

Le sport santé adapté : une réponse adaptée aux besoins des bénéficiaires strasbourgeois

Marie ANSELM¹, Manon SOGGIU², Emilie GARDEUR¹

¹Observatoire régional de la santé (ORS) Grand Est, ²NovoNordisk

Contexte

**cities
for better
health**

"Cities for better Health" est un **programme de prévention des maladies chroniques** porté par Novo Nordisk dans plus de 50 villes dans le monde.

Depuis 2020, à Strasbourg, première ville française ayant rejoint l'initiative, **une coalition de 14 acteurs publics et privés**, locaux et nationaux, met en place des actions de prévention concrètes à destination des habitants, adultes et enfants.

Activité physique et **promotion d'une alimentation saine** sont placées au cœur de la démarche.

Objectif

Novo Nordisk a souhaité bénéficier d'un **regard évaluatif global** pour mettre en évidence **les acquis de ce système d'actions**.

Une évaluation déclinée en 2024 en **deux volets** :

- Une cartographie strasbourgeoise pour présenter des éléments de **contexte global** relatifs aux problématiques de diabète et de surpoids/obésité des populations à l'échelle de la commune,
- La prise en compte du **ressenti des acteurs impliqués et des bénéficiaires**, pour illustrer les effets et compléter les points de vue sur les actions proposées.

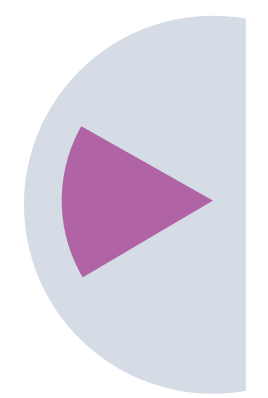
Méthode

Collecte de données



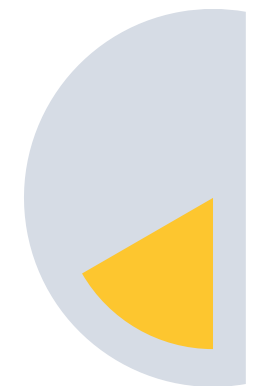
Sources documentaires

- Bilans des actions
- Cartographie du diabète
- Critères qualité d'un projet en promotion de la santé



Entretiens auprès de **6 acteurs**

- Qui ? Effecteurs des actions, animateurs de la coalition
- Quoi ? Ressentis quant à la dynamique, expériences, satisfactions

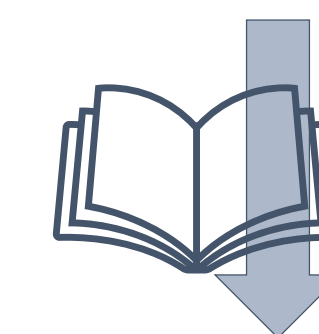


Entretiens auprès de **9 bénéficiaires**

- Comment ? Appui des acteurs (présentation, accords)
- Quoi ? Ressentis, expériences
- Pourquoi ? Illustrer les résultats avec une matière « vivante »

Exploitations, analyse partagée

Identification d'**indicateurs** transversaux
Analyse **croisée**



Proposition soumise à la concertation

- Principaux enseignements
- Recommandations

Réunions collectives de la coalition d'acteurs

- Consensus sur les enseignements
- Validation des recommandations

Résultats

Le récit des expériences des acteurs impliqués et des bénéficiaires vient rappeler l'intérêt d'accompagner des personnes au regard de **leurs ressources propres**, parfois faibles. L'inscription des bénéficiaires dans un parcours d'activité physique adaptée s'illustre dans **une interaction complexe** conjuguant caractéristiques personnelles, de l'action, de l'environnement et posture bienveillante des intervenants. Les configurations se concrétisent de manière singulière selon **les profils des bénéficiaires** et les actions concernées, confirmant le caractère « adapté » de l'action, comme **une réponse à des besoins**.

Matrice des principaux aspects abordés avec les bénéficiaires

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lien explicite avec la santé ▪ Motivation, assiduité ▪ Parcours de santé ▪ Événements de vie ▪ Pratique sportive passée ▪ Trajectoire professionnelle ▪ Hygiène de vie et santé de l'entourage proche (parents notamment) ▪ Alimentation (accès) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Orientation, accès ▪ Proximité ▪ Ambiance ▪ Diversité des propositions ▪ Coûts ▪ Effort demandé cohérent avec les capacités ▪ Horaires, fréquence ▪ Livret, supports écrits
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stabilité des intervenants ▪ Posture de bienveillance et d'encouragement ▪ Personnalisation de l'accompagnement (« il s'adapte », « il nous explique », « il nous connaît ») ▪ Accessibilité (échanges en marge de l'activité) ▪ Communication (en cas d'annulation) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Famille ▪ Support social ▪ Equipe de soins ▪ Activités personnelles complémentaires ▪ Disponibilité des salles d'activité

Une amélioration des savoirs
Pas toujours explicitée

Un suivi au cours de l'action
Des mesures chiffrées sur les progrès physiques
Des échanges

Des effets sur la santé
Des mesures chiffrées
Des indices dans le quotidien

Des effets sur la qualité de vie
Une dimension sociale
Un tout

« C'est comme des petites étapes et pour le sport, c'est déjà chouette de venir. (...) Mais bon sinon, à part ça il y a une bonne ambiance, je transpire, donc ça fait bouger, c'est bien, je suis content quand la séance est terminée. Des fois même, je galère. Mais à la fin, je suis toujours content de l'avoir fait. »

« La gymnastique sur chaise, je me rappelle, je me suis dit : « C'est pour des vieux, c'est pour les maisons de retraite. », et il [l'éducateur sportif] m'a dit « Détrompe-toi, tu verras. ». Et c'est vrai que j'ai été surprise, parce qu'on fait un peu tout bouger quand on fait de la gymnastique sur chaise. »

« Dans la mesure où je m'inscris, je suis assidue. Si j'étais toute seule, je dirais « Oh, je n'ai pas envie, je n'y vais pas ». Je me connais, je le sais très bien. (...) Alors que là, je me suis engagée. »

« Je me sens toujours un peu gros. Tous les résultats sont bons, sauf le poids qui diminue pas. Après, mon médecin, il me dit « C'est peut-être que vous avez pris plus de muscles. » Et chaque fois que je dis ça à ma femme, elle rigole. »

« Ça a été pour moi aussi une bonne nouvelle et voilà. Alors je suis un petit peu triste de quitter ce circuit Sport santé, parce que pour moi, c'est vraiment adapté. »

« Il y a des fois où je suis fatiguée, je n'ai pas trop le moral. Donc d'aller marcher sur le tapis, seule, c'est pas toujours... Donc moi, ce que j'aime, vraiment, enfin pour moi ce qui m'a apporté beaucoup, c'est le groupe, c'est pas juste l'activité en soi. »

Perspectives

Un esprit d'adaptation de la coalition

- ✓ Aux enjeux territoriaux
- ✓ Aux acteurs
- ✓ Aux bénéficiaires

Des résultats concrets pour les bénéficiaires

- ✓ En termes de sensations
- ✓ Sur leur santé
- ✓ Dans leur quotidien et leur qualité de vie

Des pistes pour les acteurs en vue de l'amélioration de leurs actions

- ✓ Un matériau complémentaire aux données chiffrées
- ✓ Des retours cohérents avec leurs ressentis

Voir aussi le poster :

« **Une cartographie strasbourgeoise du diabète et de l'obésité** pour optimiser l'accompagnement à l'activité physique »