

JEUDI  
21 NOV. 9h - 16h30  
2024 ~  
La Halle aux Grains  
CASTELNAUDARY

Colloque  
SPORT, SANTÉ & HANDICAP  
UN ENJEU SOCIÉTAL !  
organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie

Colloque  
SPORT, SANTE & HANDICAP  
UN ENJEU SOCIÉTAL !  
organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie  
Jeudi 21 novembre 2024 - Castelnaudary

Bonjour et bienvenue à tous !



JEUDI  
21 NOV. 2024 ~ 9h - 16h30  
La Halle aux Grains  
CASTELNAUDARY

Colloque  
**SPORT, SANTÉ & HANDICAP**  
**UN ENJEU SOCIÉTAL !**  
organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie

# Dynamiques & perspectives sport santé et handicap en Occitanie



JEUDI  
21 NOV. 2024 ~ 9h - 16h30  
La Halle aux Grains  
CASTELNAUDARY

Colloque  
SPORT, SANTÉ & HANDICAP  
UN ENJEU SOCIÉTAL !  
organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie

*Léa LAVERGNE, Conseillère Technique Fédérale,  
Ligue Sport Adapté Occitanie*



JEUDI  
21 NOV.  
2024 ~ 9h - 16h30  
La Halle aux Grains  
CASTELNAUDARY

Colloque  
SPORT, SANTÉ & HANDICAP  
UN ENJEU SOCIÉTAL !  
organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie



# Développement de la pratique et des Projets Activités Physiques et Sportives Adaptées au sein des établissements médico-sociaux

Léa LAVERGNE, Conseillère Technique Fédérale LSAO



# Contexte

- Convention, CPOM ARS - Ligue Sport Adapté Occitanie sur la partie prévention et promotion de la santé depuis 2013
- Reconnu opérateur régional sport santé par l'ARS.

Cette convention s'inscrit dans le cadre :

- **Instruction interministérielle du 24 décembre 2012**, il est notamment indiqué : d'« ... intégrer les APS dans les plans personnalisés de compensation et dans les projets d'établissement... »
- Du **plan Sport Santé Bien-être** décliné au niveau régional qui vise à « Promouvoir et développer la pratique des APS comme facteur de santé publique ».
- **OMS Plan d'action mondial pour l'activité physique (2018-2030)** : « Des personnes plus actives pour un monde plus sain »
- **Stratégie Nationale Sport et Handicaps 2020-2024** : Mesure 14 : Redonner une place importante à l'activité physique dans le système de santé pour les PSH ; Objectif : Favoriser la mise en place de programmes d'APSA dans les établissements accueillant des PSH dans une perspective de santé.

# Contexte

- Elle s'inscrit désormais également dans le cadre de :
  - **La Loi du 2 Mars 2022** visant à démocratiser le sport en France ; avec son **décret d'application du 17 juillet 2023** : relatif au référent pour l'APS en ESMS
  - **La Note interministérielle du 29 février 2024** : relative au déploiement de l'activité physique et sportive dans les ESMS du champ de l'autonomie



# Publics cibles

- Les personnes en situation de handicap mental, psychique et présentant des troubles du spectre de l'autisme, accueillies en ESMS
- Les professionnels des ESMS
- Les familles, l'entourage
- Les administrateurs d'organismes gestionnaires, et directeurs généraux

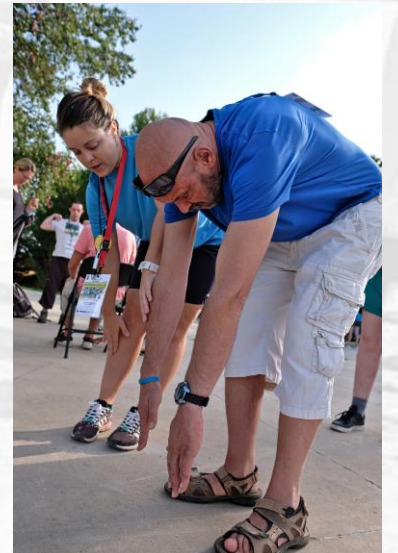
## Territoire

Région Occitanie – les 13 départements



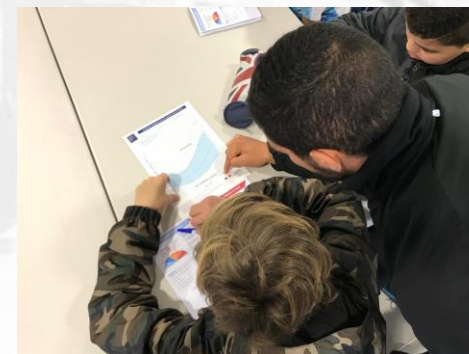
# Objectifs et descriptif

- Promouvoir et accompagner la mise en place des APSA régulières dans les ESMS
- Favoriser le développement de projets d'activités physiques et sportives adaptées, au sein des établissements et services médico-sociaux de la région accueillant des personnes en situation de handicap.
- Structurer les pratiques d'APSA régulières, pour tous, dans un objectif de santé.



# Actions menées

- Accompagnement des ESMS dans la structuration, le développement et la valorisation des APS pour les personnes en situation de handicap
- Les différentes étapes du programme :
  - Identification de **2 référents activité physique** (personnel interne de l'établissement)
  - **Diagnostic - état des lieux** de l'offre et de la pratique d'AP au sein de l'établissement
  - **Sensibilisation des professionnels** de l'établissement + sensibilisation des usagers
  - **Sensibilisation des familles**, de l'entourage des usagers



# Actions menées

- **Animation d'une séance de découverte** en AP au sein de l'établissement à destination des usagers de l'établissement et/ou **réalisation de tests d'évaluation de la condition physique** des usagers
- Accompagnement personnalisé de l'établissement à la **rédaction, réactualisation de son projet d'APSA.**
- **Évaluation** fin de programme



# Quelques chiffres et impact du programme

- 162 ESMS accompagnés (en totalité) en Occitanie
- 100% des ESMS (ayant bénéficié de la totalité de l'accompagnement) ont indiqué que cela répond à leurs attentes.
- Retours fréquents sur ce programme :
  - Retours très positifs quand ESMS s'investit, permet de structurer et développer la pratique. Les ESMS accompagnés sont satisfaits.
  - => Continuité : participation à des journées FFSA pour tester, prises de licences, affiliations, changement des représentations sur l'AP (notamment pour les MAS)
  - Augmentation, diversification, adaptation de l'offre de pratique dans les ESMS
  - Prise de conscience de la place de l'AP dans l'ESMS (offre de pratique vs nombre de bénéficiaires)
  - Mise en place de conventions avec clubs sportifs locaux
  - Création de poste (mutualisation avec plusieurs ESMS)
  - => Nécessité de consacrer du **temps** , et d'avoir de l'**investissement** et de la **motivation** de **tous les acteurs** pour mettre en place le projet !

# Impact du programme

- **Que vous a apporté ce projet/cet accompagnement ?**
  - *« Démontrer les effets positifs du sport sur le développement psychique des résidents. », Foyer ESMS 46*
  - *« La rédaction du projet a permis de faire un réel état des lieux de l'ensemble des activités physiques proposées au sein de l'ESMS. Le projet a notamment permis de réaliser un bilan chiffré et quantifié du volume de pratique par jeune. », IME ESMS 65*
  - *« Renouveler le projet d'APSA et l'officialiser dans le nouveau projet d'établissement. », FV ESMS 48*
  - *« Lancer, relancer une dynamique au sein de l'établissement. », FV ESMS 48, MAS ESMS 66, ESAT ESMS 11*
  - *« Des certitudes sur l'importance d'une pratique sportive régulière dans les ESMS », ITEP ESMS 34.*

# Impact du programme

- **Ce projet va-t-il modifier des choses dans le fonctionnement de l'établissement, dans les activités proposées, la mise en place des APSA, la structuration ?**
- - « *Réflexion pour créer une association sportive au sein de l'établissement* »
- - « *Participation aux journées organisées par le Sport Adapté* », IEM ESMS 34
- - « *Implication différente et plus forte de certains professionnels* », FAM ESMS 34
- - « *Diversification des activités proposées* », FV ESMS 48, MAS ESMS 12, FAM ESMS 34
- - « *Création de partenariat avec le CDSA, des associations sportives* », ESAT ESMS 11



# Impact du programme

- **Quels sont les points positifs du projet et de l'accompagnement dont vous avez bénéficié ?**
  - *« Suivi régulier, réponses rapides et détaillées sur les écrits, etc... » , IME ESMS 65, IEM ESMS 34*
  - *« Disponibilité / Réactivité / Complément d'information / Soutien dans l'élaboration du projet. » , FAM ESMS 34*
  - *« Le fait d'être accompagné par une personne extérieure facilite la mise au clair des idées, la structuration du dossier et du plan. Cela permet d'avoir un avis extérieur et des corrections » ; IME ESMS 65*
  - *« Relancer une dynamique au sein de l'établissement » , ESAT ESMS 11, FV ESMS 48, MAS ESMS 66*
  - *« Donne la motivation pour s'investir dans les projets »*
  - *« Valorise les activités de l'établissement » , ESMS 65*



# En complément

- Au vu de ces éléments, résultats, ajout de nouvelles actions :
  - Des journées de rencontre et d'échange avec les administrateurs des associations gestionnaires et les professionnels des ESMS.
    - 4 journées sur « la place des APS au sein des ESMS » ont été mises en place (Décembre et Mai), en moyenne 50 participants par date.
    - Objectif : Prendre en compte l'impact de l'AP sur la santé et la qualité de vie des personnes accueillies.
  - Proposer un niveau 2 d'accompagnement aux ESMS
    - Nouvelle sensibilisation des professionnels et usagers (turn over)
    - Évaluation/mesure de l'impact de notre accompagnement sur le projet d'APSA (actions mises en place suite à l'accompagnement)
  - Réalisation d'un colloque sport santé (aujourd'hui)

# En complément

## Loi du 2 mars 2022 et décret du 17 juillet 2023

- Loi n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France ;
- Décret n° 2023-621 du 17 juillet 2023 relatif au référent pour l'activité physique et sportive en établissement social et médicosocial ;
- Note interministérielle du 29 février 2024 relative au déploiement de l'activité physique et sportive dans les ESMS du champ de l'autonomie

# Le référent APS en ESMS

- La place du référent activités physiques et sportives (APS) :
  - Il fait partie intégrante de l'équipe pluridisciplinaire.
  - Il est en lien avec l'ensemble des professionnels de l'établissement pour favoriser la pratique et l'accès à celle-ci, avec pour mission principale : l'information.
  - Il est en lien avec les partenaires extérieurs.



# Ressources disponibles

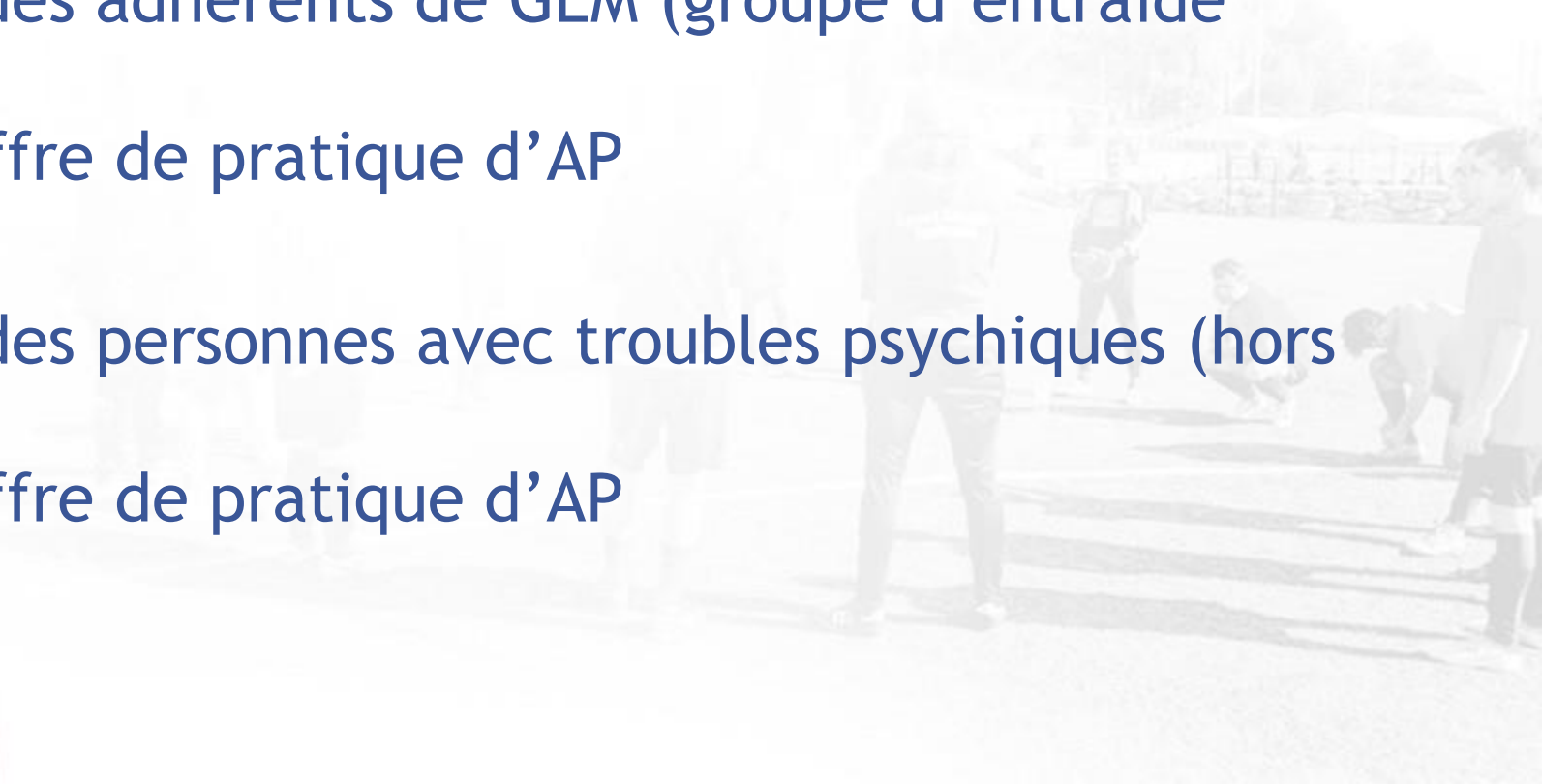


## ➤ Formation : « Référent APS en ESMS »

- 21 heures de formation : 2 jours + 1 jour + 35h de période de mise en application
- Public cible :
  - Professionnels des ESMS
- Objectifs :
  - Être capable de recueillir et de délivrer une information claire et adaptée à la compréhension de tous,
  - Identifier les connaissances socles sur l'APS pour les PSH
  - Identifier les besoins spécifiques en fonction des profils accueillis dans ma structure ;
  - Identifier et se positionner dans le réseau de partenaire afin de mobiliser les ressources nécessaires à la réussite du projet ;
  - Être capable de proposer un projet assurant la sécurité et répondant aux besoins et envie des personnes lors de leur pratique.

# Autres actions

- Action de marche santé et activités de maintien de l'autonomie (230 journées réparties sur les 13 départements)
- Action à destination des adhérents de GEM (groupe d'entraide mutuelle)
  - Sensibilisation + offre de pratique d'AP
- Action à destination des personnes avec troubles psychiques (hors GEM)
  - Sensibilisation + offre de pratique d'AP



# Autres actions - formations



- **Formation pour les travailleurs d'ESAT : « Entretien mon corps par les Activités Physiques »**
  - 2 jours/sessions, 8 sessions réalisées en 2022 dans 8 ESAT, 72 travailleurs formés
  - En 2023 : 4 sessions réalisées, 40 travailleurs supplémentaires formés
  - Déjà des sessions de programmées pour 2025.
  - Volonté d'élargir l'offre et de proposer la formation aux foyers.



# Outils Sport Santé



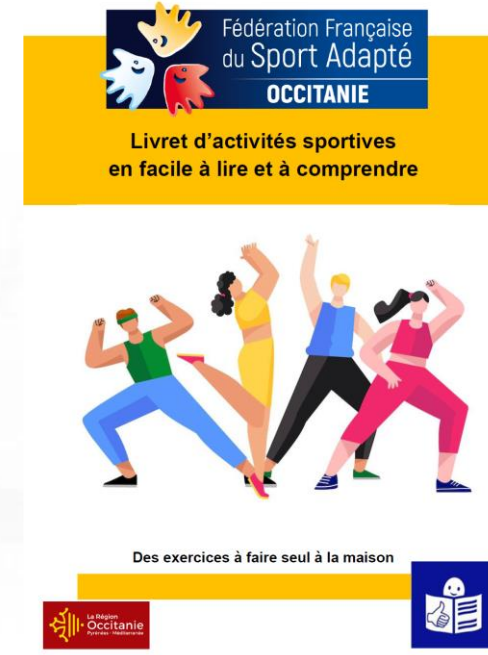
- Carnets individuels sport santé enfant et adulte en FALC
- Guide méthodologique d'aide à la rédaction de projet d'APSA
- Guide évaluateur pour réaliser les tests de condition physique
- Une mallette évaluation
- Une plateforme GOOVE



# Outils Sport Santé

- Réalisation d'un livret en FALC d'exercices de renforcement musculaire + échauffement et étirement.

Pour de la pratique en autonomie



# Calendrier sportif

- Un calendrier de rencontres sportives par département, avec une offre de pratique riche et diversifiée :
  - Des rencontres loisirs
  - Des rencontres compétitives
  - Des rencontres sport santé

=> à l'échelle départementale, régionale et nationale  
+ de 800 journées sportives en Occitanie



# Merci pour votre écoute

Léa LAVERGNE : [lea.lavergne@sportadapte.fr](mailto:lea.lavergne@sportadapte.fr)

Ligue Sport Adapté Occitanie : [ligue.occitanie@sportadapte.fr](mailto:ligue.occitanie@sportadapte.fr)

<https://www.sportadapte-occitanie.com/>

MSSH : [mss.occitanie@sportadapte.fr](mailto:mss.occitanie@sportadapte.fr)

FFSA : <https://sportadapte.fr/>

