

Quels avantages à vous inscrire dans le réseau ?

Pour le sédentaire porteurs de pathologies chroniques :

- › Améliorer votre qualité de vie, vous sentir mieux en apprenant comment bouger pour votre santé,
- › Evoluer dans un environnement adapté,
- › Être encadré par un professionnel,
- › Devenir autonome dans votre pratique d'activité physique en une année.

Pour l'ensemble du réseau :

- › Une collaboration multidisciplinaire,
- › Des formations et informations transprofessionnelles et associatives pour élargir vos champs de compétences,
- › Un répertoire de structures sportives proposant une pratique sportive des APS¹,
- › Une coordination du réseau, un centre de ressources accessibles pour vous aider à répondre à vos questions.

Pour le médecin :

- › Une formation à la prescription des APS¹,
- › Une aide à l'orientation de vos patients vers des structures sportives adaptées,
- › Une aide au suivi de vos patients participant au réseau, par l'observance de la pratique de l'APS¹ grâce au « coaching santé ».

Pour les éducateurs et animateurs sportifs :

- › Une formation dans le domaine des APS¹ pour la santé, afin d'accueillir un nouveau public,
- › Une pratique dispensée sur prescription médicale.

Pour la structure sportive :

- › L'accueil d'un nouveau public et la formation dans le secteur sport-santé.

Vous êtes intéressé ? Pour vous inscrire dans le réseau, contactez-nous !

La coordination : Réseau efFORMip

Adresse postale :
DRDJS
5, rue du Pont Montaudran
BP 7009
31068 Toulouse Cedex 7

Tél. : 05 34 41 73 79
Fax. : 05 34 41 73 83

Adresse mail : efformip@hotmail.fr
Adresse de la page internet :
www.efformip.canalblog.com

La santé par l'effort et la forme en Midi-Pyrénées

Former, Prévenir, Conseiller, Prescrire,
Pratiquer, Accompagner...



www.benjname

Qu'est ce qu'effFORMip ?

Une association (loi 1901) fonctionnant en réseau dont l'objectif est de lutter contre la sédentarité pour les personnes atteintes d'une pathologie chronique par le biais des Activités Physiques et Sportives encadrées (APS¹).
Le but est l'autonomie dans la pratique des APS¹ à raison de 2 à 3 séances d'APS¹ par semaine dans le cadre du réseau.

Bénéficiaire de l'action :

- › Les personnes de Midi-Pyrénées atteintes de pathologies chroniques pouvant bénéficier des APS¹ et qui veulent se mettre ou se remettre aux APS¹.

Les membres du réseau :

- › Les médecins formés par effFORMip à prescrire et à motiver à la pratique des APS¹,
- › Certains réseaux de santé existants de Midi-Pyrénées,
- › Les associations sportives, leurs dirigeants et leurs éducateurs, les collectivités territoriales, dispensant des séances d'APS¹, formés par effFORMip,
- › Le Service Sport Santé de la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports Midi-Pyrénées / Haute-Garonne
- › Le Service de Médecine du Sport de l'Hôpital Larrey (CHU-Toulouse)

Tous les membres du réseau sont volontaires

Les moyens du réseau :

- › Une consultation par la coordination médicale pour les sujets dont le médecin traitant ne veut pas participer personnellement au projet mais accepte d'adresser ses patients pour la prescription et le suivi de l'APS¹,
- › Une coordination administrative et médicale,
- › Une formation identique pour les médecins et éducateurs sportifs,
- › Un dossier de suivi individuel sécurisé,
- › Des outils pédagogiques spécifiques dont un référentiel de prescription des activités Physiques pour la santé,
- › Le coaching santé

Les principales pathologies chroniques concernées :

- › Obésité, diabète, hypertension artérielle, ostéoporose, arthrose, lombalgie chronique, bronchopneumopathie chronique... (liste non exhaustive).

Les missions du réseau :

Placer le sujet au cœur du réseau

Placer le sujet au cœur du réseau en l'aidant et l'accompagnant dans une pratique encadrée régulière et sécurisée des activités physiques et sportives dans le but de le rendre autonome dans cette pratique.



Assurer la formation des professionnels médicaux

Assurer la formation des médecins afin qu'ils prescrivent et motivent à la pratique des activités physiques et sportives pour la santé.



Assurer la formation des éducateurs sportifs

Assurer la formation des éducateurs sportifs afin qu'ils fassent pratiquer les APS¹ en toute sécurité aux personnes atteintes de pathologies chroniques.



Promouvoir la pratique dans le milieu sportif et associatif

Développer le sport santé dans les clubs et associations sportives de Midi-Pyrénées.



Mettre en commun et développer un dossier de suivi

Mettre en commun et développer les outils pour améliorer la prise en charge des patients.



Encourager et faciliter les relations entre les membres du réseau

La coordination du réseau facilite la communication au bénéfice d'effFORMip.



Faire pratiquer une APS¹ adaptée et individualisée

Permettre aux patients bénéficiant du réseau, de pratiquer des APS¹ adaptées et individualisées à proximité de leur lieu de vie, au moins 3 fois par semaine dont 2 séances encadrées par un éducateur formé.



Accompagner par « le coaching santé »

Faire bénéficier les patients du réseau d'un soutien appelé « coaching santé » qui favorisera la régularité de la pratique, facteur essentiel pour avoir un bénéfice sur la santé.



Évaluer la qualité et l'efficacité de la prise en charge

Avoir une évaluation de la qualité et de l'efficacité de cette prise en charge et des résultats obtenus, sur la base de référentiels communs.

