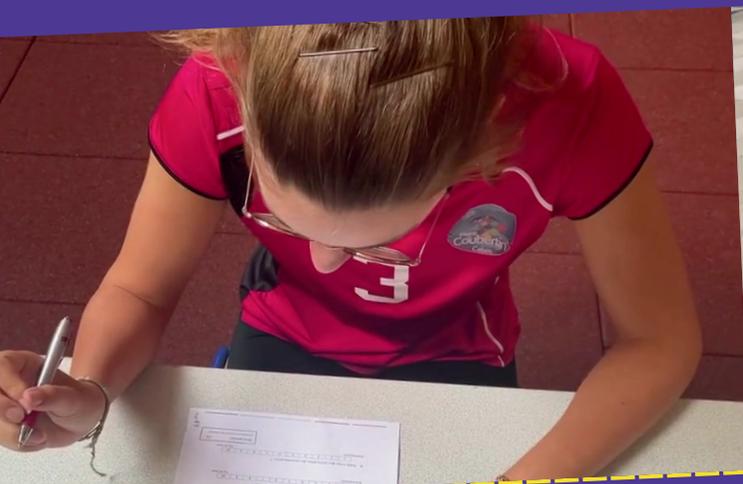


# Maison Sport-Santé LUC



Notre engagement pour que tout le monde puisse accéder à une activité physique pour la santé !



# En quoi consiste la Maison Sport-Santé ?

Conscient de l'enjeu du Sport et de l'Activité Physique sur la Santé de chacun, Le LUC Activités Physiques Adaptées (APA) & Santé a été créé dès 2002, afin de permettre à chacun de trouver une activité qui lui correspondrait, au-delà de la pathologie et des limitations des capacités physiques qui pourraient en être liées. En effet, ce dispositif a permis de répondre à une problématique : quelle activité pratiquer après une hospitalisation et une rééducation ?

Aujourd'hui, le LUC poursuit sa transition par le déploiement de sa Maison Sport-Santé et par la création de différents programmes pour faciliter le suivi dès la sortie de l'hôpital dans un objectif de santé pour toute personne en situation d'affection de longue durée, possédant une pathologie chronique, ou présentant un enjeu de santé et dont l'activité physique sera un levier essentiel pour la préservation de l'autonomie. En ce sens, un nouveau protocole accueil voit le jour à destination des personnes munies d'une prescription d'Activités Physiques Adaptées, en vue d'intégrer l'un de nos programmes M2S.

L'adhésion à ces nouveaux programmes se fait en plusieurs étapes : un premier rendez-vous d'inscription et d'évaluation avec le secrétariat, un bilan initial des capacités physiques, une participation à un programme de 12 séances sur 2 mois.

Ces programmes seront financés par l'Agence Régionale de Santé, dans le respect du cahier des charges établi dans le cadre de notre habilitation. Plusieurs intensités seront proposées, en lien avec les usagers, et après avoir fixé les objectifs individuels d'accompagnement. Un bilan final conclura le programme réalisé, nous permettant de vous orienter vers une activité physique adaptée en fonction de vos attentes, vos objectifs et vos capacités physiques.

Dispositif historique du Sport-Santé au sein de notre association, le LUC APA sera l'une des orientations proposées à l'issue de nos programmes M2S avec le maintien des 15 ateliers hebdomadaires proposés depuis 20 ans. Ils permettront de vous accompagner sur une durée plus importante, et répondre ainsi à vos nouveaux objectifs, établis suite aux programmes M2S. Des activités au sein de nos sections seront également reconnues Maison Sport-Santé, par l'intérêt qu'ils représentent, mais aussi la qualification des intervenants pour la prise en compte de vos objectifs, de vos capacités physiques et donc de votre sécurité. Une démarche complémentaire est en cours de construction pour un accompagnement vers la sortie de notre Maison Sport-Santé, et donc de votre orientation vers des associations de proximité.





**Anthony BLONDÉ**  
Référent Maison Sport Santé

“ —  
| *La Maison Sport-Santé va accélérer les projets alliant le sport et la santé pour que chaque personne puisse trouver son activité physique et sportive avec des bénéfices pour sa santé* |  
— ”

## La Maison Sport-Santé en **chiffres**

**Dés Septembre 2023**

**5** nouveaux programmes M2S d'intensité variables

**+ de 200** personnes qui seront suivies

**... Et d'ores et déjà**

**250** personnes suivies chaque semaine au sein du LUC APA

**35** ateliers hebdomadaires

**1500** heures d'ateliers chaque année

Grâce à notre équipe composée de  
**11** intervenants APA et **2** alternants

**Et aussi**

Un Accompagnement de personnes atteintes de multiples pathologies :  
**Cancer - Lombalgie - Ostéoporose - Obésité - Diabète - Handicap physique**

# LUC Maison Sport-Santé > PROTOCOLE ACCUEIL

## OBJECTIF

- Permettre à l'ensemble de la population de pratiquer une activité physique,
- Quelque soit leurs âges et leur niveau
- Objectif : améliorer la santé

## LIEU DE PRATIQUE

- 280 créneaux d'activité/semaine
- + 30 activités physiques différentes
- + 20 lieux de pratique
- 8500 adhérents

Personnel diplômé (EAPA)  
Diplômes fédéraux

## RÉSEAUX

- Institutions (Ville / MEL / Département / Région / ARS)
- Acteurs hospitaliers et médicaux (CHR / centre Oscar Lambret)
- Mouvements sportifs (CROS-CDOS)
- Université et recherche (Université de Lille)

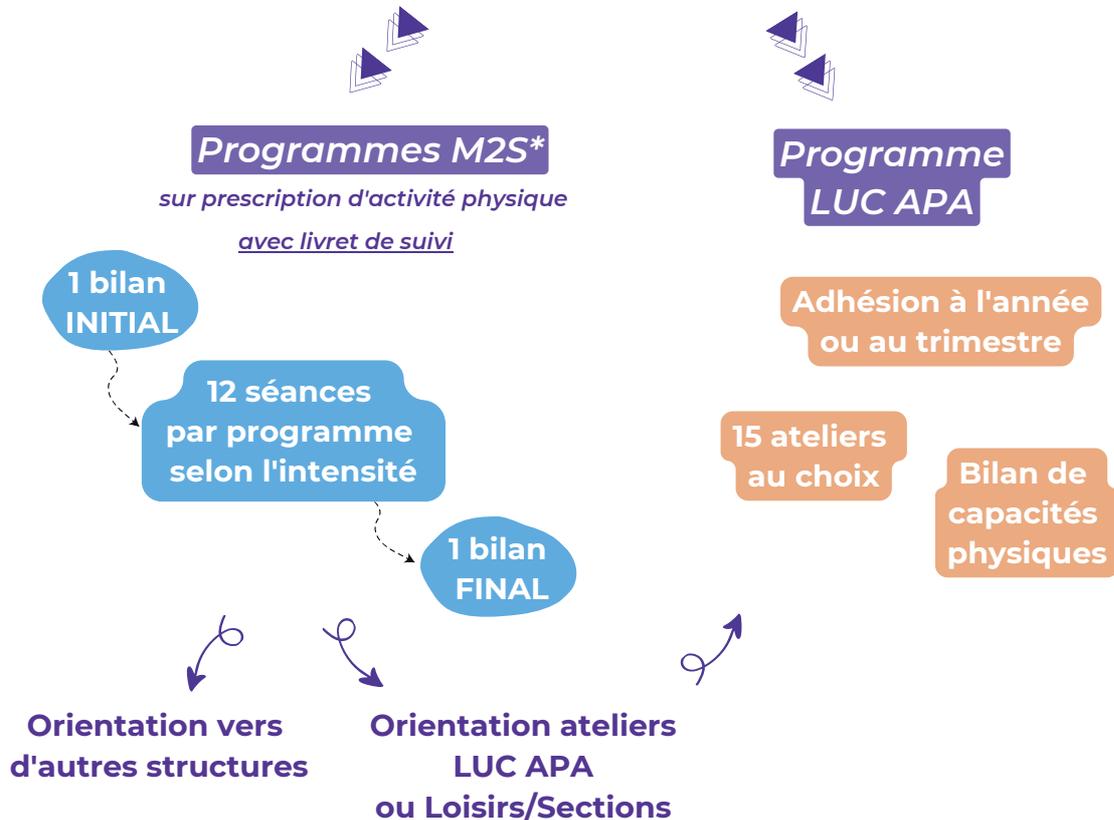


## ACCUEIL

### PARCOURS DE L'USAGER



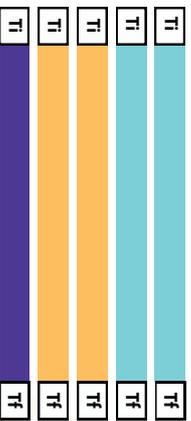
### ORIENTATION



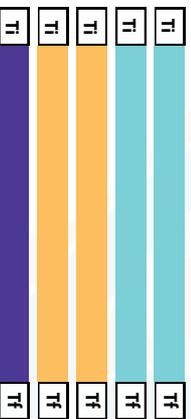
# CALENDRIER ANNUEL DES PROGRAMMES M2S

JANV	FEB	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL	AOUT	SEPT	OCT	NOV	DEC	JANV
15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15

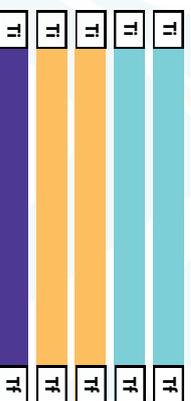
## PROGRAMME 1



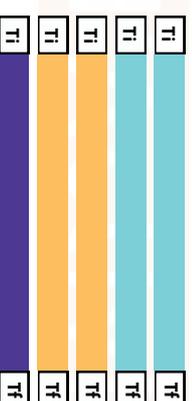
## PROGRAMME 2



## PROGRAMME 3



## PROGRAMME 4



## PROGRAMME 5



Ti Test initiaux

Tf Test finaux

intensité faible

intensité modéré

intensité forte

⚠️ dates approximatives évolutives en fonction de la demande

## Activités sportives



La Maison Sport-Santé du LUC propose un grand nombre d'activités sportives à travers ses 30 sections sportives ainsi que son réseau de partenaires

*Petits et grands peuvent donc trouver la bonne basket à leurs pieds, pour pratiquer une activité de loisirs ou de compétitions*



**L'objectif ? VIVRE SPORT TOUT AU LONG DE SA VIE**



## Activités Loisirs

**L'activité sportive, c'est également pratiquer pour le plaisir, le bien-être, et sans visée de compétition.**

Pour les personnes initiées mais également pour ceux souhaitant reprendre une activité physique régulière, la Maison Sport-Santé propose des créneaux dédiés au sein des différentes sections du LUC et des activités proposées par nos partenaires.

## Activités APA & Santé



**Les APA sont des activités accessibles à toute personne atteinte d'une pathologie chronique, au cours desquelles les intervenants formés et diplômés vont pouvoir vous accompagner en fonction des objectifs fixés préalablement.**

L'accompagnement peut être réalisé à travers des activités spécifiques, de balnéothérapie, comme dans les activités des sections et partenaires dont la Maison Sport Santé garantira la compétence à vous accompagner.

# PLANNING ATELIERS HEBDOMADAIRES APA SANTÉ

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
7:30						
8:00						
8:30				Balnéothérapie Lombalgie **		
9:00						Balnéothérapie **
9:30				Gym douce Séniors *		Balnéothérapie ***
10:00						
10:30	Balnéothérapie Fibromyalgie *					Balnéothérapie ***
11:00						
11:30	Balnéothérapie **					Balnéothérapie Handicap Physique *
12:00						
12:30		Gym douce Séniors *				
13:00		Balnéo thérapie Séniors *				
13:30			Athlé-Fit Cardio (Section Athlétisme) ***	Athlé-Fit Cardio (Section Athlétisme) ***		
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30	Balnéothérapie Lombalgie ***					
18:00		Swyng'APA *				
18:30	Balnéo thérapie Obésité ***					
19:00	Gym douce Lens ***	Gym douce **				
19:30						
20:00						

Activités Physiques Adaptées

Balnéothérapie

Ateliers au sein des Sections Sportives du LUC

\*Ces plannings sont susceptibles d'évoluer ou d'être modifiés

Pour faciliter le suivi de ses usagers, la Maison Sport-Santé du LUC s'est dotée d'un nouvel outil : la plateforme GOOVE.

Elle a été développée afin que tous les acteurs du parcours (adhérents, enseignants en Activités Physiques Adaptées, prescripteurs...) soient mis en relation pour un accompagnement optimal.

L'activation de votre compte est gratuite, et vous permettra de :

- Consulter le planning d'activités
- Consulter les bilans
- Rester en contact avec l'intervenant
- Bénéficier d'un suivi individualisé.

Vous avez la possibilité de vous inscrire directement sur la plateforme (gratuitement) à partir du QR CODE.

L'ensemble des éléments est consultable par votre médecin prescripteur sur simple demande de la part de celui-ci.

The screenshot displays the 'ESPACE PRATIQUANT' interface. At the top right, it says 'Bienvenue,'. On the left, there is a vertical navigation menu with icons for ACCUEIL, SÉANCES, BILANS, PROFIL, ABONNEMENTS, CONVERSATIONS, and DOCUMENTS. The main content area shows a user profile for 'Prénom Nom' with a menu icon. Below the profile, there is a table with four columns: 'Lille Université Club' (address: 180 avenue Gaston berger - 59000 Lille, phone: 0320589191, email: maison.sportsante@luc.asso.fr), 'Aucun bilan réalisé', 'Aucun programme', and 'Aucun rendez-vous à venir'. Below the table, there are tabs for 'Mes séances', 'Mes bilans', 'Mon profil', 'Mon abonnement', 'Conversations', and 'Mes documents'. A 'Tableau de bord' section contains a card for 'Mon premier rendez-vous' with a 'Prendre un rendez-vous' button. The text in the card reads: 'Je réserve mon premier rendez-vous pour réaliser un bilan de condition physique, une séance de coaching ou pour avoir plus d'informations.'



**A noter :** : les médecins prescripteurs doivent être ajoutés directement par la MSS, à partir de l'adresse email que vous pourrez nous communiquer par l'intermédiaire de la prescription d'activité physique adaptée située en page 11

## Rappel Historique : Sport sur ordonnance

La loi de modernisation de notre système de santé du 26 janvier 2016 (Art 144), établit le principe de la prescription possible par les médecins traitants d'activités physiques adaptées (APA) à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical des patients en situation d'affection de longue durée (ALD).

Le décret d'application du 30 décembre 2016, relatif à la prescription de l'activité physique adaptée (APA) à des patients atteints d'affection longue durée (ALD), vient préciser les conditions dans lesquelles sont dispensées les APA prescrites. Il liste notamment les intervenants et les contours de leurs prérogatives.

## La reconnaissance des Maison Sport-Santé et de l'accompagnement de leurs usagers.

Depuis le 3 Mars 2022, la loi de démocratisation du sport en France reconnaît le rôle des Maisons Sport-Santé, lancées en 2019. Elle élargit également la prescription d'activités physiques adaptées aux maladies chroniques ou aux personnes présentant des facteurs de risques ou en perte d'autonomie.

Suite au déploiement des Maisons Sport-Santé, le Décret n° 2023-170 du 8 mars 2023, relatif à l'habilitation des Maisons Sport-Santé, vient préciser le cahier des charges et les missions des Maisons Sport-Santé.

Le Décret n°2023-234 du 30 Mars 2023, relatif aux conditions de prescription et de dispensation de l'activité physique adaptée, vient préciser les modalités d'accompagnement des usagers qui font suite à la prescription d'activité physique.

Il est à noter que dans le cadre de son habilitation, et la mise en place de ses programmes M2S, la Maison Sport-Santé du LUC propose un accompagnement pris en charge financièrement par l'Agence Régionale de Santé

## La prescription en quelques mots

### Qui peut prescrire ?

- Médecin généraliste
- Médecin spécialiste

### Pour qui prescrire ?

- Personnes atteintes d'ALD, de pathologie chronique, de facteurs de risques importants (Obésité, HTA, ...)
- Personnes en perte d'autonomie

Pour tout renseignement et prise de rendez-vous

## Maison Sport-Santé



maison.sport.sante@luc.asso.fr  
03 20 58 91 91

### Référent Maison Sport-Santé



**Anthony BLONDÉ**  
Référent LUC Maison Sport-Santé   
✉ [anthonyb@luc.asso.fr](mailto:anthonyb@luc.asso.fr)

### Chargée de projet - LUC Maison Sport Santé



**Manon THUILLIEZ**  
LUC Maison Sport-Santé   
Coordinatrice des programmes  
✉ [manont@luc.asso.fr](mailto:manont@luc.asso.fr)

### Chargée de projet - LUC Maison Sport Santé



**Floriane DUVAL**  
LUC Maison Sport-Santé   
✉ [florianed@luc.asso.fr](mailto:florianed@luc.asso.fr)

Pour tout autre renseignement

L'équipe du LUC  
vous accompagne  
dans votre parcours  
APA & Santé !



[contact@luc.asso.fr](mailto:contact@luc.asso.fr)  
03 20 58 91 91



<b>Tampon du Médecin</b>	
--------------------------	--

**DATE :**

**Nom du patient :**

**Je prescris une activité physique et/ou sportive adaptée**

**Pendant ....., à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient.**

**Préconisation d'activité et recommandations**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Je valide l'accompagnement du patient par un Enseignant en Activités Physiques Adaptées (en référence à l'article 1172-2 du Code de la santé publique)*

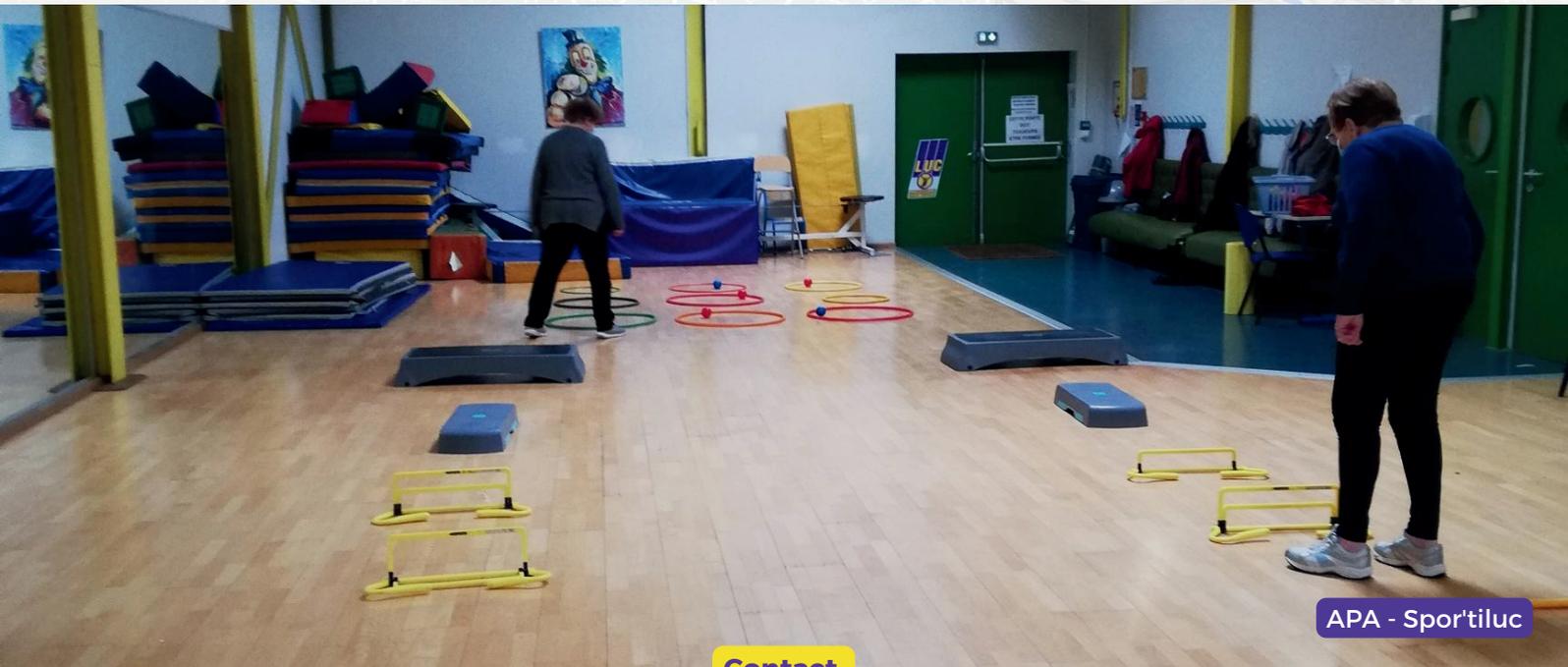
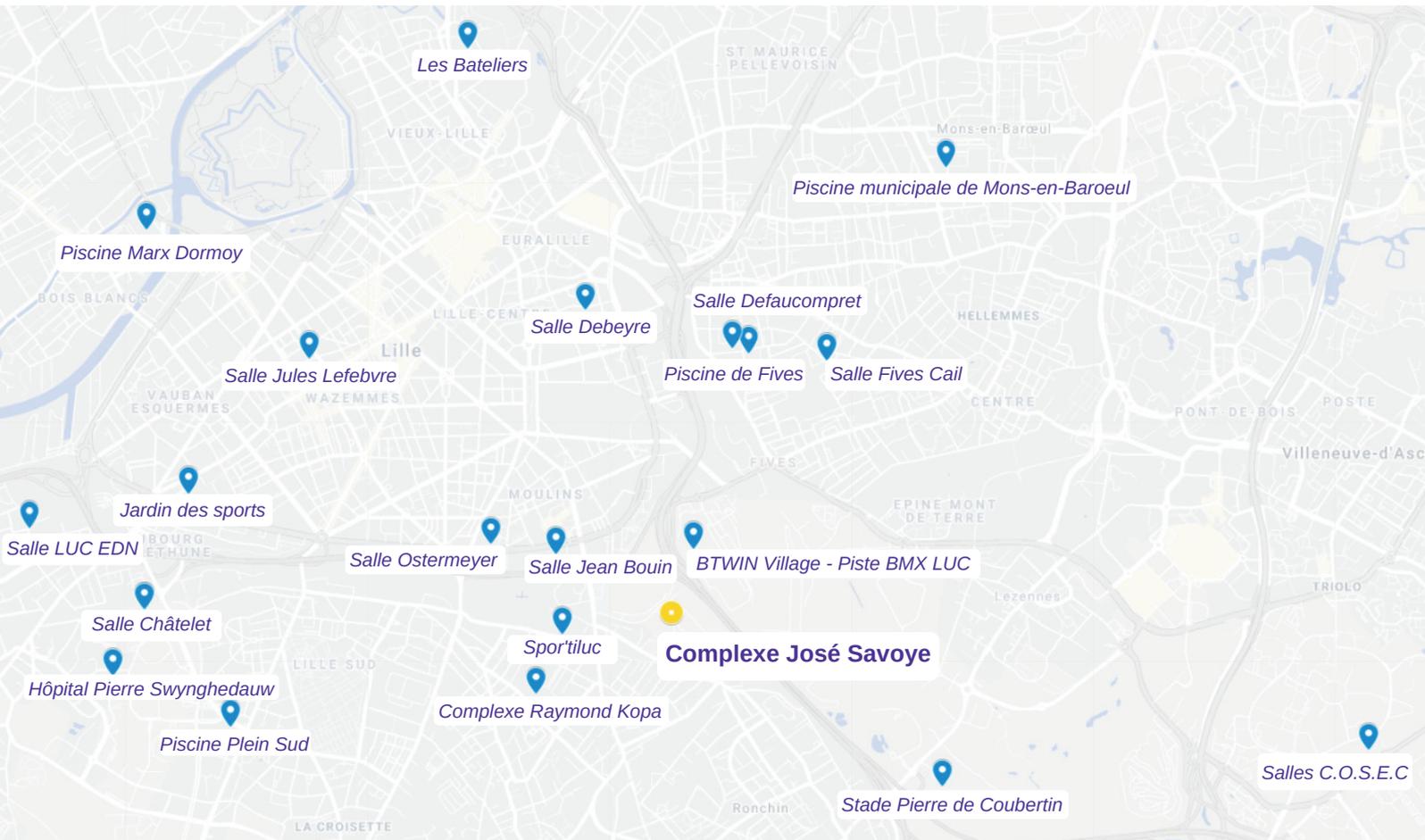
**Document remis au patient**

La dispensation de l'activité physique adaptée ne peut pas donner lieu à une prise en charge financière par l'assurance maladie.

Lieu      date      signature      cachet professionnel

*Si vous souhaitez être inscrit en tant que prescripteur référencé sur notre plateforme, veuillez indiquer votre email : .....*

## Cartographie des lieux de pratique



### Contact

 [maison.sport.sante@luc.asso.fr](mailto:maison.sport.sante@luc.asso.fr)  03 20 58 91 99