

ETP CONNECT

Bulletin d'information de l'Education Thérapeutique du Patient dans le département d'Eure-et-Loir



MEETING ETP en 2024

Pour 2024, nous avons fait le **plein d'énergie** et nous nous sommes mis sur la ligne de départ des **Jeux Olympiques**. Nous vous proposons un agenda riche et varié où l'**éducation thérapeutique** et l'**activité physique adaptée** s'unissent pour battre tous les records.

Nous débutons l'année par la découverte de la **Maison Sport Santé 28** avec l'interview de Monique Juste, sa présidente.

Dégainez vos stylos et notez dès à présent les dates des événements ETP :

12 Février → web-partage **ETP-TEAM n°2**, temps d'échanges de la communauté ETP de notre territoire, sur "**ETP et Communication**"

22 Mars → à Blois **Journée Régionale de l'ETP** dont le thème est "**Activité physique adaptée, Sport-santé et ETP**" ("save the date" page suivante)

28 Novembre → 3ème **Journée ETP en Eure-et-Loir**

Retrouvez toutes les dates sur le **Mémo Dates 2024** [ici](#) !

GRÂCE A



COM'UN JE : c'est parti !

GO ! Le **serious game régional**, formation ludique et gratuite sur la communication soignant-soigné, **COM UN'JE** est disponible sur le site **Prevalo.fr** ! Déjà 760 sessions jouées...

N'hésitez pas à vous former en plongeant dans les 5 modules "soignants" et les 3 modules "soignés".

Côté **soignant**, vous apprendrez à écouter activement, reformuler, décrypter le langage non verbal, valoriser avec enthousiasme et entretenir la motivation.

Côté **patient**, vous pourrez vous préparer à la consultation, vous informer et libérer votre parole. Visionnez le **replay** de la soirée de lancement [ici](#) !

RETOUR sur 2023

Le 30 novembre, s'est tenue la deuxième journée de l'ETP. Grâce à vous et aux **118** participants, cet événement a marqué notre territoire d'une palette de couleurs vives, diverses et complémentaires ! N'hésitez pas à consulter l'**e-book** [ici](#) ! 2023 c'était aussi, grâce au comité de pilotage de la coordination, **4 groupes de travail** : ETP et Cancer, Parcours de soins, Communication et Communauté ETP. Nous souhaitons poursuivre ces actions en 2024!



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

coordination.etp28@gmail.com

Caroline Vincent-Dejean

07 88 49 99 67

Esther Trombini

06 49 12 12 01



MEETING ETP 2024

COM'UN JE

RETOUR SUR 2023

ETP ET APA

ZOOM SUR
MAISON SPORT SANTÉ 28

CHIFFRE DU JOUR : 51 %

CARTOGRAPHIE DE
L'APA DU 28

Activité Physique Adaptée, Sport-Santé : TOP DÉPART

Dans la dynamique des **Jeux Olympiques et Paralympiques**, le Président de la République a annoncé la promotion de l'Activité Physique et Sportive, **Grande Cause Nationale 2024 #Bouge30Minutes**. L'activité physique adaptée (APA) permet de prévenir l'apparition ou l'aggravation de certaines maladies chroniques, d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie des patients et de les réinsérer dans les activités sociales*. Le Projet régional de Santé en Centre-Val de Loire 2023-2028 prévoit de **Promouvoir la Prescription de l'activité physique adaptée** auprès des médecins et des patients en lien avec les maisons sport-santé, de mieux identifier l'offre et de la renforcer si besoin.

*source : France Assos Santé

ZOOM SUR MAISON SPORT SANTÉ 28



07 64 84 63 02
 sante@sport28.fr
 www.maisonsportsante28.fr

Que fait la MSS28 ?

Créée en janvier 2020 et reconnue par le Ministère des sports et le Ministère de la Santé, la MSS 28 est une **association qui rapproche les professionnels de Santé et du Sport**, afin de faciliter l'orientation et l'accès aux **Activités Physiques et Sportives (APS)** et à l'**Activité Physique Adaptée (APA)** pour tous publics. Elle propose un **programme sport-santé adapté à chaque individu**, en fonction de ses capacités physiques, ses préférences, sa situation grâce à un **test de condition physique** et un **bilan motivationnel** en amont. Une orientation est ensuite proposée vers les **éducateurs** de leur **réseau collaboratif** sur des **créneaux spécifiques** APA ou APS.

Quelle est la plus-value de l'APA ?

Thérapeutique non médicamenteuse, l'APA permet de retarder les complications ou l'aggravation de pathologies chroniques. L'APA permet aussi de recréer du **lien social**. On peut noter la stabilisation du poids et la meilleure gestion des efforts.

Qui peut prescrire ? Comment ?

L'APA nécessite une **prescription médicale** (médecin traitant, spécialiste, médecin du travail). Les kinésithérapeutes sont autorisés à **renouveler** cette ordonnance. Une **ordonnance-type** est disponible en ligne. Cliquez **ici**.

Qui peut en bénéficier ?

Les personnes atteintes de **maladies chroniques** et/ou en Affection Longue Durée **ALD**.

Est-ce remboursé ?

Pour le moment : **non**. Les bénéficiaires prennent la **licence/assurance** du club (≈50 à 150€) sans supplément pour les séances.

A noter: certaines **complémentaires santé aident au financement de la pratique**. Voici une liste non exhaustive. Parlez-en avec les patients.

Que distingue une séance d'APA d'une séance de sport classique ?

Une séance d'APA a une intensité modérée et surtout est **adaptée aux problématiques** de chaque bénéficiaire. Elle se fait en **petits groupes** de 10 personnes maximum et **dure entre 45 et 60 min**, comprenant un temps d'échauffement, le corps de la séance et un retour au repos.

Un **test de condition physique** de 1h permet une évaluation physique, motivationnelle mais aussi d'identifier les préférences du bénéficiaire.

Où trouver des séances ?

Les séances d'APA sont toutes référencées sur le site de la MSS28, **ici**, **58 créneaux**, sur tout le département. Contacter la MSS28 et consultez **notre cartographie** (page 3).

Et l'ETP en APA?








L'ETP est un **atout** pour l'APA car elle permet un travail sur la **motivation** (freins et leviers du patient envers la pratique) et **accompagne au changement** de mode de vie. Les objectifs communs de l'ETP et de l'APA : **redonner goût** à la pratique d'activité physique, assurer une pratique **en toute sécurité**, **autonomiser** le patient et favoriser une pratique régulière.

Source : La Santé en Action, N°462, décembre 2022


51% des programmes ETP du 28 proposent une **ACTIVITÉ PHYSIQUE adaptée ou Sport-santé**

CARTOGRAPHIE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE en Eure-et-Loir


Secteur Drouais

- **Handball santé** au club de Dreux-Vernouillet. 
- **Marche nordique** au club d'EPGV de Dreux. 
- **Gym douce** au club d'EPGV de Dreux. 
- **Gym douce** au club omnisport de Vernouillet. 
- **Gym douce** à destination des enfants au Club Omnisport de Vernouillet. 
- **Gym douce** à destination des séniors au club d'EPGV de Dreux. 
- **Prochainement un créneau de badminton santé** à St Rémy sur Avre. 





 **Contactez la Maison Sport Santé 28 pour plus d'informations**
(jours, horaires, coordonnées)

 **07 64 84 63 02**


 **sante@sport28.fr**

 **www.maisonsportsante28.fr**

Secteur Est

- **Tennis santé** au club de Maintenon. 
- **Marche nordique** au club de Maintenon. 
- **Gym douce** à destination des séniors au club d'EPGV d'Epernon. 
- **Prochainement un créneau de volley santé** au club d'Epernon. 





Secteur Nord-Ouest

- **Judo santé** au club de Senonches 




Secteur Nogent-le-Rotrou

- **Gym santé** au club de Nogent le Rotrou. 
- **Badminton santé** au club de Nogent le Rotrou. 
- **Rugby santé** au club de Nogent le Rotrou. 
- **Volley santé** au club de Nogent le Rotrou. 
- **Handball santé** au club de Nogent le Rotrou. 










Secteur Sud

- **Tennis santé** au club de Châteaudun. 
- **Natation santé** à la piscine de Bonneval. 
- **Esgrime santé** au club de Châteaudun. 
- **Gymnastique volontaire** avec le comité d'EPGV 

Secteur Sud-Est

- **Natation santé** à la piscine de Voves 
- **Fitness santé** au Centre Nautique de Voves. 
- **Gymnastique volontaire** avec le comité d'EPGV 

Secteur Chartrain

- **Tennis santé** aux clubs de la MSD et au C'Chartres Tennis. 
- **Gymnastique volontaire** avec le club de l'EPGV Chartres. 
- **Basket santé** au C'Chartres Basketball. 
- **Badminton santé** au C'Chartres et au club de Jouy/St Prest. 
- **Squash Santé** au club du C'Chartres. 
- **Natation santé** à la Piscine de Mainvilliers. 
- **Marche nordique** avec le club d'athlétisme de Chartres et l'EPGV Chartres. 
- **Boxe santé** au C'Chartres Boxe. 
- **Gym douce** à Luisant et Lucé avec le comité d'EPGV. 



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir