



► Prévention

L'équipe a été reconnue Maison de Santé en 2013¹

► MSP Laënnec (44)

2bis, allée des Lilas - 44600 SAINT NAZAIRE

Valérie CADORET, Coordinatrice

Mail : cadoboucha@wanadoo.fr



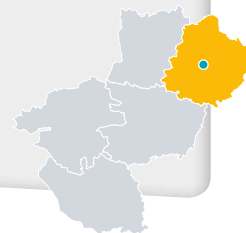
L'équipe a été reconnue Maison de Santé en 2013¹

► MSP Vègre et Champagne, Brûlon (72)

4 rue Pré Nuit - 72350 BRÛLON

Eurydice DAVIAU, Coordinatrice

Mail : mispbrulon72@gmail.com



Une équipe monosite

- 11 médecins généralistes
- 2 sages-femmes
- 1 pharmacien
- 1 pédicure podologue
- 3 infirmiers
- 1 infirmière Asalée
- 1 infirmière en pratique avancée
- 1 diététicienne
- 1 psychologue
- 1 orthophoniste

Une équipe monosite

- 5 médecins généralistes
- 6 infirmiers
- 2 pharmaciens
- 4 masseurs-kinésithérapeutes
- 1 diététicienne
- 1 sage-femme
- 1 psychologue
- 1 cardiologue
- 1 ostéopathe
- 1 infirmière Asalée

(1) Pour être reconnue MSP, une équipe doit présenter un projet de santé devant le CATS (Comité d'Accompagnement Territorial des Soins de premier recours) de son département.



Activité physique adaptée

Selon l'article L. 1172-1 du décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016, on entend par activité physique adaptée, la pratique dans un contexte d'activité du quotidien, de loisir, de sport ou d'exercices programmés, des mouvements, basée sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires. Les programmes d'APA, ainsi définis, font appel pour leur conception, leur organisation et leur supervision à des professionnels de l'APA ou à des professionnels de santé. Ils concernent des publics fragiles qui ne sont pas

encore autonomes dans la gestion de leur pathologie et/ou qui sont très éloignés des pratiques physiques.

Source : www.has-sante.fr

Sport sur ordonnance

L'article 144 de la loi n°2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé a introduit la possibilité, pour le médecin traitant, dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'affections de longue durée (ALD), de prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.

Source : solidarites-sante.gouv.fr



Mise en contexte

La sédentarité représente un facteur de risque majeur de maladies non transmissibles ainsi que la quatrième cause principale de décès prématurés dans le monde. (Source : OMS, Journée mondiale de la santé, avril 2002).

La diminution de la sédentarité et la promotion de l'activité physique permettent toutes deux d'agir sur l'état de santé, le bien-être et l'intégration sociale des individus. Pour autant, l'accès inégal des personnes à l'activité physique reste une réalité (situation de handicap, isolement social, avancée en âge, etc). C'est pourquoi de plus en plus d'acteurs se mobilisent autour de cet enjeu de santé publique.

Dans la Région Pays de la Loire, plusieurs MSP collaborent avec des Maisons Sport-Santé. Les Maisons Sport-Santé participent activement à la coordination et à la mise en réseau des différents acteurs de la santé, du sport et de l'activité physique adaptée tout au long d'un programme sport-santé personnalisé.

Nous avons interrogé Valérie Cadoret, coordinatrice de la MSP Laënnec à St Nazaire sur le partenariat avec le LABSPORT, Maison Sport-Santé à Saint-Nazaire et la coordinatrice de la MSP Vègre et Champagne à Brûlon, Eurydice Daviau, sur le partenariat avec la Maison Sport-Santé gérée par l'Association Brûlon Loisirs.

Saint-Nazaire : le LABSPORT et la MSP Laënnec, un partenariat au service des patients

► A l'origine du projet, une volonté de travailler ensemble

Au sein de la MSP Laënnec, plusieurs professionnels : médecins du sport, infirmières ASALEE, diététicienne... encourageaient déjà vivement l'activité physique auprès de leurs patients lors de consultations.

La MSP a ainsi très vite souhaité collaborer avec l'association « LABSPORT » lorsqu'elle s'est créée en 2016. Cette association, labellisée Maison Sport-Santé en janvier 2020, a vocation à sensibiliser les personnes aux enjeux de l'activité physique en tant que vecteur de santé et de mieux-être.

Maison Sport-Santé : késako ?

Le Ministère des Solidarités et de la Santé ainsi que celui des Sports se sont associés pour lancer les « Maisons Sport-Santé ».

La labellisation « Maison Sport-Santé » s'inscrit dans une volonté de donner l'opportunité à tout public de pratiquer une activité physique et sportive à des fins de santé et de réduire les comportements sédentaires.

[Plus d'informations sur notre note de Juillet 2021](#)

Au départ freiné par une problématique de locaux peu accessibles aux patients, le projet de partenariat a pu se concrétiser en 2020 avec l'installation du LABSPORT dans des nouveaux locaux en centre-ville et l'investissement d'une unité mobile de sensibilisation.

► Une expérimentation réadaptée pendant la crise sanitaire liée à la Covid-19

La MSP a répondu en 2019 à un appel à projet de l'Agence Régionale de Santé (ARS) Pays de la Loire pour la mise en place d'actions de prévention, ici ciblées sur l'activité physique. Un financement accordé devait notamment permettre de mettre en place en 2020 un groupe de marche, à destination des patients, au départ de la MSP, avec des enseignants en activité physique adaptée (APA) du LABSPORT.

L'action a dû être reportée au vu du contexte sanitaire de 2020. Pour autant, l'impact du confinement sur la baisse de l'activité physique des patients a renforcé le besoin de travailler étroitement en lien avec la Maison Sport-Santé.

Ainsi plusieurs actions se sont mises en place :

- Dans le cadre du programme « Activer vous » de la MSP, des bons ont été édités pour financer la participation des patients au programme de 8 semaines de pratique d'activité physique du LABSPORT.
- Ces bons remis sur repérage des professionnels de santé ont permis aux patients de n'avoir plus que l'adhésion à l'association LABSPORT à payer.
- Accueil du « LABSPORT MOBILE », camion qui est intervenu devant la MSP 5 demi-journées pour parler des bienfaits de l'activité physique et réaliser des tests physiques.



© Crédit photo : LABSPORT

- Mise en place de deux groupes de 6 patients qui ont fait des tests pré et post accompagnement ainsi que 8 séances de marche avec un enseignant APA.

Pour cadrer ces éléments, une première réunion a eu lieu entre la MSP, le LABSPORT et la Structure Régionale d'Appui et d'Expertise (SRAE) nutrition afin de se connaître, d'adopter un langage commun sur l'activité physique et d'homogénéiser les pratiques sur la prescription du sport sur ordonnance. La MSP a ensuite élaboré différents documents, comme un protocole d'orientation des patients vers les différents dispositifs (groupes de marche, LABSPORT MOBILE ou programme en salle).

Le suivi du projet s'est fait tout au long de l'année par la coordinatrice de la MSP et l'infirmière Asalée, en lien avec les enseignants APA et la coordinatrice du LABSPORT, et a donné lieu en juin 2020 à une réunion de bilan avec l'ensemble des équipes mobilisées.

► Des retours positifs et de nouvelles collaborations

À l'issue de cette première collaboration, Valérie Cadoret constate un excellent retour des patients et l'amélioration notable de leurs capacités physiques mais également de leur image et estime de soi. Une grande confiance s'est installée chez les patients du fait de l'encadrement des séances par des enseignants APA.

Au sein de l'équipe de la MSP, les professionnels de santé ont maintenant plus de connaissances pour évaluer les freins à l'activité physique, proposer différents types d'activité physique adaptée et travailler en réseau avec

le LABSPORT et les associations sportives locales pour développer le sport-santé.

Du côté du LABSPORT, suite à l'obtention d'un appel à projet ciblé sur la prévention des femmes, les enseignants APA ont continué de venir, à proximité de la MSP, tous les jeudi matins avec le LABSPORT MOBILE, pour proposer une nouvelle action dans le quartier et auprès des patientes de la MSP.

Le point de vue du LABSPORT Propos recueillis auprès de Gwladys Fauvel, Responsable du développement



L'expérimentation menée en 2021 a permis de construire un lien durable avec la MSP Laënnec, qui fait partie des 5 plus importants prescripteurs d'activité physique auprès du LABSPORT. Une culture commune s'est développée et les discussions se font facilement entre professionnels de santé et enseignants APA, la santé faisant partie intégrante du cursus de formation de ces derniers.

L'implication de la coordinatrice de la MSP a été facilitante pour la phase de cadrage du projet, les actions se sont construites de façon conjointe.

Fort de cette expérience avec la MSP Laënnec, le LABSPORT a pu développer des contacts avec d'autres MSP du territoire.

La MSP Vègre et Champagne et la Maison Sport-Santé de Brûlon, des liens déjà présents et des projets à venir

À Brûlon, dans la Sarthe, c'est à l'époque l'association « Brûlon sport loisirs », première structure sarthoise labellisée Maison Sport-Santé en 2019, qui est à l'initiative de la collaboration avec la MSP Vègre et Champagne.

Aux prémices de cette collaboration, des réunions de concertation ont eu lieu entre les professionnels de la MSP et les animateurs APA. Les professionnels de la MSP ont tout de suite été motivés par cette collaboration avec la Maison Sport-Santé avec l'objectif de développer l'activité physique à destination des patients.



Aujourd'hui l'ensemble de l'équipe fait la promotion du sport santé auprès des patients : infirmiers et infirmière Asalée, ostéopathes, diététicienne, sage femme, etc. De même l'ensemble des médecins de l'équipe participent aujourd'hui à la prescription de sport sur ordonnance, en lien avec les masseurs-kinésithérapeutes et la cardiologue.

► Un parcours patient en plusieurs étapes

Lors des consultations, le médecin traitant peut être amené à proposer et à prescrire des séances de sport aux patients. L'orientation des patients est discutée également avec la cardiologue et les masseurs-kinésithérapeutes.

C'est ensuite le patient qui prend contact avec l'enseignant APA de la Maison Sport-Santé, qui évalue sa condition physique lors d'un rendez-vous. Le programme prévoit 12 séances, en groupe de 6 personnes, sur une durée de 3 mois. A la fin du parcours, un bilan est réalisé et l'enseignant APA informe le médecin, qui peut renouveler la prescription.

80% des patients qui ont suivi le programme le continuent, sur renouvellement du médecin ou non.



Pour tous les patients, un carnet de suivi est remis lors du rendez-vous d'évaluation de la condition physique et est complété à chaque séance du cycle.

Actuellement, ils sont une cinquantaine de patients à prendre part à cette action, l'objectif est d'augmenter encore ce nombre.

Des éléments de communication ont également été créés pour informer les patients du dispositif : affiches/ flyers/ information sur « On y Va ! ».

► Le sport-santé, une pratique en développement sur le territoire

Forts du succès de la Maison Sport-Santé de Brûlon, des projets de développement sont en cours. De nouveaux locaux devraient voir le jour, à côté de la MSP, facilitant encore davantage les liens.

En 2021, une nouvelle association a été créée en remplacement de « Brûlon Loisirs » : « Sport Santé LBN », composée de professionnels de santé (dont



Piloté par la SRAE Nutrition, le dispositif régional **ON Y VA !** a pour objectif de faciliter l'activité physique pour les personnes vivant avec une maladie chronique et de favoriser la prescription d'activité physique par les médecins.

Après la prescription de leur médecin, tous les ligériens vivant avec une maladie chronique pourront avoir un

bilan personnalisé, par téléphone ou dans une Maison Sport-Santé.

Le dispositif régional propose :

- Un site internet dédié (pour les professionnels et les patients)
- Une cartographie des offres d'APA de la région
- Un numéro régional unique permettant aux patients de bénéficier d'un bilan personnalisé
- Des outils d'aide à la prescription (formulaire en ligne, partage sécurisé...)
- Des sensibilisations et formations pour les équipes de soins primaires (MSP...)

certaines de la MSP Vègre et Champagne) et de responsables associatifs.

L'objectif de cette nouvelle association est de développer et encourager la pratique du « sport-santé » sur le territoire de la communauté de communes.

La MSP Vègre et Champagne souhaite poursuivre sa collaboration avec la Maison Sport-Santé et développer encore davantage les liens entre professionnels de santé et enseignants APA, et pourquoi pas développer des actions de prévention à destination des patients de la MSP mais également à destination des usagers de la Maison Sport-Santé.

En parallèle, la MSP envisage également le développement d'activités passerelles en lien avec les associations du territoire dans la perspective d'autonomisation des patients.