

Azur Sport Santé, le sport comme outil pour une meilleure santé

5 FÉVRIER 2021 11 h 56 min 0 0



L'association Azur Sport Santé, créée en 2015, multiplie des actions auprès de divers publics de la Région Sud qui se rejoignent vers un même but : la promotion du sport santé.

Depuis 2015, l'association Azur Sport Santé s'efforce de promouvoir l'activité physique comme outil de santé tout au long de la vie. Elle a vu le jour pour prolonger l'étude scientifique "As du Cœur" qui mesurait les effets d'un programme d'activités physiques adaptées en thérapie non médicamenteuse sur des personnes atteintes de problèmes cardio-vasculaires avec le club Nice Côte d'Azur Athlétisme. Une meilleure qualité de vie et une baisse de 30% des dépenses de santé ont été constatées et ont prouvé les bienfaits de l'activité physique sur les volets de la santé et de l'économie. Suite à ce succès, l'association Azur Sport Santé a été créée pour développer d'autres programmes de sport santé sur trois niveaux de prévention : à destination de personnes bien portantes qui veulent le rester, de publics considérés à risque et de patients déjà atteints de maladies chroniques. L'association, née à Nice, a d'abord développé son réseau sur le département des Alpes-Maritimes, puis dans le Var. Son champ d'actions se situe maintenant principalement sur toute la Région Sud.

Un accompagnement pour toutes les structures

Dans le cadre de son Pôle conseil et accompagnement et afin de répondre aux premier et deuxième niveau de prévention, Azur Sport Santé s'efforce d'entrer dans les écoles et les entreprises, « pour faire la promotion de l'activité physique à tout âge », souligne Coline De Georges, coordinatrice adjointe. Les programmes "je bouge plus au travail" désigné avec l'entreprise pour répondre aux besoins spécifiques de ses salariés, et "je bouge plus à l'école" ont été conçus pour remplir ces objectifs. « Nous avons mené une expérimentation de "pause active" auprès de 500 élèves des écoles de Saint-Laurent-du-Var qui consiste à mettre en mouvement, par la marche ou la course, des instituteurs et des enfants lors de sorties de 15 minutes », indique Coline De Georges. « C'est un moyen de pallier le manque d'activité physique des enfants. » Toujours avec cette ambition de développer le sport santé, le pôle conseil d'Azur Sport Santé répond aux sollicitations des acteurs du territoire dans leur projet de sport santé. L'association accompagne notamment les municipalités de Nice et Carros, également dans les Alpes-Maritimes, dans la mise en œuvre de leur politique sport santé. « Avec le pôle emploi Nice Nord, nous avons conçu un programme d'activités physiques à destination de femmes éloignées de l'emploi et de la formation », donne également pour exemple la coordinatrice adjointe. « On veut leur faire retrouver de la confiance en elles avec la motivation du sport. Ce programme était en cours, mais a été arrêté à cause de la pandémie de Covid-19. » Azur Sport Santé coordonne le projet Prévention Active Senior qui propose un programme de trois mois d'activités physiques adaptées, à raison de deux séances par semaine, à destination des plus de 60 ans trop peu actifs. Le Pôle "Conseil et accompagnement" a donc pour but d'aider la mise en œuvre d'action. Il s'engage également dans l'orientation grâce à ses outils ressources accessibles sur son site internet.



PERRINE LAFFONT
CHAMPIONNE OLYMPIQUE
DE SKI DE BOSSES,
3 FOIS VICTORIEUSE
DE LA COUPE DU MONDE

Poursuivre l'"As du Cœur" dans cinq régions

Azur Sport Santé a aussi pour mission de faire la promotion du sport sur ordonnance afin de toucher un public atteint de maladies chroniques. « Depuis 2018, les médecins ont la possibilité de prescrire une activité physique, mais certains sont encore frileux car ils ne savent pas comment leurs patients vont être pris en charge. Notre but est de joindre le monde médical et l'univers du sport », explique Coline de Georges. Dans ce cadre, l'ARS PACA, qui finance les actions d'Azur Sport Santé, lui a confié la réalisation et la maintenance du site "Mon sport santé PACA" qui recense toutes les activités sport santé et bien-être de la région à Azur Sport Santé. « Il y a plus de 800 offres », affirme la coordinatrice adjointe. « Cette carte permet aux médecins et aux patients de trouver directement une activité qui convient près du domicile. » Le Pôle "recherche et innovation" a pour but de concevoir, modéliser et expérimenter des projets innovants. Azur Sport Santé répond à des appels à projets avec ses partenaires. La problématique du remboursement du sport santé étant encore un écueil, l'étude "As du cœur" va être reproduite au niveau national pour expérimenter la prise en charge de l'activité physique de patients sortant de réadaptation cardiovasculaire. « On espère démarrer avant l'été ou au plus tard en septembre auprès de 1 200 patients dans cinq régions – Auvergne-Rhône-Alpes, Bretagne, Centre Val de Loire, Occitanie et Région Sud », avance Coline de Georges. « Un évaluateur indépendant estimera la faisabilité, l'efficacité et la reproductibilité du projet, conditions indispensables pour une généralisation de la prise en charge de l'activité physique thérapeutique par l'assurance maladie. »