



PROJET SANTÉ BIEN-ETRE À CORBEIL-ESSONNES

**MSP des Tarterêts, centre municipal de santé de Corbeil Essonnes,
CLS de Corbeil Essonnes.**

Exemple d'une démarche de co-construction partenariale et
territoriale

Présentation journée régionale de la FémasIF le 16 février 2019



LE QUARTIER DES TARTERETS



Construite en 1961, la cité des Tarterêts est un quartier d'habitat social, abritant 8124 habitants (soit $\frac{1}{4}$ de la population de la ville) en partie issue de l'immigration récente. 20% des habitants ont moins de 20 ans et on y dénombre 30% de chômeurs, soit près de 3 fois la moyenne nationale.

Ce quartier réunit ainsi toutes les caractéristiques de la précarité : habitat dégradé (HLM ancien), situation professionnelle difficile avec un très fort taux de chômage, faible niveau d'éducation.

Le quartier des Tarterêts a été identifié par le gouvernement comme zone urbaine sensible, zone d'éducation prioritaire, zone franche urbaine, puis enfin en août 2012 comme faisant partie des 15 premières zones de sécurité prioritaire en France.

PETITE HISTOIRE DU PROJET...



- A l'origine du projet la thèse de notre ancienne interne maintenant médecin du sport le Dr Mélanie Le Ho intitulée: « Evaluation des besoins et des attentes en activités physiques chez les patients en situation de précarité »
- Le projet s'inscrit dans la démarche du CLS 2 de la ville de Corbeil-Essonnes. Il y associe l'ensemble des partenaires sociaux, sanitaires, sportifs et associatifs de la ville .

LES CO-CONSTRUCTEURS DU PROJET

- Centre municipal de santé de Corbeil-Essonnes,
- Maison de Santé Pluriprofessionnelle, située au cœur du quartier prioritaire des Tarterêts,
- Association Sportive Corbeil-Essonnes Tennis de Table
- Association “Femmes actives” : activités de danse et marche
- Association Charlotte Ansart (seniors)
- Association Siel Bleu (coachs sportifs personnalisés)
- Ateliers Santé Ville de Corbeil-Essonnes
- FEMASIF
- Pôle de ressources en ETP

LA DÉMARCHE DE RÉFLEXION

- Un travail de thèse qualitatif mené par le Dr Mélanie le Ho, avec un questionnaire ouvert à destination des habitants
- Un accompagnement réalisé avec le pôle de ressource en ETP
- Un accompagnement par la FémasIF
- Rencontre de partenaires ayant mis en place des programmes similaires :
 - échanges avec Guillaume Labouffie coordinateur des parcours santé bien être dans le quartier de Maurepas à Rennes (sport sur prescription médicale)
 - Rencontre avec le Dr Claire Sabatier, ayant mis en place le programme « acti santé » à Evry

LE PROJET :

- **BUT : Informer et sensibiliser les populations sur les différentes notions d'activités physiques, sportives et sport adapté**

Le projet tel que les différents acteurs l'ont pensé:

- **Action 1** : Entretiens individuels par le médiateur santé de chaque structure soit MSP ou centre municipal de santé ou par les médecins de patients cibles et motivés.
- **Action 2** : Accompagner les personnes dans l'accès aux sport, **mise en place d'un programme d'activité physique adapté suite à un bilan (mise en place par Siel bleu)**
- **Action 3** Programme d'activité physique adapté dit passerelle, avec accompagnement personnalisé par le coach de Siel bleu/et le médiateur
- **Action 4**: Rendre le patient acteur de sa santé et lui proposer les différentes associations sportives ou **kit pour continuer à pratiquer chez soi**

THÉMATIQUES SANTÉ CONCERNÉES PAR LE PROJET :

- Lutter contre les inégalités sociales de santé
- Estime de soi, patient acteur de sa santé
- Activation cohésive
- Bien être social, mental, physique
- Lutte contre la sédentarité
- Développement des compétences psycho-sociales
- Nouvelles pratiques éducatives

ZOOM SUR... L'ACTION 1 : LES ENTRETIENS INDIVIDUELS PAR LE MÉDIATEUR/ LA MÉDIATRICE

- Les médiateurs: financement accordé par le conseil régional pour

consultation = certificat de non contre indication
Le médecin oriente le patient entrant dans les critères prescriforme vers le médiateur pour l'entretien.



Entretien médiateur : bilan personnalisé et orientation en fonction du souhait de la personne



Suivi continu médiateur
médiateur s'assure auprès des associations que tout se passe bien et fait un bilan mi parcours + fin de parcours avec le patient.

Patients destinataires du programme prescriforme:

ALD/ obésité/ hypertension + auxquels s'ajoutent les personnes en situation de précarité (critères définis par les professionnels)

Le livret de prescriforme sera utilisé pour faire le lien entre le professionnel de santé et le médiateur. Il sera adapté par la mise en place d'un feuillet spécifique à l'intérieur.



ZOOM SUR... L'ACTION 3: LE PROGRAMME PASSERELLE:

- Une personne orientée vers le programme passerelle pourra se rendre gratuitement aux ateliers à hauteur d'une fois par semaine, pendant six mois.
- Les séances se déroulent en groupe d'une dizaine de personnes (15 personnes maximum). Un programme s'étend sur 26 séances d'une heure dispensées par Siel Bleu, auxquelles s'ajoutent **deux séances de découverte du tennis de table, et/ou deux de découverte de la danse et/ou deux de découverte de la marche** avec l'association « femmes actives », sur volontariat.
- Volonté de mettre en place deux programmes passerelle en parallèle, renouvelé au bout de six mois. Cela permettrait de toucher 40 à 60 personnes en un an.
- Un accompagnement personnalisé avec le suivi des médiateurs/ médiatrices
- Accompagnement par Siel Bleu
- Les séances auront lieu au sein d'une salle mise à disposition par la ville de Corbeil-Essonnes.

LES PETITS « PLUS » DE LA COLLABORATION :

- Présence d'un cardiologue au sein de la MSP des Tarterêts permettant de réaliser des tests d'effort pour complément des consultations
- Présence de professionnels faisant partie du réseau « revesdiab » : kinésithérapeute (APA) /diététicienne (MSP et CS)



POURQUOI LE TENNIS DE TABLE DANS CE PROJET?



Un club sportif bien intégré à sa ville

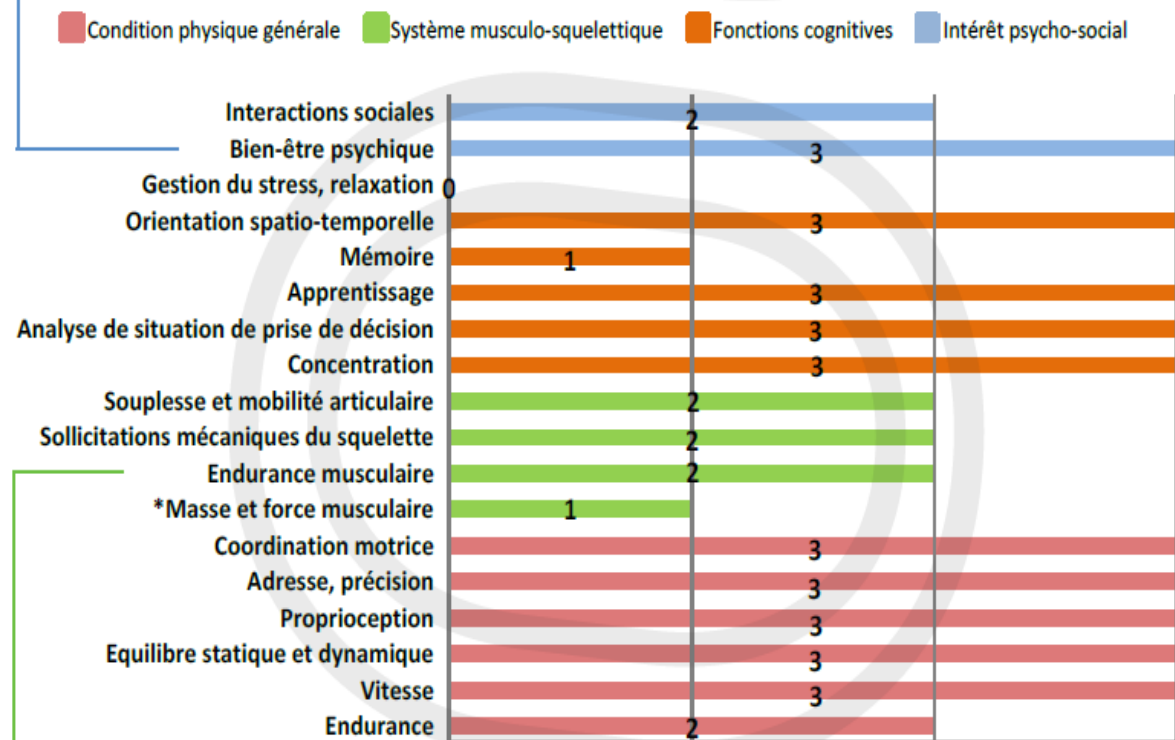


Un acteur social responsable

Un sport qui possède des atouts pour la Santé



Intérêt du tennis de table



d'après le Médocosport-santé du CNOSF

d'après Médocosport-santé du CNOSF, modifié FFTT*

LE TENNIS DE TABLE – SPORT SANTÉ

4 grand types d'intérêts pour la Santé

Psycho-Social

- Echanges avec les autres
- Combat l'isolement
- Crée du lien Handicapés physiques et mentaux / valides
- Oeuvre pour la diversité
- Mixité et sport transgénérationnel



Muscles et articulations

- Fait fonctionner muscles et articulations sans contraintes
- Souplesse
- Efforts modulables (solicitation de modérée à intense)



Activité physique

- Circulation sanguine
- Pratique possible de 4 à 99 ans...
- Lutte contre la sédentarité
- Diminution de la mortalité
- Prévention du diabète, de l'obésité
- Réduit les risques cardio-vasculaires
- Réduit la fatigue et les risques de récurrence (cancer)
- Coordination des mouvements



Fonctions cognitives

- Maintien d'une activité cérébrale tactique, comptages de points
- Bénéfique par rapport au vieillissement ou détérioration du cerveau (Alzheimer, Parkinson)
- Orientation spatio-temporelle

L'AS CORBEIL-ESSONNES TENNIS DE TABLE DANS LE PROJET SANTÉ BIEN-ETRE



pour un accueil de personnes du Programme Passerelle
au sein d'entraînements structurés
encadrés par des entraîneurs diplômés
accueil sur 2 séances pour essayer, puis plus si affinité...



CONCLUSION

- Un projet encore en recherche de financement...
- Des médiateurs/ médiatrices en attente de recrutement (dès que meilleure vision sur la suite du projet)
- Une demande de formation APA (activité physique adaptée) pour certains professionnels du sport ou associatifs
- Longue maturation mais de belles perspectives de travail pour les habitants de Corbeil Essonnes et du quartier prioritaire des Tarterêts!