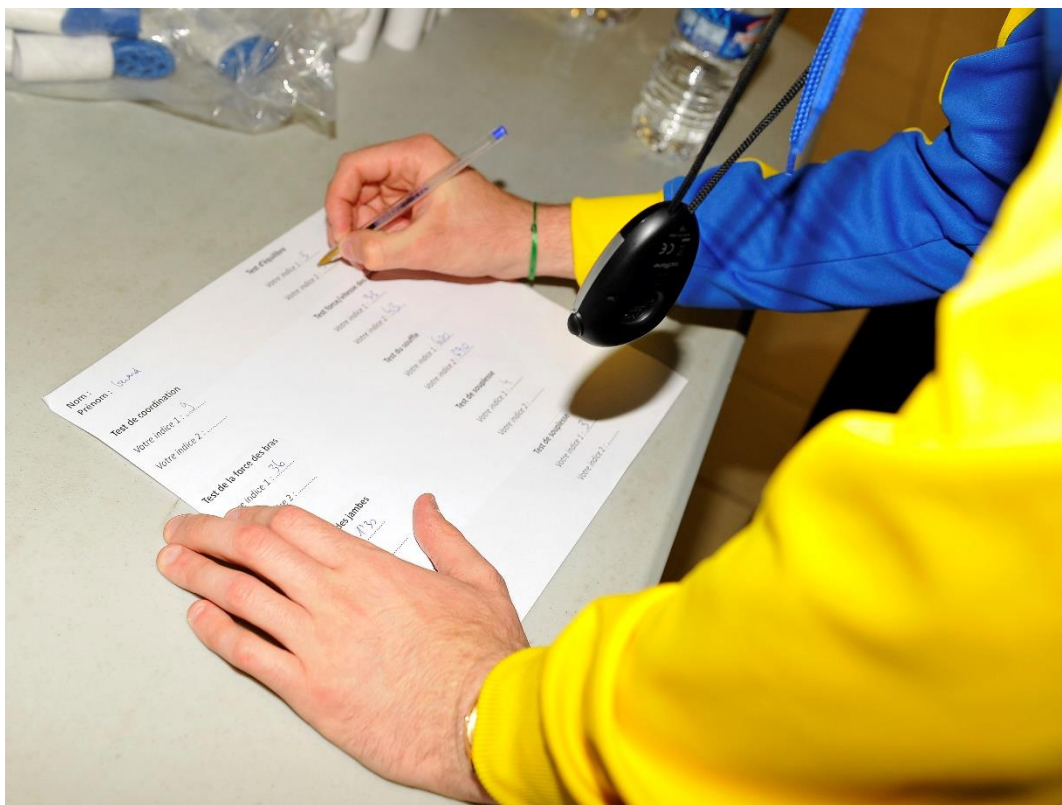




# LE SPORT SANTÉ À LA VGA SAINT-MAUR



VGA

*Ce document présente les différents champs d'action de notre projet Sport Santé à la VGA Saint-Maur*

Les bienfaits de la pratique régulière d'une activité physique ne sont plus à démontrer. C'est aujourd'hui un véritable enjeu de santé publique. Le projet Sport Santé à la VGA Saint-Maur s'inscrit dans l'idée de participer à cette dynamique et s'organise schématiquement autour de trois axes de développement:

- Le Sport Santé « en stade » : c'est l'ensemble des activités pratiquées dans les enceintes sportives de la VGA (en salle, en stade ou en extérieur), adaptées et personnalisées en fonction de l'état de forme ou « stade » de chacun, mais aussi en fonction du « stade », c'est-à-dire du niveau, de prévention (primaire, secondaire ou tertiaire) des bénéfices attendus.
- Le Sport sur Ordonnance : regroupe tous les moyens mis en œuvre, afin de faciliter l'accès à ce dispositif, pour toute personne éligible (présentant une affection de longue durée), selon les modalités prévues par l'amendement Fourneyron.
- Les réseaux de Sport Santé : ce sont tous les liens tissés avec des partenaires en dehors du milieu sportif (établissements hospitaliers et entreprises) et permettant d'exporter des activités Sport Santé au-delà de nos structures sportives traditionnelles.

Notre démarche a suivi trois étapes :

- Actions de sensibilisation, auprès de la population Saint-Maurienne,
- Actions de communication, en direction des acteurs potentiels du Sport Santé à Saint-Maur,
- Actions de prévention, c'est-à-dire de Sport Santé proprement dit.

Rappelons, pour mémoire, les trois niveaux de prévention du Sport Santé :

- Primaire : faire du sport pour rester en bonne santé,
- Secondaire : faire du sport comme une aide à un traitement, en permettant de réduire les prises médicamenteuses,
- Tertiaire : faire du sport pour limiter de risque de rechutes, après rémission.

### LES ORIGINES ET L'ÉVOLUTION DE NOTRE DÉMARCHE

Depuis 2013, la VGA Saint-Maur, club omnisports du Val-de-Marne, s'investit dans le développement du « Sport Santé ». Notre objectif: proposer de l'activité physique adaptée (APA) pour tous, quels que soient l'âge, le niveau de pratique et l'état de santé.

Notre club est parti d'une réalité, partagée par tous les observateurs attentifs : la sédentarisation de la population française aggrave de manière dramatique les facteurs de risques liés aux maladies chroniques (troubles cardio-vasculaires, accidents vasculaires cérébraux, cancers, affections respiratoires chroniques, diabète, ...).

Devant ce constat plutôt alarmant, le Dr Pierre GARÇON, médecin référent élu au Conseil d'Administration, et en coordination avec le précédent agent de développement de la VGA Saint-Maur, Kévin DIDIER, ont mis en place et développé une section « Sport Santé » au sein de notre club omnisports. Leurs diverses actions ont permis à la VGA Saint-Maur d'être labellisée club "Sport Responsable 2017" et de recevoir le 3ème prix des Trophées du Sport Responsable Generali 2017, dans la catégorie « Santé et Prévention ».

En 2017, Anthony MAN, notre nouvel agent de développement, a efficacement pris le relais de Kevin DIDIER, dans un esprit de continuité et de pérennité des actions déjà engagées.

### LES ACTIVITÉS SPORT SANTÉ À LA VGA

Ce paragraphe concerne le développement de notre section Sport Santé proprement dite, qui compte 72 adhérents (contre une dizaine à sa création), dont 10 sont inscrits dans le dispositif « Sport sur Ordonnance ». Notre objectif principal est de pouvoir rendre accessible la pratique physique à des personnes souhaitant reprendre ou démarrer une activité physique adaptée à leurs besoins et surtout à leurs capacités, en s'opposant, par tous nos moyens, aux méfaits de la sédentarité.

*Pratiquer le Sport Santé, c'est apprendre à s'activer sans objectif de compétition tout en développant ses capacités physiques et en respectant ses limites.*

#### [Le Sport Santé en « stade »](#)

- *Le Sport Santé en salle*

Depuis 2013, la VGA Saint-Maur a mis en place des séances d'Activité Physique Adaptée (APA), à destination des personnes sédentaires, des seniors et des adhérents atteints d'affection de longue durée (ALD). Ces activités comportent des objectifs de travail variés mais complémentaires : renforcement musculaire, travail de proprioception, de coordination, de souplesse, stimulation cardio-vasculaire et

cardio- respiratoire. Ces séances, d'une durée d'une heure et demie, sont encadrées par des Enseignants en Activités Physiques Adaptées, issus d'une formation STAPS (Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives), spécialisation APA.

La VGA propose actuellement 7 séances de Sport Santé en salle (contre deux séances à sa création en 2013). De plus, nous avons distingué deux catégories de participants (en termes de niveau et intensité de pratique) : les « seniors » et le cours « tout public ». Néanmoins, nous n'orientons pas uniquement les futurs adhérents selon ces seuls intitulés de catégorie. Il s'agit de considérer l'individu dans sa globalité : capacités physiques et aspirations personnelles (renforcement musculaire, lien social, perte de poids, réduction du stress, motivations,...).

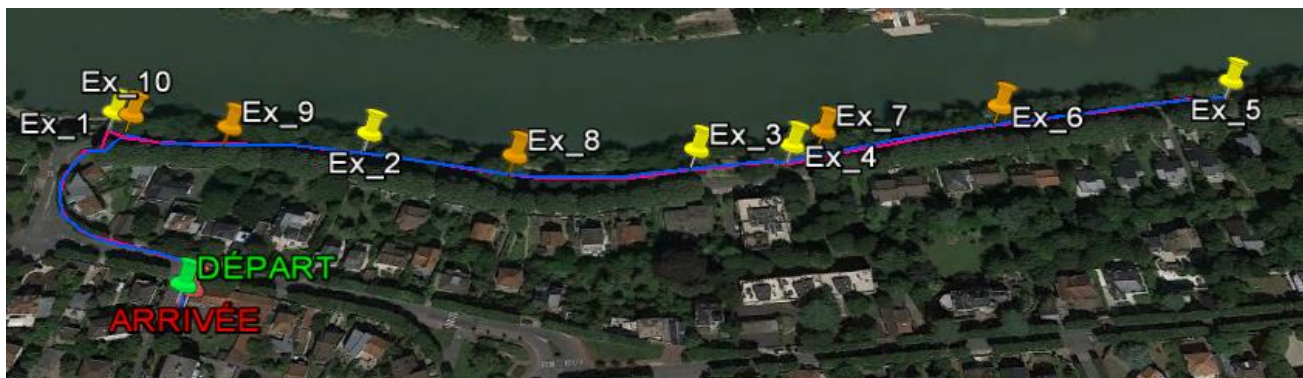
Nous proposons également aux adhérents, la possibilité de suivre un entretien individuel avec l'enseignant APA, afin de mieux répondre à leurs besoins et leurs envies. Cet échange personnalisé permet certes de faire connaissance avec chaque adhérent mais surtout de connaître et définir ses objectifs.



*Travail de la proprioception, Sport Santé en salle - VGA Saint-Maur*




### ○ La Boucle de la Forme



*Parcours de santé sur les Bords de Marne : la Boucle de la Forme et ses 10 exercices*

En 2017, la VGA a conçu et mis en place un parcours de santé sur les Bords de Marne (la Boucle de la Forme) en partenariat avec « Macadamtraining®, mon kilomètre santé », concept de parcours de santé urbain. La « Boucle de la Forme » se compose de différents ateliers avec des niveaux de difficulté variés (niveaux 1 à 3). Le circuit alterne une activité de type aérobie (marche ou course) avec du renforcement musculaire, en n'utilisant que le mobilier urbain existant (banc, marches, murets,...) et sans dénaturer l'environnement et le cadre naturel.

Pour chaque exercice, sont prévus 3 niveaux de difficultés, afin d'individualiser au maximum le parcours. Le « niveau 1 » peut être réalisé de façon autonome mais les deux autres niveaux doivent être exécutés avec l'accompagnement de l'éducateur (rice) sportif (ve) (Macadamtrainer) qui doit veiller au bon déroulement de l'exercice (positionnement du dos, respect des temps de récupération, progression dans le parcours,...).



**Variable didactique :** Varier nombre de répétitions et vitesse de réalisation.

*Niveau 1*

- Départ debout, réaliser un squat pour venir toucher le muret puis se relever instantanément.

*Niveau 2*

- Départ debout, réaliser un squat pour venir toucher le muret puis se relever instantanément et monter sur pointes de pied.

*Niveau 3*

- Départ debout, réaliser un squat pour venir toucher le muret puis se relever instantanément et réaliser un saut.

• 2 x 10 répétitions.

**CONSIGNES DE SECURITE :**

- Les pieds doivent arriver simultanément au sol après le saut.
- Les genoux ne doivent pas dépasser la pointe du pied.
- Ne pas plier les genoux à plus de 90°.

Muscles travaillés:

- Quadriceps
- Fessiers
- (Mollets)

Contraction concentrique

Mobilier urbain utilisé:

- Banc

*Exemple d'un exercice de renforcement musculaire - Boucle de la Forme*

### ○ *Le Sport Santé dans les autres sections*

Parallèlement aux séances de la section Sport Santé, la section VGA Sports d'Eau propose une activité « Nagez Forme Santé » (labellisation de la Fédération Française de Natation). Il s'agit d'une forme de natation adaptée à des personnes cherchant à optimiser leur capital santé, encadrée par des éducateurs ayant reçu une formation spécifique « Educateur Nagez Forme Santé ». Chaque participant doit pouvoir évoluer dans un environnement sécurisé, et nager selon ses aspirations et capacités propres. L'activité est adaptée aux personnes diabétiques, aux personnes atteintes de maladies cardio-vasculaires ou de pathologies respiratoires,... À l'heure actuelle, l'activité « Nagez Forme Santé » comptabilise 10 adhérents. Une relation étroite entre la section Sport Santé et celle des Sports d'Eau permettra de répondre aux problématiques de santé (relation inter-sections de la VGA) dans leurs pratiques aux objectifs communs.

D'autres sections s'interrogent sur l'idée de s'ouvrir au Sport Santé. C'est le cas, par exemple, de la voile, de la boxe et du pentathlon moderne. Plus généralement, notre volonté est d'inciter l'ensemble de nos sections à proposer des créneaux « Sport Santé ». Cela passera par un effort de formation de nos éducateurs sportifs.

#### Le cas particulier du Sport Santé à l'EPIS :

L'acronyme EPIS signifie « Education Physique et Initiation aux Sports ». Cette section existe depuis plus de 60 ans (créée en 1956), c'est-à-dire bien avant que l'on ait commencé à parler de Sport Santé. Elle accueille aujourd'hui plus de 800 enfants de 3 à 12 ans et leur fait découvrir un grand nombre de pratiques, par cycles successifs de 6 semaines, répartis sur une année scolaire.

Lorsqu'on sait les avantages et les bénéfices à débiter la pratique une activité physique tôt dans la vie, en matière de développement psychomoteur, de sociabilité, de renforcement musculaire ou encore de constitution d'un bon capital osseux, l'EPIS répond parfaitement à la définition de la prévention primaire du Sport Santé.

#### La passerelle entre la section Sport Santé et les autres sections :

Soulignons qu'une quinzaine d'anciens adhérents de la section VGA Sport Santé, se sont inscrits dans de nouvelles activités, comme la Marche nordique, le Yoga, le Tai Chi Chuan, l'Aqua forme ou la Randonnée. La section Sport Santé constitue ainsi un véritable tremplin vers d'autres activités physiques et/ou sportives (évolution et diversification de la pratique).

## LE SPORT SUR ORDONNANCE À LA VGA

### *o Application et mise en place*

Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée (ALD), le médecin traitant peut prescrire (depuis le 1er mars 2017, amendement Fourneyron) une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.

Lorsque le patient se déplace pour consulter son médecin traitant et que celui-ci lui prescrit une activité physique, un « Pass'Sport Santé » lui est remis afin d'assurer un lien entre le prescripteur, l'intervenant et le bénéficiaire. L'un des objectifs de ce document est d'identifier et d'indiquer des contre-indications particulières pour un exercice spécifique, voire même pour une activité. Le médecin renseigne donc ce livret le plus complètement possible, puis oriente la personne vers l'intervenant, en l'occurrence l'enseignant en Activités Physiques Adaptées, au siège de la VGA Saint-Maur. Un entretien se déroule entre ce dernier et le (la) futur(e) pratiquant(e), afin de faire un bilan de sa condition physique (tests d'évaluation), dont les résultats seront notés dans le Pass'Sport Santé. Ces tests seront de nouveau réalisés à la fin de l'année, pour évaluer les potentiels bénéfiques de l'activité.

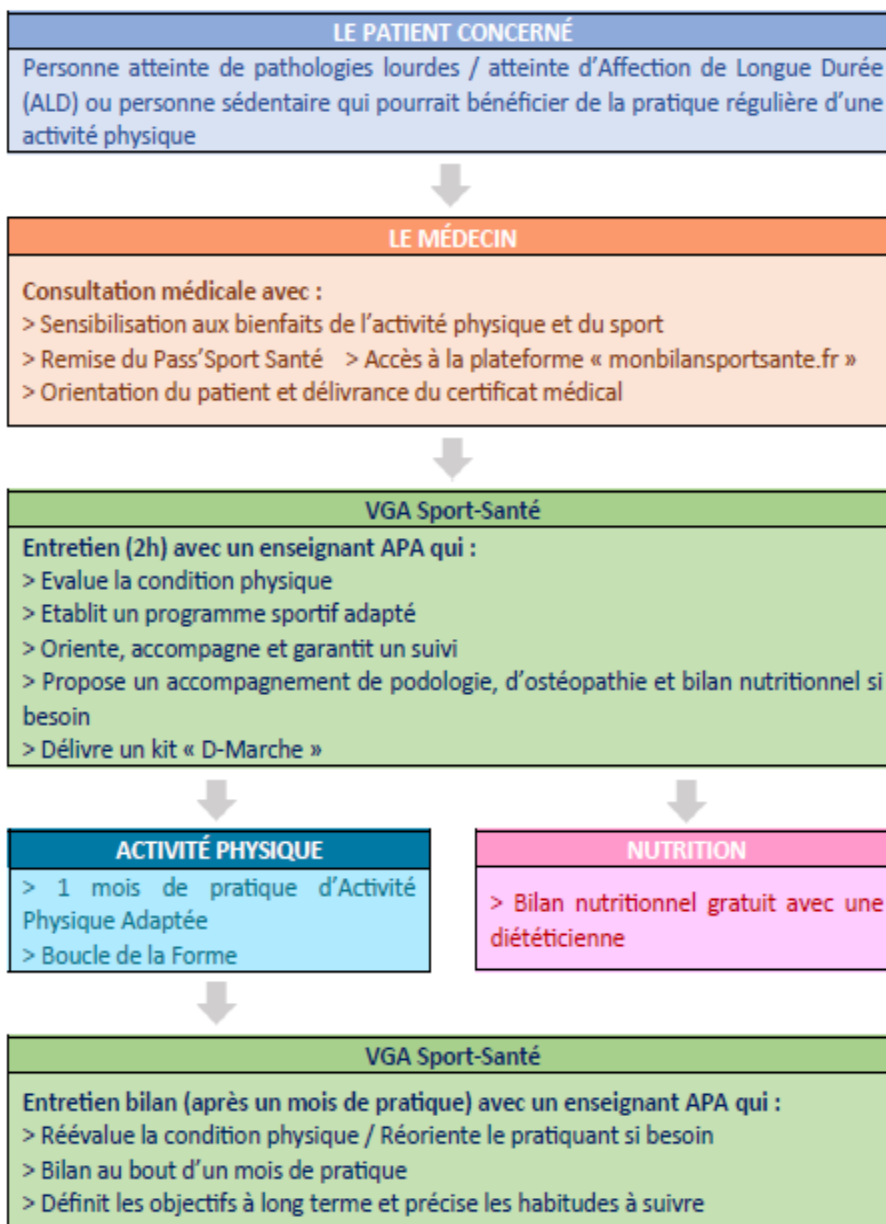
En amont, l'enseignant APA aura établi un programme personnalisé d'activités physiques adaptées, en fonction des besoins et des envies du futur pratiquant. Au terme de cette évaluation, l'intervenant sera attentif à orienter la personne vers une activité adaptée et non contre indiquée par le médecin.

De plus, la plateforme « Monbilansportsanté », référencée dans le Pass'Sport Santé, représente une aide supplémentaire à la prescription pour le médecin.

Après une période de pratique de six mois dans la section, un nouvel entretien sera organisé entre l'intervenant et le bénéficiaire, afin de voir si l'activité lui convient. Si oui, l'adhérent(e) continuera à pratiquer dans la section concernée et dans le cas contraire, une nouvelle activité lui sera proposée. Un bilan final sera ensuite réalisé à la fin de la saison, afin de faire un point annuel et d'orienter la personne vers l'activité adaptée en fonction de sa progression.

LE BÉNÉFICIAIRE

## LE PARCOURS DE SOINS SPORT-SANTÉ



*Le parcours de soins Sport Santé à la VGA - Pass’Sport Santé*



## LES RÉSEAUX DE SPORT SANTÉ DE LA VGA

### Partenariats avec le monde médical et paramédical

#### ○ *Centre Hospitalier Intercommunal de Créteil (CHIC)*

- Les enfants hospitalisés dans le service de Chirurgie pédiatrique bénéficient de séances d'animation, programmées tout au long de l'année. Il s'agit de proposer, sur place dans le service et sous une forme ludique, une découverte et une initiation à différentes activités physiques et/ou sportives pratiquées à la VGA Saint-Maur : Boccia, Tir laser, Sarbacane,...
- La VGA Saint-Maur collabore également avec le service de Chirurgie bariatrique, en participant à des groupes de parole et en accueillant les patients qui souhaitent bénéficier d'une APA. Nous établissons alors un programme en APA spécifique pour ces personnes, afin de les préparer à une opération (pré-opératoire) et/ou les accompagner au cours de leur convalescence (post-opératoire).

#### ○ *Centre de rééducation de la Clinique de Champigny*

La clinique de Champigny est spécialisée en Soins de Suite et de Réadaptation (SSR). Conventionnée avec l'Assurance Maladie et les principales mutuelles, c'est un établissement de santé reconnu dans le suivi des pathologies neurologiques. Elle a noué une collaboration avec la VGA Saint-Maur afin de permettre aux patients de bénéficier d'une continuité dans leur prise en charge après leur hospitalisation. Le centre est également financé par l'Agence Régionale de la Santé (ARS) s'agissant de son projet de rééducation à destination des personnes atteintes de sclérose en plaque. Les patients qui le souhaitent, ont la possibilité de s'inscrire à la VGA Sport Santé.

#### ○ *Hôpitaux de Saint-Maurice*

En partenariat avec le service de Maternité des Hôpitaux de Saint-Maurice, la VGA Saint-Maur intervient dans le cadre d'un protocole de recherche scientifique, afin d'évaluer l'impact d'une activité physique régulière sur de futures mamans souffrant de diabète pendant leur grossesse (diabète gestationnel) : contrôle glycémique, consommation d'insuline, impact sur l'humeur, caractéristiques de l'enfant à la naissance,...). Un enseignant APA de la VGA propose deux séances hebdomadaires de gymnastique aquatique adaptée d'une durée d'une heure. La pérennisation de cette activité permettra d'inclure l'ensemble des patientes de la Maternité. Ce protocole d'étude a reçu l'agrément de l'ARS.

### ○ *École d'ostéopathie : OstéoBio*

Grâce à notre partenariat avec OstéoBio, les adhérents de la VGA Saint-Maur ont la possibilité de bénéficier de séances d'ostéopathie gratuites et illimitées. Chaque année, nous accueillons un(e) étudiant(e) en dernière année de formation, dans le cadre de son stage professionnalisant. Les consultations sont hebdomadaires et se déroulent sur une demi-journée. Pour en bénéficier, les adhérents du club doivent s'inscrire en ligne sur le site de la VGA.

### ○ *École de podologie : Institut National de Podologie (INP)*

Le partenariat avec l'Institut National de Podologie permet à la VGA de bénéficier gratuitement de bilans podologiques précis de ses sportifs sur terrain d'entraînement (étude baropodoscopique de leurs appuis en situation sportive, analyse posturale et dynamique de leurs foulées et de leurs gestes techniques). Cet examen a une durée en moyenne de 15 minutes par sportif et peut donc s'intégrer à un entraînement classique sans perturber celui-ci. En contrepartie, les professionnels en formation de l'INP assistent à l'entraînement pour y cerner les enjeux de l'ensemble des exercices réalisés. Par ailleurs, si une situation semble l'indiquer, l'INP met à disposition son laboratoire de biomécanique (analyse 3D, EMG, Tapis instrumenté) où un examen plus complet pourra avoir lieu, dirigé par un Docteur en biomécanique, Monsieur Delacroix. Des consultations gratuites de podologie sont également proposées aux adhérents de la VGA.

### ○ *École de Diététique et Nutrition Humaine (EDNH)*

Ce partenariat permet aux adhérents de la VGA Saint-Maur de bénéficier d'un bilan nutritionnel afin de faire un état des lieux de leurs habitudes alimentaires, de leur donner des outils pédagogiques et des conseils nécessaires à un bon équilibre alimentaire en lien avec la pratique d'activité physique et sportive. Chaque année, nous accueillons un(e) étudiant(e) en troisième année de bachelor en diététique et nutrition sportive, dans le cadre d'un stage professionnalisant. Comme l'ostéopathie et la podologie, les inscriptions (gratuites pour les adhérents de la VGA) à ces bilans se font en ligne, sur le site internet de la VGA Saint-Maur.

## Partenariats avec le monde de l'entreprise

La sédentarité aggrave toutes les causes de mortalité, notamment en doublant le risque de maladies cardio-vasculaires, de diabète et d'obésité (Source OMS). Or, 43% des salariés passent plus de 5 heures par jour assis devant un écran au travail. Plusieurs travaux scientifiques récents ont mis en évidence les effets positifs d'une activité physique ou sportive (APS) même légère, sur le lieu de travail :

- Réduction de l'absentéisme,
- Diminution de l'incidence de certaines maladies professionnelles : stress, troubles musculo-squelettiques (TMS), dépression, etc.
- Mieux-être général et amélioration de la productivité.

L'étude de Goodwill Management pour le compte du CNOSF et du MEDEF, avec le soutien d'AG2R La Mondiale, dresse un bilan détaillé de l'impact économique de l'APS sur l'entreprise, le salarié et la société civile. Parmi les faits marquants :

- Bénéfice pour l'entreprise :

Un collaborateur sédentaire qui se met à pratiquer une APS peut voir sa productivité croître de 6% à 9% (selon l'intensité de sa pratique).

- Bénéfice pour la société civile :

La pratique régulière d'APS par un salarié peut permettre à la société d'économiser entre 308 et 348 € de dépenses de santé par an, ce qui représente entre 7 et 9% d'économies sur la population qui pratique l'APS.

En 2016, la VGA Saint-Maur est intervenue dans les locaux de l'entreprise SPME, au Port autonome de Bonneuil, afin de proposer des activités physiques et des ateliers de prévention aux salariés.

Depuis début février 2018, notre club collabore avec la société PMC, située à Saint-Maur-Des-Fossés, en proposant des APS en direction d'un groupe de salariés (une vingtaine) pendant leur pause déjeuner (12h30 à 13h30) : renforcement musculaire (les lundis) et stretching postural (les mardis). Les activités se déroulent au siège de la VGA Saint-Maur par groupe de 15 personnes maximum afin de faciliter la cohésion de groupe et de maintenir un encadrement efficient (individualisation des exercices).

Des conférences et ateliers de sensibilisation (TMS, gestes et postures, bilan de santé,...) en direction des salariés pourront être également mis en place au sein de l'entreprise.



*APS dans les locaux de SPME, Port autonome de Bonneuil*

Par ailleurs, depuis 2017, la VGA propose également des actions de sensibilisation et de prévention en direction des dirigeants d'entreprise, selon l'adage qui dit qu'une des principales richesses des entreprises est le capital-santé de leurs dirigeants.

### [Liens avec l'Université STAPS de Créteil](#)

Afin d'assurer le développement de nouveaux projets et la formation de futurs professionnels médico-sportifs, la VGA accueille chaque année des étudiants-stagiaires STAPS de la filière APA qui nous prêtent main forte, aussi bien dans nos sections qu'au siège de la VGA.

## ACTIONS DE SENSIBILISATION ET DE COMMUNICATION

### ○ *Les Ateliers de Bilan de Forme de la VGA Saint-Maur et « Ca bouge à Saint-Maur ! »*

Régulièrement depuis le début de l'expérience, notre club organise ou s'associe à plusieurs événements publics, dans le but de sensibiliser les visiteurs aux bienfaits de l'activité physique sur la santé. A l'occasion de chacune de ces diverses manifestations (journée portes ouvertes, journée des associations, Téléthon, actions en « quartier prioritaire de la politique de la ville »...), nous proposons un stand de bilan de forme, regroupant différents tests physiques, des activités ludiques et des initiations sportives.

Actions récompensées par des trophées de l'Omnisports de la FFCO (2014 et 2015).

### ○ *L'atelier « P'tit Déj Malin »*

En 2018, la VGA Saint-Maur a mis en place une nouvelle action de sensibilisation et de prévention autour du « petit-déjeuner ». Nous voulons souligner l'importance de ce premier repas qui est souvent négligé. Selon une étude du CREDOC (Centre de Recherche pour l'Étude et l'Observation des Conditions de Vie, 2013), 30% d'enfants et 20% d'adultes ne prennent pas de petit-déjeuner. Les raisons de ce constat sont : le contexte familial (horaires de travail des parents ou le manque d'outils et de connaissances à l'éducation alimentaire), le fait que les enfants se lèvent tard, qu'ils n'aient pas faim le matin ou le contexte socio-économique de la famille (manque de moyens financiers).

L'atelier « P'tit Déj Malin » est gratuit pour ses bénéficiaires, et cible tous les enfants et adultes inscrits dans nos sections sportives. Nous voulons prévenir et modifier les mauvais comportements alimentaires en insistant sur la relation entre une bonne alimentation et la performance sportive. Cet atelier intervient notamment dans la lutte contre le surpoids et l'obésité (éviter le grignotage dans la matinée, les petits-déjeuners et déjeuners trop caloriques,...).

Les parents, éducateurs sportifs et bénévoles du club participent également à cette action car ils ont un rôle déterminant dans l'éducation des enfants en les accompagnant au quotidien. A la fin de l'atelier, un véritable petit-déjeuner est servi aux participants avec les bons composants de celui-ci.

### ○ *Les Rencontres Sport Santé de la VGA Saint-Maur*

Il s'agit d'une action de communication en direction d'une cible que nous avons définie comme l'ensemble des acteurs potentiels du Sport Santé à Saint-Maur : médecins (prescripteurs), pharmaciens (relais d'opinion), kinésithérapeutes, ostéopathes, éducateurs APAS (Activités Physiques Adaptées), dirigeants, financeurs, élus,...

Depuis 2016, nous avons proposé trois soirées que nous avons appelées : « Les rencontres Sport Santé de la VGA ». Nous avons eu l'honneur d'être parrainés, pour notre première édition, par le Professeur Gérard Saillant, grande figure du monde médico-sportif et qui est, par ailleurs à l'origine du projet Sport Santé sur Biarritz et la Côte Basque.

Exemples de thèmes abordés lors de ces soirées interactives :

- Que dit précisément l'amendement Fourneyron ?
- Les outils d'aide à la prescription du Sport sur Ordonnance.
- Le Sport sur Ordonnance, comment ça marche ?

En décembre 2018, la dernière réunion s'est tenue avec de nombreux praticiens dans l'idée de faire un état des lieux du Sport sur ordonnance à Saint-Maur et ses environs, à six mois de la publication du décret d'application de l'amendement et avec pour objectif la constitution d'un collège de prescripteurs locaux. Actuellement, 10 médecins locaux ont prescrit une APA à des patients qui ont pu bénéficier du Sport sur Ordonnance à la VGA.

### ○ *Les ateliers PRIF*

En 2017, des ateliers « l'Équilibre en Mouvement » et « D-Marche » ont été mis en place conjointement avec le PRIF (Prévention Retraite en Ile-de-France) et l'association Prim'Adal afin de sensibiliser le public retraité aux bienfaits de l'activité physique et sportive. Conçus avec des intervenants experts, ces séances apportent aux seniors les connaissances et les pratiques qui favorisent un « bien vieillir ». C'est également l'occasion d'offrir de belles opportunités d'échanges et de tisser du lien social.

Chaque atelier s'articule autour d'une conférence d'information auprès d'un large public puis d'un ensemble de séances en « petit groupe » de 12 à 15 personnes. En 2017, nous avons enregistré la participation de 60 retraités lors de ces ateliers qui connaissent un franc succès auprès des val-de-marnais. Ces activités ont logiquement été reconduites en 2018, de janvier jusqu'à fin juin.

Par ailleurs, le continuum à ces ateliers est le Sport-Santé, pratique adaptée dans un cadre de santé et de bien-être (physique, psychique et social). Il s'agit de remettre le pied à l'étrier et de reprendre goût à l'activité physique. Ces ateliers représentent ainsi des passerelles potentielles vers une reprise douce, progressive et adaptée.



### AVENIR DU SPORT SANTÉ À LA VGA

Nous ne concevons pas l'avenir du Sport Santé à la VGA Saint-Maur comme limité à des activités spécifiques, dans une section dédiée, mais plutôt ouvert sur un réel accompagnement de chaque adhérent vers une pratique de santé par l'activité physique, dans un esprit de prévention primaire et dans l'ensemble des sections.

Dans cette logique, la VGA veut inciter à la formation de ses éducateurs sportifs à des pratiques « Sport Santé » tout en uniformisant l'ensemble des activités (inter-sections). L'objectif est de pouvoir garantir et élargir nos capacités et nos compétences d'accueil de publics spécifiques.

Dans ce sens, le développement de nouvelles activités est également à l'étude, telles, par exemple, que des cours d'Équilibre à l'année (en continuité avec les ateliers du PRIF). En complément de l'offre de soins santé en direction de ses adhérents (pédicurie-podologie et ostéopathie), la VGA souhaiterait pouvoir mettre en place des consultations gratuites de diététique-nutrition. Pour cela, l'étude d'un partenariat avec une école spécialisée dans ce domaine est en cours.

Enfin, pour renforcer son fonctionnement et mutualiser ses partenariats dans le Sport Santé, la VGA souhaite maintenant s'inscrire dans le dispositif « Prescri'Forme ». Il s'agit d'une stratégie régionale, fondée sur une collaboration forte, dont l'un des objectifs est d'encourager la prescription des activités physiques et sportives par les professionnels de santé en Île-de-France, d'en développer la recommandation, et d'accroître le recours aux activités physiques et sportives comme thérapie non médicamenteuse.

« Prescri'Forme – L'Activité physique sur ordonnance en Île-de-France » vise spécifiquement, à l'aide d'une prescription médicale et d'un carnet de suivi, à accompagner et à soutenir les personnes souhaitant maintenir ou améliorer leur santé par une pratique sportive ou d'activité physique sécurisée et délivrée par des professionnels formés. La procédure d'agrément par l'ARS et la DRJSCS d'Île-de-France de structures médico-sportives, ou autres, en « centres de référence-ressources Prescri'Forme », permettra la mise en place d'un dispositif de contrôle de qualité et d'évaluation.

Ce projet représente un nouveau challenge pour la VGA.