



Thomas Roland, coordinateur de la maison Sport-Santé
L'activité physique a été prouvée scientifiquement comme étant une
thérapie non médicamenteuse.

La maison sport-santé comment ça marche ?

Après plusieurs mois de travaux, la maison sport-santé est aménagée. Elle va pouvoir accueillir ses premiers patients, dans le courant du mois de janvier. La maison sport santé a pour but d'accueillir et d'orienter toutes les personnes souhaitant pratiquer, développer ou reprendre une activité physique et sportive à des fins de santé, de bien-être quelque-soit leur âge, leur état de santé, leur fragilité. Le but étant de favoriser l'activité physique au quotidien à tous les moments de la vie.

La maison Sport-Santé est située au 1 rue Saint-Lazare à Cambrai. Elle s'adresse aux personnes qui souhaitent commencer une activité sportive ou s'y remettre. Les patients sont orientés par des médecins. Un bilan est réalisé au sein de l'établissement afin de trouver l'activité la plus adaptée. François Wiart, adjoint en charge des nouvelles pratiques sportives et santé souligne : « *Nous avons retenu quatre axes pour les patients : l'obésité chez l'enfant et l'adolescent, l'addiction aux jeux, le retour aux activités sportives après le traitement d'un cancer, la prévention de la chute chez les patients du 3^{ème} et 4^{ème} âge et les maladies chroniques et infections de longue durée. Le rôle de la maison de santé est d'être une passerelle entre le médecin et les associations sportives, les centres sociaux et les partenaires médicaux, (hôpital, cliniques, CPTS), sociaux et privés.* »

Chaque personne orientée vers la maison Sport-Santé par son médecin traitant ou médecin spécialiste via une prescription médicale doit réaliser un bilan. Ce suivi est réalisé par un enseignant en activité physique adaptée. Thomas Roland, coordinateur de la maison de santé détaille : « *le but est de connaître les aptitudes et les déficiences du patient. Le bilan se compose de divers tests physiques : test de marche, souplesse, coordination. Il y a également un entretien motivationnel avec le patient. Les bilans durent en moyenne une heure.* »

À la suite de ce bilan, un cycle d'activités physiques adaptées est proposé. Ces activités peuvent être réalisées au sein de la maison sport santé ou dans les infrastructures de la ville (terrestre et aquatique). « *L'accompagnement dure*

trois mois. L'encadrement est assuré par des éducateurs sportifs de la ville. Les activités se déroulent en groupe pour favoriser le lien social. » À la fin du cycle, un nouveau bilan est réalisé. « *Ça nous permet de voir l'évolution et d'orienter au mieux vers une association. Il n'y a aucune recherche de performance mais plutôt une recherche de bien-être. Le but est d'orienter au mieux le patient vers une association sportive de la ville proposant une activité sport-santé, vue avec le patient en fonction de ses besoins, envies et capacités physiques.* » À la fin du bilan un compte rendu est également transmis au médecin pour le suivi optimal du patient.

Des projets pour l'avenir

Après quelques mois d'activité, la maison Sport-Santé souhaiterait lancer les samedis Sport-Santé. Des activités marche nordique, randonnée, renforcement musculaire pourraient être proposées. « *Les activités seraient ouvertes à tous afin de faire connaître la maison sport-santé.* » Dans le même esprit, la maison Sport-Santé voudrait développer des interventions de prévention et sensibilisation en lien avec les axes développés : addictologie, diététique, cancérologie, prévention des chutes... pourraient être proposées en lien avec les différents centres sociaux.


Maison Sport-Santé
 1 Rue saint Lazare
 03 27 82 93 60
 ville de Cambrai


DSIL
 SOUTIEN FINANCIER : **70.741€**