



Une activité physique pour tous : Sédentaires et/ou Porteurs de pathologie chronique



Présentation du dispositif

L'activité physique peut faire partie intégrante du traitement des porteurs de pathologies chroniques et est recommandée aux personnes sédentaires afin de limiter les risques de développer une pathologie

En Nouvelle-Aquitaine le dispositif PEPS « Prescription d'Exercice Physique pour la Santé » offre un cadre **partagé, validé** et **sécurisé** pour une pratique d'activité physique sur prescription médicale dans les meilleures conditions.

Objectif du dispositif

Remettre une personne en activité et l'accompagner durant une année minimum au sein d'une structure référencée, puis, l'orienter vers une pratique autonome ou en structure de loisir classique.

Parcours pour le pratiquant

- **Prescription** médicale de pratique d'activité physique.
- **Orientation** directe vers une structure référencée PEPS ou vers le coordonnateur territorial
- **Évaluation** initiale de la condition physique.
- **Suivi** pendant minimum une année au sein de la structure, échanges avec le coordonnateur PEPS et **retours** au médecin prescripteur (Via PAACO Globule).
- À mi prise en charge et à l'issue du programme, évaluation de la condition physique puis sortie du dispositif PEPS et orientation vers une pratique de loisir classique.

Programmes proposés

Passerelle (optionnel) : destiné aux personnes sédentaires ou à pathologie chronique, nécessitant un reconconditionnement à l'effort et un accompagnement motivationnel. Il s'agit d'un programme de 3 à 6 mois renouvelable une fois. Les encadrants doivent détenir un niveau 2 de formation. Séances spécifiques sous prescription médicale et limitées à 12 personnes.

Élan : destiné aux personnes à pathologie chronique avec limitations modérées. Il s'agit d'un programme de 36 semaines à minima. Les encadrants doivent détenir un niveau 2 de formation. Séances spécifiques sous prescription médicale et limitées à 12 personnes.

Déclic : destiné aux personnes sédentaires ou à pathologie chronique sans limitation ou à limitations légères. Il s'agit d'un programme de 36 semaines à minima. Les encadrants doivent détenir un niveau 1 de formation. Séances ouvertes à tous et limitées à 20 personnes.

Prescription d'Exercice Physique pour la Santé

Référencer sa structure

Avoir un diplôme de base d'éducateur sportif (CQP, BE, BP, licence STAPS...) ou un diplôme de kinésithérapeute. (Pour les bénévoles : Avoir un diplôme fédéral dans la discipline encadrée)

- + Avoir suivi une formation aux gestes d'urgence et de premiers secours (PSC1, AFPS...)
- + Avoir suivi une formation sport-santé reconnue, de niveau 1 ou 2
- + Proposer une offre de pratique de type Sport-Santé correspondant aux programmes décrits précédemment (Déclic, Élan, Passerelle).

Formations ouvrant accès au niveau 1 du dispositif PEPS

- Formations fédérales listées dans l'arrêté du 8 novembre 2018
- CQP listés dans l'arrêté du 19 juillet 2019
- Formations sport-santé de minimum 21 heures reconnues dans le dispositif PEPS (régionales NA, ARS Bretagne...)

Formations ouvrant accès au niveau 2 du dispositif PEPS

- Licence STAPS Activité Physique Adaptée
- Diplôme de kinésithérapeute avec carte professionnelle d'éducateur sportif
- Certificat de Spécialisation : Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne (CS AMAP)

Pour plus d'informations

Rendez-vous sur le site www.peps-na.fr

Les contacts de votre département des Landes :

- Le coordonnateur territorial PEPS :
 - Camille MORIN – 06 31 62 27 99 – coordo40@peps-na.fr
- Le référent DDCCS/PP :
 - Isabelle DUPRAT – 05 58 56 54 37 - isabelle.duprat@landes.gouv.fr
- Le référent DD ARS :
 - Nadège LAYLLE – 05 58 46 63 60 - ars-dd40-sante-publique@ars.sante.fr
- Le médecin référent régional :
 - Dr René CAHEN – 05 87 03 11 23 - rene.cahen@jscs.gouv.fr

Pour les autres départements retrouvez tous les contacts sur : www.peps-na.fr/contacts

Vous pouvez trouver l'ordonnancier d'activité physique sur : www.peps-na.fr/newpage

Prescription d'Exercice Physique pour la Santé

En résumé

////// Schéma du dispositif de prescription d'exercice physique pour la santé



Médecin



Prescription d'activité physique et/ou sportive

Consultation médicale

- Diagnostic
- Prescription
- Orientation

Coordonnateur territorial PEPS



Coordination du projet d'exercice physique pour la santé

- Entretien en face à face ou téléphonique
- orientation dans le parcours
- Recueil des données de suivi et transmission au médecin

LEGENDE



Retours effectués au médecin ou au coordonnateur territorial



optionnel : Evaluation complémentaire

Niveau global d'activité physique
Capacités physiques
Environnement psycho-social / Qualité de vie/ Motivation

optionnel : Activité physique « passerelle »

Reconditionnement
Motivation / Reprise de confiance
Charte «passerelle»

Encadrant PEPS



Pratique encadrée

DECLIC

Publics accueillis :
sédentaires / inactifs ou porteurs de pathologies chroniques sans limitation ou à faibles facteurs de risque

Charte niveau 1

VERS

Pratique encadrée CLASSIQUE

et

Pratique AUTONOME

Pratique encadrée

ELAN

Publics accueillis :
sédentaires / inactifs ou porteurs de pathologies chroniques très éloignés de l'activité physique

Charte niveau 2

