalisé en groupe ou en individuel). Les programmes, dont le volume d'exercices est conséquent, montrent des effets davantage probants, avec **jusqu'à 58% de diminution du nombre de chutes pour les programmes stimulant fortement l'équilibre**. A l'aune de ces éléments, la Stratégie Nationale susmentionnée entendait développer, entre 2019 et 2021, des programmes d'activité physique et sportive (APS) visant à augmenter de 20% la pratique dans les EHPAD (Axe 1).

Autre action impulsée pour répondre à l'axe 1 de la Stratégie Nationale : la création et le développement des Maisons de sport-santé (MSS). Ces dernières, ouvertes à tous les publics, font office de **structure d'accueil, d'information et d'orientation en matière d'APS et d'activité physique adaptée (APA) dans les territoires**. Pour se voir attribuer ce label, les structures répondant aux appels à projets doivent – outre la mise à disposition de l'information en matière d'offres de pratique d'APS/APA sur le territoire et la sensibilisation aux bienfaits de l'APS – orienter les personnes vers les professionnels qualifiés, afin que soit établi un programme sport-santé personnalisé, ainsi que vers les activités adaptées à leurs besoins. **La Stratégie Nationale prévoyait initialement un objectif de 100 maisons labellisées en 2019, et cinq fois plus d'ici à 2022**. Ainsi, en 2019, le premier appel à projets a permis la labellisation de 138 établissements. **En fin d'année 2021, 436 établissements étaient reconnus MSS sur l'ensemble du territoire, dont un peu plus de 60 en Ile-de-France**. Le 4^e appel à

projets, clôturé à la mi-mai 2022, devrait permettre d'atteindre le seuil des 500 MSS d'ici la fin de l'année.

La maison Sport Santé de Versailles, labellisée en 2021, s'organise sur plusieurs sites :

- Un lieu d'accueil du public, avec la possibilité de passer des tests physiques
- Une salle de pratique sportive dans l'enceinte du stade Porchefontaine
- Un lieu de pratique sportive au sein de la maison de quartier Porchefontaine. Les séances se font en présence d'un animateur formé.
- Des séances sport-santé organisées par des éducateurs sport-santé de la ville sont également proposées au sein de l'hôpital de la Porte Verte à des patients en période de rééducation