



SPORT

SANTÉ



À VOS CÔTÉS,

SUR TOUS

LES TERRAINS



LE CDOS 83, ACTEUR DU SPORT SANTÉ

Le sport est unanimement reconnu comme **facteur de bien-être en termes de santé physique, mentale, psychique** et est devenu **un véritable enjeu de société**. Il participe à la prévention, peut constituer une alternative aux traitements médicamenteux et contribue à l'inclusion sociale.

Nous nous engageons pour :

- Permettre à tous de pratiquer **des activités physiques et / ou sportives sécurisées**, dans un but de bien-être, de santé, d'éducation, aussi bien **pour le grand public** (« sport santé bien-être »), que **pour les personnes atteintes d'une affection de longue durée (ALD)**.
- Encourager **les pratiques régulières dans des associations sportives** pour développer le lien social et maintenir les motivations.

Comment ?

- Avec des professionnels de santé et d'Activités Physiques Adaptées (APA).
- Par **des formations spécifiques** pour accompagner ces professionnels.
- Dans **des locaux adaptés** pour la pratique.
- Avec **le relais des comités sportifs varois** et des 2300 clubs qu'ils représentent.



LA MAISON SPORT SANTÉ 83

Reconnue depuis 2019 par les ministères des Sports et de la Santé, elle a vocation à :

- Accueillir, informer, conseiller et accompagner tous les publics afin de **les amener à pratiquer régulièrement** des activités physiques.
- Sensibiliser les médecins à **l'intérêt de la prescription du sport sur ordonnance** et les rassurer quant à la sécurité des pratiques et des parcours.
- Renforcer la structuration **d'un réseau local d'acteurs sport santé** : médecins, infirmiers, kinésithérapeutes, éducateurs spécialisés, psychologues, avec divers partenariats (établissements de santé, clubs sportifs agréés, communes, mutuelles...).
- Faire du sport **un outil de prise en compte des problématiques sanitaires et sociales**.

2 territoires, 3 lieux d'accueil

- La **Métropole Toulon Provence Méditerranée** avec deux lieux d'accueil :
 - Toulon Métropole, géré par le CDOS 83
 - La Seyne-sur-Mer, géré par l'UFOLEP 83
- La **Dracénie** avec un lieu d'accueil à Draguignan géré par la commune.

*Vous êtes un acteur du sport santé du territoire ?
Contactez-nous pour être référencé !*

Nous apportons notre expertise à des programmes expérimentaux

- **As du Cœur** (maladies cardio/vasculaires) avec l'hôpital Léon Bérard de Hyères.
- **PRIMAPA-VAR** (Évaluation du programme Cap Sport Santé 83 et des prescriptions médicales) avec l'hôpital Sainte-Musse de Toulon.
- Un programme de **suivi des patients atteints de cancer** avec l'hôpital Sainte-Anne de Toulon.

www.maisonsportsante83.fr



PROGRAMME GRATUIT «CAP SPORT SANTÉ 83»



Les médecins peuvent prescrire une activité physique aux personnes souffrant d'affection de longue durée (ALD) et de maladies chroniques: diabète, obésité, maladies cardio-vasculaires, respiratoires, Parkinson, Alzheimer, sclérose en plaques...

Ce programme vise à :

- Amener progressivement les patients vers une pratique régulière d'activités physiques adaptées en club.
- Collaborer avec les médecins en partageant un suivi régulier, individualisé et sécurisé.

Parcours du patient :

- **1 bilan de forme** et de motivation par un éducateur activité physique adaptée (APA) : tests d'endurance, de force, de mobilité, d'équilibre...); cela permet d'évaluer les capacités de la personne et d'adapter au mieux le programme.
- **1 programme passerelle** : 10 séances spécifiques et individualisées de réadaptation à l'effort (à prolonger si nécessaire) avec des éducateurs APA.
- **1 programme découverte** : 1 à 2 séances d'essai au sein d'1 ou 2 associations partenaires suivi par les éducateurs APA.
- L'orientation vers **une association partenaire** pour une pratique régulière.

Une caution de 30€ est demandée en début de parcours et est remboursée l'inscription dans l'association.

Une carte des associations partenaires est mise à jour sur notre site.

Vous proposez un programme d'activité physique adaptée ? Contactez-nous pour être référencé !



NOS AUTRES PROGRAMMES SPORT SANTÉ FINANCÉS

Cap Sport Santé Séniors

Dispositif adapté aux séniors avec l'objectif de bien vieillir, organisé en partenariat avec les communes, les CCAS, les clubs de retraités...

«Respire !»

Permettre un temps de répit aux aidants familiaux non professionnels, de personne âgée dépendante. Ce temps est composé d'une séance d'activité physique par semaine durant 3 mois. Un groupe de parole dirigé par un psychologue afin d'échanger sur les difficultés rencontrées est réalisé à la fin de chaque mois

D-PASS ton handicap !

À destination des **personnes en situation de handicap**, avec un accompagnement personnalisé et une formation spécifique pour les responsables et les éducateurs des clubs accueillants.

Participation aux frais d'inscription en club pour les personnes en situation précaire.

RE'ACTION SPORT-SANTÉ

Dans le cadre de l'appel à projet des Cités Educatives de Toulon. Il s'agit de permettre aux plus jeunes éloignés de l'activité physique d'y reprendre goût dans un cadre ludique, au travers de plusieurs actions de sensibilisations de proximités et de découverte sportives.

Promotion, sensibilisation

→ **Stands d'animation** et de sensibilisation à disposition des communes et comités sur demande.

→ **Jeudis Sport**

Santé : cycle de 10 conférences (tous les 1^{ers} jeudis du mois) au CDOS 83 et en visioconférence (programmation annuelle).



NOTRE RÉSEAU SPORT SANTÉ DANS LE DÉPARTEMENT

Acteurs de la santé

- Des hôpitaux, cliniques et autres établissements de santé.
- Des Communautés professionnelles territoriales de santé (CPTS).
- Le Comité départemental d'éducation pour la santé (CODES 83).
- Le Centre d'étude et de recherche sur l'obésité et la nutrition (CERON PACA).
- Les conseils de l'ordre des médecins et des kinés.

Acteurs du sport

- Les ministères des Sports, des Jeux Olympiques et Paralympiques, et de la Santé.
- Le Comité national olympique et sportif français (CNOSF) et le Comité régional olympique et sportif (CROS) Sud.
- Le Service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports du Var (SDJES).
- L'UFR-STAPS Toulon-La Garde.
- Les comités sportifs varois, associations et clubs locaux.

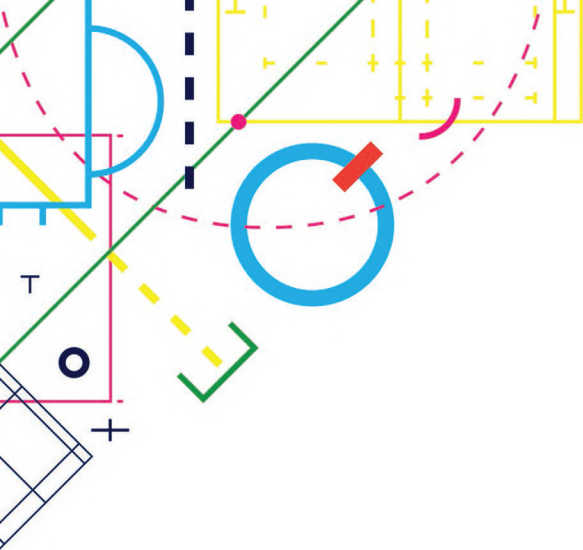


Organismes financeurs

- L'Agence nationale de la cohésion des territoires (ANCT).
- L'Agence nationale du sport (ANS).
- Le Ministère des sports.
- La Conférence des financeurs (département).
- La Caisse nationale militaire de sécurité sociale (CNMSS).
- La CAF du Var.
- Le Fond pour le développement de la vie associative (FDVA).
- La Mutuelle Verte.
- L'ARS PACA.

Collectivités territoriales

- La Métropole Toulon Provence Méditerranée et les 12 communes constitutives.
- Le Conseil départemental du Var.
- De nombreuses communes varoises impliquées dans divers programmes.



CDOS

VAR

var.franceolympique.com
maisonsportsante83.fr