

# NAGEZ-FORME-SANTE FFN

## Préambule de Patrick GASTOU

### Mission de service public de la Fédération

- « Les activités physiques et sportives constituent un élément important de l'éducation, de la culture, de l'intégration et de la vie sociale. Elles contribuent également à la santé. Leur promotion et leur développement sont d'intérêt général ».....
- « Les fédérations sportives agréées participent à la mise en œuvre des missions de service public relatives au développement et à la démocratisation de activités physiques et sportives ».
- Article 1er de la Loi sur le Sport du 6 juillet 2000, modifié par la loi du 1er août 2003

### Nagez, Forme, Santé et la FFN

C'est :

- Proposer une activité physique ayant pour objectif le développement, le maintien ou la restauration d'un capital santé.
- Rechercher une meilleure condition physique sans but de performance chronométrique.
- Etre en capacité d'accueillir des pratiquants adressé par le réseau santé.

S'appuyer sur ce qui fait notre spécificité :

La connaissance de l'activité physique dans l'eau.

L'utilisation du milieu aquatique dans ce qu'il a de spécifique :

- l'apesanteur
- des appuis fuyant,
- contraction musculaire progressive
- une activité en décubitus dorsal ou ventral
- etc. ...

### Une stratégie de développement

1. La formation des cadres :

- acquérir des compétences permettant d'accueillir des populations en recherche d'un encadrement averti
- accompagner les éducateurs dans leurs activités,

2. Proposer des activités physiques, modérées, régulières et adaptées au public,

3. Se positionner comme une fédération qui se préoccupe de la santé des personnes,

4. S'intégrer dans les politiques sociales locales et régionales

5. Etre en capacité d'accueillir de s'intégrer dans les réseaux santé,

### Une fédération intégrée dans la société

- De notre capacité à nous intégrer dans les politiques locales, régionales et nationales, dépendra le regard que porteront les décideurs et les investisseurs sur notre mouvement associatif.
- Sommes-nous encore une force de propositions au cœur de la société ?

**Les clubs de la FFN dans un paysage de santé publique**  
**Des pistes pour l'avenir**  
**Jean-Luc GRILLON, Médecin Conseil DRDJS Champagne-Ardenne**

## DEFINITION DU SPORT

Charte européenne du sport révisée en 2001 au Conseil de l'Europe, Comité des Ministres,  
Toutes formes d'activités physiques qui, à travers une pratique organisée ou non, ont pour objectifs :

L'expression ou l'amélioration de la condition physique ou psychique

Le développement des relations sociales

L'obtention de résultats en compétition de tous niveaux.

**UN COEUR, DEUX POUMONS, L'INSULINO-RESISTANCE ET LE DIABETE**  
**TROIS BONNES RAISONS POUR BIEN BOUGER.**  
**MAIS EST-CE SUFFISANT ?**

## LA SANTE RESSENTIE

Amélioration des capacités fonctionnelles et de la qualité de vie

L'activité physique : un médicament

LA PRESCRIPTION DES ACTIVITES PHYSIQUES EST A L'ORDRE DU JOUR

PROMOUVOIR L'ACTIVITE PHYSIQUE AU SERVICE DE LA SANTE VERS UNE EUROPE  
PHYSIQUEMENT PLUS ACTIVE CONFERENCE MINISTERIELLE EUROPEENNE DE  
L'OMS SUR LA LUTTE CONTRE L'OBESITE ; ISTANBUL (TURQUIE), 15-17 NOVEMBRE  
2006

## LE PROGRAMME DE SANTE PUBLIQUE AVEC INTERVENTION DES APS

- Programme National Nutrition Santé (PNNS)
- Programme National « Bien vieillir »
- Plan Santé Scolaire
- Plan éducation du patient

### Programme bien-être au travail

*(enquête Human Resource Consulting MERCER sur l'absentéisme au travail)*

- Auto-évaluation par salarié de son état de santé : diagnostic personnalisé
- Bonnes pratiques (alimentation, activité physique, suivi médical)
- Actions concrètes à caractère collectif (financement des activités physiques)

### La prescription des activités physiques

Les clubs labellisés « nagez-santé FFN » se doivent de faire partie du « Vidal » du médecin généraliste et du spécialiste

## LES PARCOURS DE SANTE

Les rencontres avec les dispositifs de santé pour connaître son état de santé

Les étapes privilégiées :

- Grossesse
- Petite-enfance
- Adolescents
- Plus de 45 ans

## LE RESEAU DE SANTE

- Prise en charge adaptée aux besoins Présentation : de la personne et coordonnée
- Priorités de santé publique

### Le réseau de santé

Périnatalité

Gérontologie

Les thématiques

Diabète, obésité

Facteurs de risque cardiovasculaire

### Le projet sportif de chacun

Il faut mettre à disposition du sportif l'ensemble des moyens qui lui permettront de réaliser les objectifs qu'il s'est fixé et non les objectifs que d'autres lui ont fixé Claude Fauquet :

Université d'été de santé publique ;

Besançon, 5 juillet 2007

## LE PROJET NAGEZ-FORME-SANTE FFN

Inscrire les activités de la natation dans des projets ayant un objectif de santé publique à partir des activités existantes, en apportant des modifications techniques et pédagogiques afin d'atteindre les objectifs de santé recherchés

La labellisation : certification de service rendu en terme de santé individuelle par les activités labellisée de la natation

### Les objectifs de santé et les activités adaptées :

- Prise en charge du rebond précoce d'adiposité : apprentissage de la nage et éducation alimentaire
- Prise en charge de la femme enceinte en surcharge pondérale ou obèse : multi-activités de la natation et intervention alimentaire
- Prise en charge du rééduqué fonctionnel après les soins de médecine physique et de réadaptation
- Prise en charge du sénior pour la conservation de son capital Physique : Cuisine diététique et renforcement musculaire en complément

## LES PROGRAMMES AVEC INTERVENTIONS DES APS DANS LE CHAMP DE LA SANTE

- Groupement Régional de Santé Publique (GRSP)
- Champ social
- Champ du handicap
- La politique de la Ville (ASV, CUCS)

**Comment pratiquer une activité physique pour sa santé**  
**Tout d'abord grâce à vous**