

Solidarité

Sport sur ordonnance L'activité physique sur prescription médicale



La Ville de Ouistreham Riva-Bella, en partenariat avec l'ARS Normandie, souhaite inciter les Ouistrehamais à la pratique d'activités physiques, sources de bien-être pour tous et complément thérapeutique de la prise en charge de nombreuses maladies.

Qu'est-ce que l'activité physique adaptée ?

L'activité physique adaptée lie pratique sportive adaptée et santé, afin d'améliorer ou de maintenir la santé physique, mentale et sociale des personnes souffrant d'une affection de longue durée (ALD). Elle est constituée d'un enchaînement d'exercices respectant vos besoins sur la durée, l'intensité de l'effort et l'activité choisie.

L'objectif du dispositif est simple : rendre les patients autonomes. Après ce programme, ils pourront pratiquer par eux-mêmes et pour eux-mêmes une activité dans une structure sportive, municipale, associative ou librement.

À Ouistreham Riva-Bella, le sport-santé est une priorité.

Pour qui ?

Le dispositif est réservé aux personnes domiciliées à Ouistreham Riva-Bella et atteintes d'une affection de longue durée (ALD).

Par qui ?

Les séances seront dispensées par des éducateurs de la Ville spécifiquement formés. Un éducateur référent sera en charge d'orienter, de conseiller et d'accompagner le bénéficiaire.

Comment ?

Le médecin prescrit 30 séances de sport adapté à raison de 2 séances par semaine sur 15 semaines de mars à juin, et oriente vers l'espace J. Vicquelin pour les inscriptions.

Il y aura un rendez-vous d'accueil, un bilan à mi-parcours, un bilan en fin de parcours et un suivi par téléphone à 3 mois, 6 mois et 1 an. Le patient sera muni d'un livret qui contient des tests d'autoévaluation, des fiches d'assiduité, des bilans intermédiaires et des fiches «outils» pour la pratique autonome.

Les éducateurs sportifs des associations de la Ville (DE ou certifiés) seront intégrés au dispositif dès la 21e séance et pourront prendre le relais de l'accompagnement à la fin du cursus. Le patient aura le choix de poursuivre une activité physique dans une structure municipale ou associative.

Pour plus de renseignements : Espace J. Vicquelin : 02 31 97 30 66

Contacts presse :

Isabelle MÜLLER DE SCHONGOR, Adjointe au Maire au CCAS, aux Affaires sociales et aux Solidarités :
06 20 03 44 96 – isabelle.mullerdeschongor@ville-ouistreham.fr

Luc JAMMET, Adjoint au Maire aux Sports, Nautisme et Associations sportives:
06 21 75 68 52 – luc.jammet@ville-ouistreham.fr

Karine MENTION, Directrice du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) :
02 31 97 73 71 - direction.ccas@ville-ouistreham.fr

Junior BRICHART, Directeur de Cabinet du Maire :
02 31 97 73 80 - 07 62 14 22 16 - directeur.cabinet@ville-ouistreham.fr