

Fiche ressource régionale

Nice Acti'Santé

Mode d'intervention, population cible, objectifs

<i>Thématique</i>	Activité Physique Adaptée / Sport sur Ordonnance
<i>Mode d'intervention</i>	La plateforme Nice Acti'Santé fait le lien entre les professionnels de santé et les professionnels de l'activité physique adaptée, tout en assurant le suivi des patients.
<i>Population cible</i>	<ul style="list-style-type: none">● Patients atteints d'au moins une pathologie chronique (diabète de type 2, maladie cardiovasculaire, cancer du sein, cancer du côlon, spondylarthrite, obésité)● Résidant dans un des 8 quartiers prioritaires de la ville de Nice● Être insuffisamment actif (score de Marshall <4)
<i>Objectifs</i>	<ul style="list-style-type: none">● Faire de l'activité physique un facteur de santé accessible à tous et réduire les inégalités sociales et territoriales● Faciliter l'accès au bilan d'évaluation Sport santé et à la prescription médicale d'Activité Physique Adaptée● Assurer un suivi et un accompagnement de l'activité physique adaptée● Offrir plus de visibilité aux activités "Sport Santé" proposées sur le territoire

Description

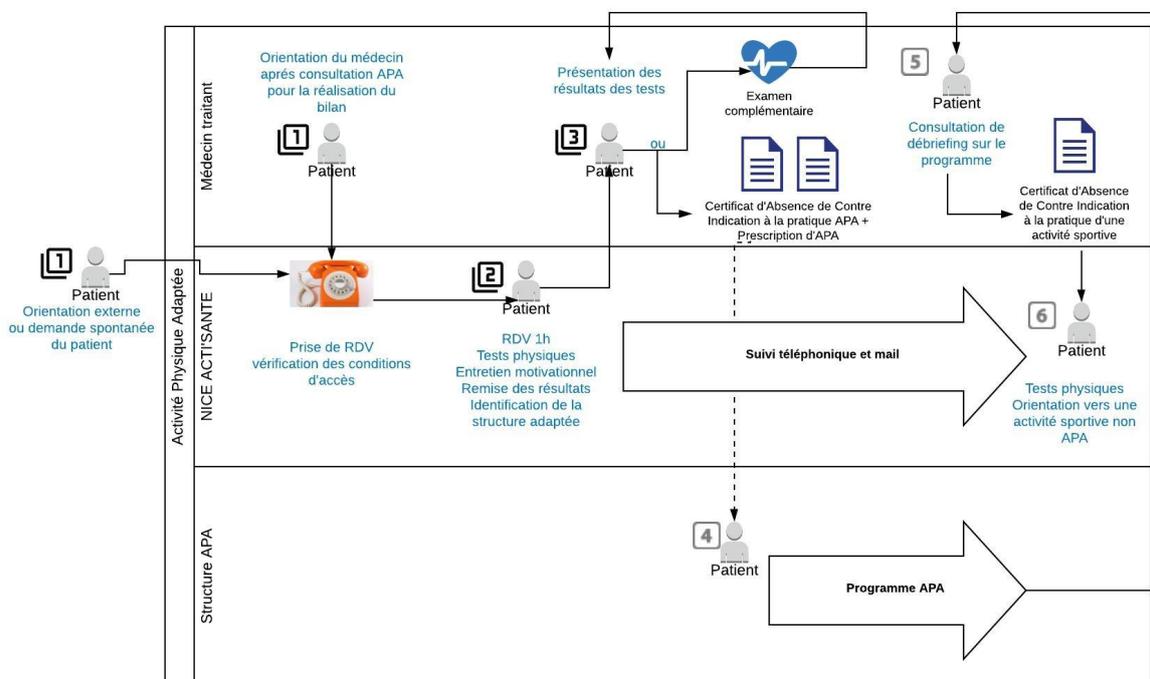
<i>Origines et contexte</i>	<p>En 2018, la ville de Nice veut développer un projet de Maison Sport Santé sur son territoire. Elle décide à cette occasion de collaborer avec le CHU de Nice, la Faculté des sciences du sport de Nice et l'Association Azur Sport Santé pour développer un projet pilote dont l'objectif est de créer une plateforme qui soit un trait d'union entre le monde médical et celui de l'activité physique adaptée.</p> <p>Si ce dispositif n'est pas exclusivement réservé aux séniors, il faut rappeler que la population niçoise est constituée d'environ 30% de plus de 60 ans et qu'un assuré du régime général sur 5 est en ALD.</p> <p>L'accès à ce dispositif est lancé le 09 décembre 2019 lors d'une matinale de présentation au sein du Centre Hospitalo-Universitaire de Nice et poursuit depuis sa mise en œuvre.</p>
<i>Outil</i>	<ul style="list-style-type: none">● Kit de communication (Médecins traitants, structures sportives...)● Mon carnet d'activité physique (Azur Sport Santé)● Charte d'engagement des structures APA dans le dispositif● Application connectée (ex. Kiplin)

Etapes

L'une des premières actions menées en parallèle du déploiement de la plateforme a été de présenter le dispositif aux cabinets médicaux des quartiers prioritaires de la Ville. Un kit de

communication est mis à disposition des praticiens (affiches et flyer) afin de simplifier l'orientation vers la plateforme.

Le parcours du patient avec la plateforme Nice Acti'Santé



Prise en charge pré programme par le médecin traitant

Lors d'une consultation médicale, le médecin traitant ou le spécialiste informe le patient sur les bénéfices de l'activité physique (AP) pendant la maladie. Il réalise un bilan médical initial d'AP et oriente le patient vers la plateforme Nice Acti'Santé. Le contenu de cette consultation est défini par le Guide HAS de prescription de l'APA. (voir référence en fin de fiche).

Dans certains cas, le patient peut s'orienter spontanément ou être orienté vers la plateforme par une autre structure. Dans ce cas, si le patient remplit les conditions d'accès au programme, il est reçu par la plateforme puis ré orienté vers son médecin traitant.

Prise en charge pré programme par la plateforme Nice Acti'Santé

Après avoir vérifié les critères d'éligibilité au dispositif lors de la prise de RDV, l'enseignant APA reçoit le patient au sein de l'un des 4 sites opérationnels :

- Centre ville : Complexe sportif Jean bouin
- Nice Est : Bâtiment 27 Delvalle
- Nice Ouest : Complexe sportif du Mercantour
- Nice Nord : Animanice Gorbella

Cette rencontre se décompose en 2 temps majeurs :

- **l'évaluation de la condition physique** avec des tests simples et faciles à pratiquer sur l'équilibre, la souplesse, la force et l'endurance (tests validés par le [Comité National olympique et Sportif Français](#))
- **l'évaluation du niveau de motivation** avec les outils proposés par sport-sante.fr mesurant le [type](#) de motivation, les [freins](#) à la pratique et l'[adhésion](#) du patient.

A l'issue de ces évaluations, l'enseignant APA rédige le bilan d'évaluation et les préconisations d'orientation vers une structure sportive proposant un programme APA adapté à l'état de santé et au mode de vie du patient, qui tiennent également compte de ses capacités, de ses besoins et de ses aspirations personnelles.

Ces éléments sont consignés dans le [carnet de suivi](#) élaboré par Azur Sport Santé et celui-ci est remis au patient qui devra le présenter à son médecin traitant avec l'ensemble des résultats lors de la consultation de prescription d'APA.

Pour les patients effectuant le bilan d'évaluation entre mai et août, il leur sera proposé d'être accompagné dans une pratique en autonomie et d'assister à des séances d'éducation thérapeutique en attendant d'intégrer une structure APA en septembre.

Prise en charge pré programme par la plateforme de fragilité du CHU de Nice pour les plus de 65 ans

Sur la base du volontariat, les patients de 65 ans et + peuvent bénéficier d'une évaluation des capacités fonctionnelles au sein de la [plateforme fragilité](#) de l'Hôpital de Cimiez.

Ce bilan complémentaire s'intéresse grâce à des équipements spécifiques à la puissance musculaire, l'analyse quantifiée de la marche, l'équilibre, la composition corporelle et détermine le niveau de fragilité.

Ces résultats font également l'objet de la rédaction d'un bilan avec recommandations spécifiques.

Consultation de prescription d'Activité Physique Adaptée avec le médecin traitant ou le spécialiste

Lors de cette consultation, le patient présente à son médecin l'ensemble des bilans et préconisations d'orientation.

Si celui-ci ne nécessite pas d'examen complémentaire, dans le cadre de la pratique sportive, le praticien peut alors prescrire l'activité physique. Il délivre alors 2 documents à son patient :

- Une prescription d'AP
- Un [certificat d'absence de contre-indication](#) (CACI) à l'Activité Physique Adaptée, préconisée par l'enseignant APA.

Prise en charge du patient par une structure APA

Le patient participe à un programme d'activité physique adaptée au sein de l'une des structures partenaires du dispositif.

Une quinzaine de structures ont signé une charte d'engagement avec la plateforme Nice Acti'Santé. [60 offres](#) sont répertoriées actuellement sur la cartographie "Mon Sport Santé PACA".

Suivi du patient pendant le programme par Nice Acti'Santé

Tout au long du programme, le patient bénéficie d'un suivi téléphonique et/ou mail.

Dans un premier temps, l'interlocuteur s'assure du respect du parcours par le patient : visite avec le médecin, prescription d'APA effectuée, inscription dans la structure.

Ensuite le suivi va mesurer son assiduité, sa progression afin d'anticiper sa future sortie du dispositif. En effet, l'objectif est d'accompagner le patient à poursuivre une activité sportive régulière et autonome et d'inclure une structure sportive classique.

Le patient reçoit au moins 2 appels téléphoniques + SMS hebdomadaires les 6 premières semaines du programme, ainsi que la mise à disposition d'outils connectés.

Le patient devra également suivre au moins une séance d'éducation thérapeutique en APA visant la construction de compétences psychosociales et l'autonomisation dans sa pratique quotidienne. Ces séances utilisent les outils mis à disposition par le CRES PACA et Azur Sport Santé.

Prise en charge post programme par la plateforme Nice Acti'Santé

L'enseignant APA réalise une évaluation similaire au bilan initial.

Cette évaluation donne lieu à la rédaction d'un bilan d'évaluation et des préconisations d'orientation vers une activité sportive (en milieu ordinaire).

Le suivi à distance se poursuit pendant 1 mois afin de vérifier que le patient a bien poursuivi sa pratique.

Des outils connectés sont mis à disposition pour favoriser la pratique autonome (exemple : Kiplin, qui permet de relever des challenges de marche quotidienne...).

Prise en charge post programme par la plateforme de fragilité du CHU de Nice pour les plus de 65 ans

De la même manière, les patients ayant bénéficié de l'évaluation initiale par la plateforme fragilité bénéficient d'une évaluation similaire en post programme.

Le compte rendu de celle-ci est également noté dans le carnet de suivi.

Consultation avec le médecin traitant ou le spécialiste

Avec l'ensemble des évaluations réalisées dans le cadre du programme, le patient rencontre le médecin initiateur de la prescription d'APA afin de débriefer sur les apports de la pratique de cette APA.

A l'issue de cette consultation le praticien délivre le certificat d'absence de contre-indication pour la pratique d'une activité sportive en milieu ordinaire (préconisée par l'enseignant APA dans le carnet de suivi).

Partenariats, moyens, impacts, indicateurs

Partenariats

Azur Sport Santé : aide à la modélisation du parcours médico-actif et à la construction des outils. Participe également à la sensibilisation des médecins à la prescription du sport santé.

Faculté des Sciences du Sport de Nice : suivi scientifique du dispositif et soutien méthodologique pour l'entretien motivationnel.

Médecins traitants ou spécialistes : source principale d'orientation vers la plateforme et prescripteurs d'APA.

Structures sportives APA : prennent en charge les usagers du dispositif dans leurs programmes.

CHU de Nice (Plateforme fragilité) : propose aux patients de + de 65 ans une évaluation complémentaire des signes précurseurs de la fragilité.

	<p>Métropole Nice Côte d'azur : aide au recrutement des orienteurs dans les quartiers prioritaires de la ville.</p>
<p><i>Moyens</i></p>	<p><u>Humains</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Coordinatrice du programme Nice Acti'Santé (0,4 ETP) ● Enseignant APA (1 ETP Master 2 APA) ● Stagiaire (1 ETP Master 2 APA service civique) ● Coordinateur de la plateforme fragilité (0,2 ETP) <p><u>Financiers</u> :</p> <p>Projet soutenu financièrement par l'Agence Régionale de Santé PACA</p> <p><u>Logistiques</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Location de salles pour les 4 sites opérationnels de la plateforme ● Matériel et consommables pour la plateforme Nice Acti'Santé (petits matériels sportifs, ligne téléphonique et portable, équipement informatique, impression des outils du dispositif...)
<p><i>Impacts, évaluation, recul</i></p>	<p>Dans son plan d'action initial le projet prévoit d'inclure 250 patients dans le programme dont 125 de plus de 65 ans. Lors du bilan intermédiaire 63 personnes avaient rejoint le programme (du 09.12.2019 au 31.01.2020). En avril 2020, 115 patients ont déjà intégré le dispositif. Ce qui laisse présager l'atteinte des objectifs annuels.</p> <p>Ces personnes bénéficient toutes d'un suivi, qu'elles aient été inscrites ou non dans une structure sportive partenaire. Il est attendu que 30% des usagers du dispositif s'inscrivent dans une structure sportive partenaire suite à leur prise en charge dans le dispositif. Le taux d'inscription est actuellement de 50%.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 63 patients ont intégré le dispositif ● 38 patients ont bénéficié d'un bilan de condition physique et motivationnel, d'une orientation vers une structure sportive partenaire et d'un suivi, ● Parmi ces 38 patients, 19 sont actuellement inscrits dans la structure sportive partenaire recommandée, ● 25 patients ont obtenu des informations et/ou été orientés par téléphone et bénéficient d'un suivi. <p>Le calendrier actuel du projet ne permet pas d'avoir suffisamment de recul pour tirer des enseignements concluant (mise en place du projet débuté en octobre 2019, 1ères inclusions en décembre 2019).</p> <p>Néanmoins, dans sa construction, de nombreux indicateurs ont été identifiés afin de prouver sa réussite et son impact sur le public accueilli :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Nombre de patients orientés par le médecin vers la plateforme sport santé ● Nombre de médecins impliqués dans le parcours <p><i>Peu de patients ont été à ce jour orientés par leur médecin vers la plateforme. La majorité des patients pris en charge sur la plateforme en ont eu connaissance par les médias ou par les flyers mis à disposition dans les locaux de la Ville de Nice. Un travail de sensibilisation des médecins à la prescription et à l'orientation vers la plateforme va être engagé durant le 1 er semestre 2020 en partenariat avec le Centre de Ressources et d'Expertise Azur Sport Santé.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Nombre de patients pris en charge par la plateforme sport santé

	<ul style="list-style-type: none"> ● Nombre de personnes renseignées et/ou orientées par téléphone ou mail. ● Nombre de structures sportives impliquées dans le parcours ● Nombre de patients ayant intégré un programme passerelle ou activité SSBE ● Mesure de la satisfaction des patients à propos du parcours ● Mesure de la satisfaction des médecins et des structures sportives à propos du parcours <p>Les indicateurs de mesure d'impact choisis pour cette action sont :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Nombre de patients ayant intégré un programme d'activité de type SSBE ou en milieu ordinaire au terme du programme passerelle ● Nombre de nouveaux médecins et de structures sportives souhaitant s'impliquer dans le parcours <p>Ces indicateurs seront utilisés en Septembre 2020.</p>
<i>Projets, suites envisagées</i>	<p>A la fois trait d'union et coaching, dans le cadre de ce programme d'autres actions sont en cours de mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Création d'un comité des usagers du programme, avec une réunion annuelle, dans un objectif d'amélioration du programme. ● Réalisation de séances d'éducation thérapeutique et d'accompagnement de la pratique autonome par l'enseignant APA durant la période estivale. ● Mise en place d'une marche mensuelle avec les patients ayant intégré le programme (cohésion sociale, lien) ● Organisation de sessions découvertes d'activité sportive (tir à l'arc, kayak en mer...) ● Candidature à la 2ème vague de labellisation "Maison Sport Santé"
<i>Conditions de réussite</i>	<p>Le dispositif imaginé et construit avec l'aide du centre de ressources et d'expertise Azur Sport Santé, dispose de 3 atouts majeurs :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● s'appuie sur des structures existantes d'APA et implantées au cœur de leurs territoires, sans surajouter de dispositif nouveau dans les quartiers prioritaires, ● cette pratique adaptée proposée dans des quartiers prioritaires de la ville s'effectue avec des partenaires qui maintiennent leur offre avec un coût acceptable (souvent moins de 200 euros/an), avec une possibilité étudiée de prise en charge par certaines mutuelles, ● le travail de suivi et de coaching réalisé par la plateforme est un véritable atout de stimulation à la pratique et de levée des freins pour les patients.
Contacts	
Charlène FALZON Sportsante@villedenice.fr	
<i>Documents de référence et liens</i>	
<p>Présentation du programme sur le site 27 Delvalle</p> <p>En savoir plus :</p> <p>Guide de consultation, promotion et prescription médicale d'activité physique et sportive chez le patient adulte - 2019 - HAS</p>	

[Référentiel de prescription d'une APA Santé pour les personnes âgées](#) - 2019 - HAS

[Portail Sport santé](#) - ARS PACA

[Stratégie Nationale Sport Santé 2019-2024](#) - Ministère des sports

[Plan Sport Santé Bien-Etre PACA - 2013-2016](#) - ARS PACA

[Référentiel de compétences et d'activité de l'enseignant en activité physique adaptée](#) (2016) - Société française des professionnels en APA.

[Décret du 10 novembre 2016 concernant les enseignants en APA](#)

[Appel à projet relatif aux "maisons sport santé"](#) - Ministère des sports

[Les activités physiques et sportives : bénéfiques sur la santé des seniors](#) - Ministère des sports

Campo Mickaël, Louvet Benoît, Dosseville Fabrice et al., « [Promotion de l'activité physique chez les seniors. Revue systématique des programmes d'intervention centrés sur les barrières affectives](#) », Staps, 2015/4 (n° 110), p. 115-127. DOI : 10.3917/sta.110.0115.

[Score de Marshall](#)

[Questionnaire Q AAP sur la pratique d'activité physique](#)

[Tests d'équilibre, de souplesse, de force et d'endurance](#) CNOSF

[Recommandations d'activité physique](#) - OMS

Dernière mise à jour le : 07 Avril 2020