

# Guide

DES STRUCTURES  
LABELLISÉES





## > Sommaire

> Pourquoi prescrire de l'activité physique ? .....	04
> Prescri'mouv, de quoi parle t'on ? .....	05
Les patients concernés .....	05
L'accompagnement proposé .....	06
> Ma structure est labellisée, quels sont mes engagements ? .....	07
> Quels sont les intérêts pour ma structure ? .....	08
Des évolutions possibles après la labellisation .....	09
Financement/subvention des créneaux sport santé .....	09
> L'accueil des patients, comment ça fonctionne ? .....	10
Accueil des patients .....	10
Principaux tests réalisés dans le cadre du bilan Prescri'mouv' .....	11
> Vous souhaitez aller plus loin ? .....	12

## > Pourquoi prescrire de l'activité physique ?

De nombreuses expertises confirment que les bénéfices sur la santé de la pratique d'une activité physique, adaptée si nécessaire, l'emportent sans conteste sur les risques encourus, **quels que soient l'âge et l'état de santé des personnes.**

Avec le vieillissement de la population et l'allongement de l'espérance de vie, le nombre de personnes atteintes d'une ou de plusieurs maladies chroniques ne cesse de s'accroître. Un français sur quatre souffre d'une maladie chronique, et trois sur quatre après 65 ans. Être atteint d'une maladie chronique augmente les risques de complications, de situations de dépendance et de précarité sociale préjudiciable à la qualité de vie. La prévention de ces complications et de ces récurrences **est un enjeu majeur tant pour le bien-être des personnes que pour la pérennité de notre système de santé.**

Ces constats ont ainsi conduit à l'inscription

**de la "prescription" d'activité physique dans le Code de la santé publique.** La loi de modernisation du système de santé de 2016 stipule en effet que *"dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient"*. Son décret d'application du **30 décembre 2016** précise les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des personnes atteintes d'une affection de longue durée. **L'intervention en activité physique adaptée prend ainsi sa place dans le parcours de soin en tant qu'intervention non médicamenteuse, thérapeutique ou complémentaire des autres traitements.** Pourtant, elle reste encore très peu utilisée en France.

**Le dispositif Prescri'mouv est né pour faciliter cette nouvelle pratique professionnelle.**



## > Prescri'mouv, de quoi parle t'on ?

**Lancé par l'ARS Grand Est en octobre 2018** et en lien étroit avec les co-signataires du plan régional "Activités physiques et sportives aux fins de santé" 2018-2022, **Prescri'mouv est un dispositif de prescription d'activité physique. Il a pour ambition d'inclure l'activité physique dans le parcours de santé et dans le quotidien des personnes atteintes de pathologies chroniques,** de les accompagner vers une pratique autonome et pérenne et de mettre en place des collaborations entre tous les acteurs des secteurs sanitaire, social et médico-social, de l'activité physique et sportive.

Pour faciliter la reprise d'une activité physique et de favoriser sa pérennisation, Prescri'mouv vise à :

- Faciliter la prescription d'activité physique en mettant à disposition des médecins prescripteurs **un dispositif structurant et reposant sur un réseau de professionnels qualifiés** sur lequel il peut s'appuyer en toute confiance.
- **Proposer un accompagnement personnalisé,** adapté au profil et aux besoins de chaque personne.

### LES PATIENTS CONCERNÉS

Le dispositif s'adresse aux personnes adultes atteintes :

- D'une pathologie de la liste des ALD 30
- De troubles musculo-squelettiques (TMS)
- De troubles persistants suite à une COVID 19
- D'obésité (IMC > 30)

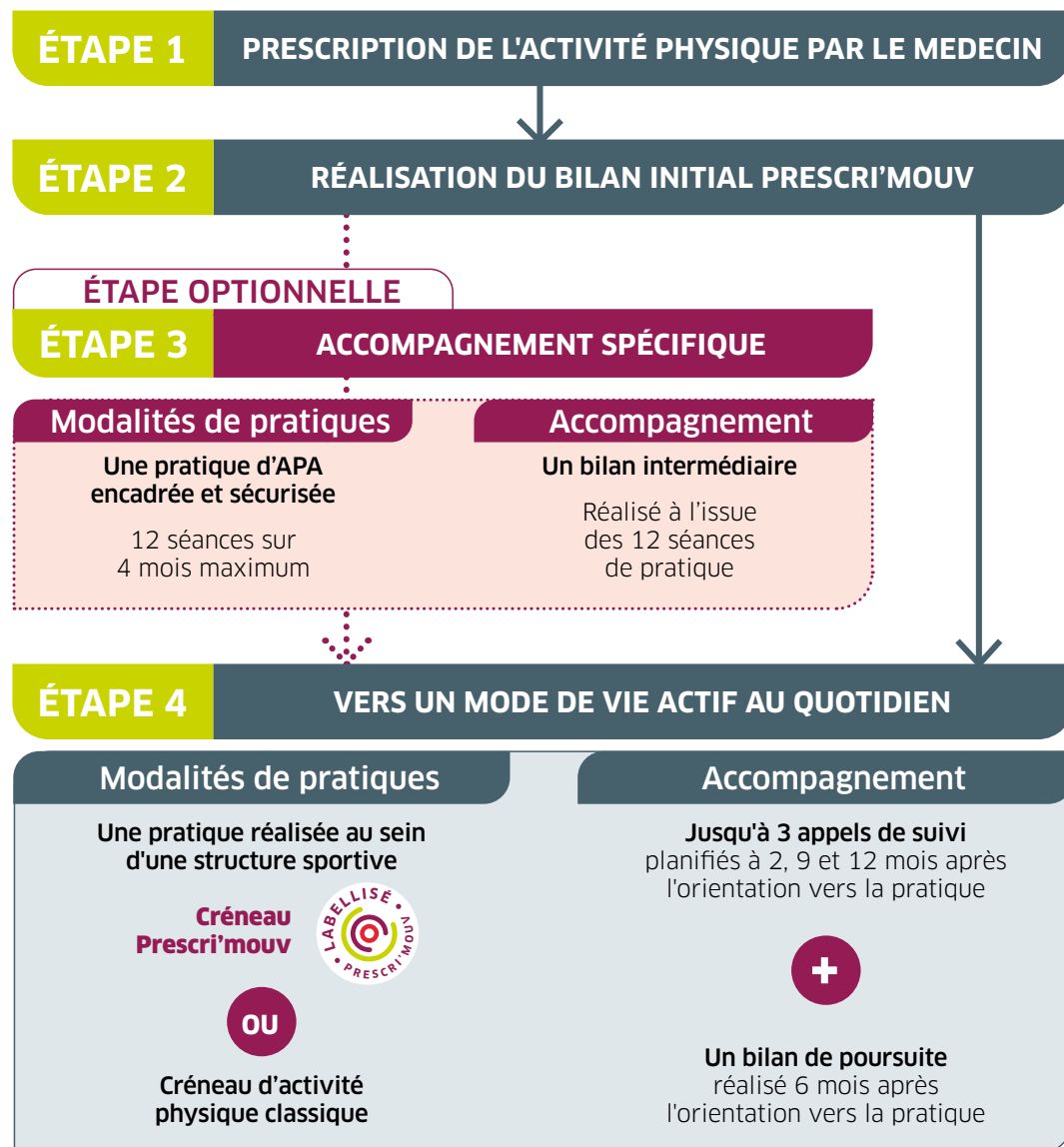
**Attention, le dispositif ne concerne pas les personnes souffrant de limitations fonctionnelles sévères.**





## > Ma structure est labellisée, quels sont mes engagements ?

### L'ACCOMPAGNEMENT PROPOSÉ



#### 1 ASSURER LE SUIVI DU PATIENT :

- Vérifier que le patient est bien inclus dans le dispositif Prescri'mouv
- Compléter la fiche de présence et remplir le carnet de suivi du patient (PASS) en cours et en fin d'activité (cf. page 10)

- La structure doit proposer des tarifs attractifs (tarifs dégressifs, séances découvertes) et/ou des facilités de paiement (en plusieurs fois, prise en charge partielle par des organismes complémentaires...)

#### 2 PROPOSER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE, ADAPTÉE, SÉCURISANTE ET PROGRESSIVE DITE "RASP" :

- Mettre en place des créneaux d'activité physique pour 15 personnes maximum
- Proposer à minima une séance d'activité physique par semaine (intégration des bénéficiaires tout au long de la saison sportive + proposition d'un tarif au prorata des mois restants)
- Être détenteur d'un défibrillateur identifié sur le site ou à proximité. (Facultatif pour les activités de pleine nature)
- Avoir un moyen de communication et une trousse de premiers secours accessible et régulièrement mise à jour
- Utiliser des locaux ou un site aménagé et aux normes de sécurité avec matériels adaptés au public et à l'activité proposée

#### 5 FOURNIR UNE ÉVALUATION DES ACTIONS MISES EN PLACE :

- Cette évaluation est remise à l'opérateur à minima une fois par an, en début d'année civile pour une évaluation de l'activité de l'année N-1.
- La structure labellisée doit s'engager à suivre les indicateurs suivants :
  - Nombre de personnes incluses dans chaque créneau
  - Nombre de personnes relevant du dispositif Prescri'mouv incluses dans chaque créneau
  - Nombre moyen de personnes par séance sur l'année sur chaque créneau
  - Nombre de personnes continuant l'activité au sein de la structure
  - Nombre de personnes ayant arrêté la pratique au sein de la structure en cours d'année
  - Nombre de personnes ayant rejoint une autre structure pour pratiquer une activité physique
  - Nombre d'accidents survenus pendant un créneau pratiqué.

#### 3 FAIRE INTERVENIR DES PROFESSIONNELS QUALIFIÉS :

Pour en savoir plus : consultez le référentiel complet de la labellisation Prescri'mouv sur le site internet du dispositif <https://www.prescri-mouv-grandest.fr>

#### 4 PROPOSER UNE OFFRE D'ACTIVITÉ PHYSIQUE À DES FINS DE SANTÉ IDENTIFIÉE ET ACCESSIBLE :

- La structure sportive concernée doit pouvoir présenter un projet identifié
- Le créneau doit faire l'objet d'une fiche descriptive renseignant l'activité proposée, ses caractéristiques, ses adaptations et son déroulement





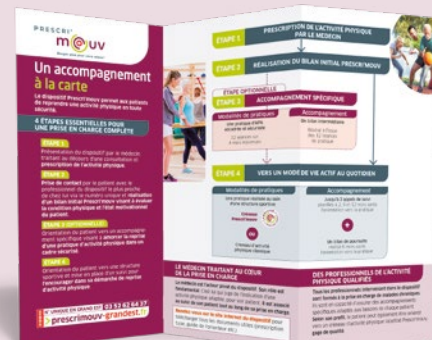
## > Quels sont les intérêts pour ma structure ?



- Une offre d'activité physique de qualité.
- Un accompagnement dans le domaine de l'activité physique à des fins de santé.
- Une valorisation et une plus grande visibilité de votre structure : recensement de votre ou vos offres d'activité physique sur [www.prescriouv-grandest.fr](http://www.prescriouv-grandest.fr).
- Des outils pour partager avec les autres structures labellisées, améliorer sa pratique professionnelle, maintenir ses compétences.
- De potentielles aides financières et/ou un accompagnement pour la recherche de financements : diffusion d'informations relatives aux appels à projets institutionnels en cours, possible soutien financier (directement pour la structure ou pour le patient orienté vers une de ses offres d'activité physique et selon les spécificités territoriales).
- La mise à disposition de supports de communication pour promouvoir le dispositif.

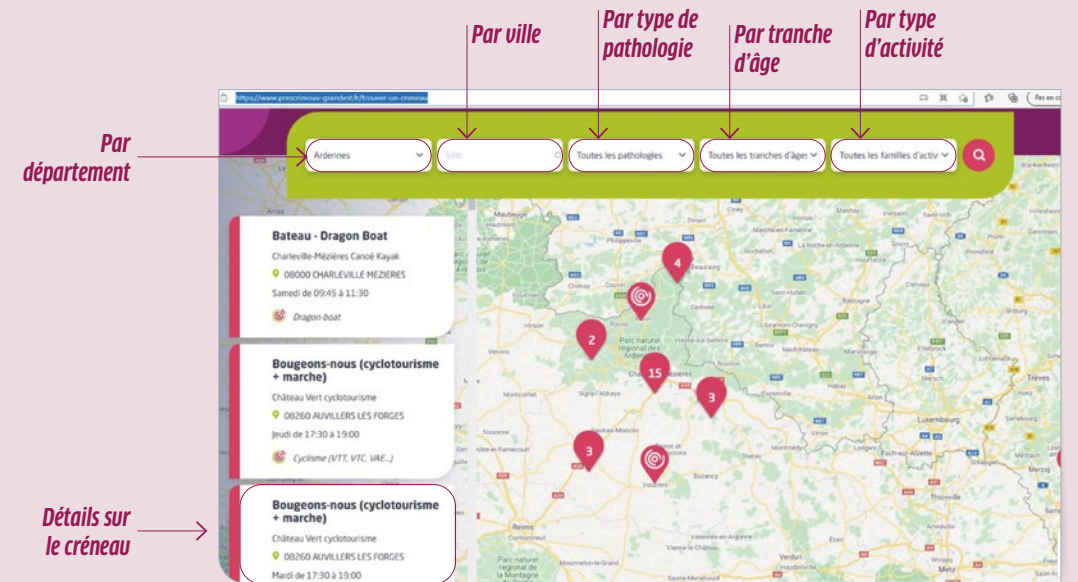
### → VOTRE OPÉRATEUR DE SECTEUR POURRA VOUS REMETTRE :

- Des **fiches synthèse pour chaque pathologie** afin de vous aider à adapter la pratique aux spécificités de chaque patient
- Des **affiches** pour promouvoir votre offre labellisée
- Des **flyers** pour promouvoir le dispositif



## PROMOTION DES CRÉNEAUX D'ACTIVITÉ PHYSIQUE LABELLISÉS

- Chaque créneau d'activité physique labellisé est recensé sur le **site Internet de Prescri'mouv**.
- Chaque opérateur fera la promotion des créneaux labellisés lors des événements organisés sur son territoire.
- Vous pouvez également utiliser **les supports de communication à votre disposition pour valoriser vos créneaux** sur votre secteur ou en créer des nouveaux en fonction de vos besoins.



## DES ÉVOLUTIONS POSSIBLES APRÈS LA LABELLISATION :

Une fois la labellisation obtenue, la structure peut :

- **Proposer un nouveau créneau :**

pour proposer un nouveau créneau, rendez-vous sur le site Internet : <https://www.prescriouv-grandest.fr/soumettre-un-creneau>, recherchez votre structure et saisissez votre nouveau créneau.



- **Modifier un créneau, une information :**

toute modification après la labellisation devra faire l'objet d'une mise à jour de votre dossier. L'opérateur pourra suspendre le créneau à tout moment si une des conditions n'est plus respectée.



→ Contactez votre opérateur pour tout changement dans les plus brefs délais.

## FINANCEMENT/SUBVENTION DES CRÉNEAUX

Le dispositif ne prévoit pas la prise en charge financière des créneaux labellisés Prescri'mouv. Il s'agit donc d'un reste à charge pour le patient. Toutefois, des initiatives locales offrent la possibilité de prise en charge totale ou partielle du coût de l'activité.

Renseignez-vous auprès de votre opérateur de secteur afin d'être en mesure de renseigner au mieux les patients qui se présenteront à vous.

# > L'accueil des patients, comment ça fonctionne ?

## ACCUEIL DES PATIENTS

Le label Prescri'mouv va permettre à l'opérateur de secteur de vous adresser **des patients ayant réalisé au préalable un bilan initial Prescri'mouv et éventuellement des séances d'activités physiques renforcées dans le cadre d'un accompagnement spécifique.**

**REMARQUE :** la structure labellisée peut proposer des créneaux mixtes, c'est-à-dire regroupant des bénéficiaires du dispositif Prescri'mouv et des bénéficiaires hors Prescri'mouv. Ces séances sont toutefois limitées à 15 personnes.

**Chaque patient se verra remettre un Pass'** lors du bilan initial Prescri'mouv qui vous permettra de prendre connaissance des résultats des tests et du bilan réalisé en amont et ainsi adapter au mieux la pratique proposée au patient.

**Vous pourrez compléter ce Pass' au fil des séances.**



Le "Pass' Parcours d'activités sport-santé" qui accompagne le bénéficiaire du dispositif Prescri'mouv tout au long de son suivi et qui permet de faire le lien avec les différents professionnels.

POUR EN SAVOIR PLUS :



## PRINCIPAUX TESTS RÉALISÉS DANS LE CADRE DU BILAN PRESCRI'MOUV



### TEST DE MARCHÉ DE 6 MINUTES

Il permet d'évaluer la capacité fonctionnelle et le périmètre de marche du patient.



### TEST DE 2 MINUTES MONTÉE DE GENOU

Il permet d'évaluer la capacité fonctionnelle du patient.



### TIMED UP AND GO

Il permet d'évaluer l'équilibre dynamique et la mobilité fonctionnelle du patient.



### TEST DE FLEXION DU TRONC

Il permet d'évaluer la souplesse du tronc et de la chaîne postérieure des membres inférieurs du patient.



### TEST DE FORCE DES MEMBRES INFÉRIEURS

Il permet de mesurer la force des membres inférieurs et la capacité des muscles à se contracter pour produire un mouvement.



### TEST DE FORCE DE PRÉHENSION

Il permet d'évaluer la force maximale de préhension du patient.



### TEST D'ÉQUILIBRE UNIPODAL STATIQUE

Il permet d'évaluer l'équilibre statique et détecter notamment le risque de chute du patient.



## > Vous souhaitez aller plus loin ?

Des bilans de la condition physique et de l'état motivationnel du patient ainsi que des séances d'activité physique adaptée peuvent être proposés à différents temps de l'accompagnement Prescri'mouv.

### → CES PRESTATIONS PEUVENT ÊTRE RÉALISÉES PAR :

- Des masseurs-kinésithérapeutes, ergothérapeutes et psychomotriciens
- Des enseignants en Activité Physique Adaptée - EAPA
- Des éducateurs sportif titulaires d'un diplôme d'état et ayant suivi une formation complémentaire délivrée par le CROS Grand Est

Dans le cadre de la réalisation de ses prestations, il vous sera également demandé d'être titulaire d'une formation PSC1 ou équivalent (à renouveler tous les 3 ans).

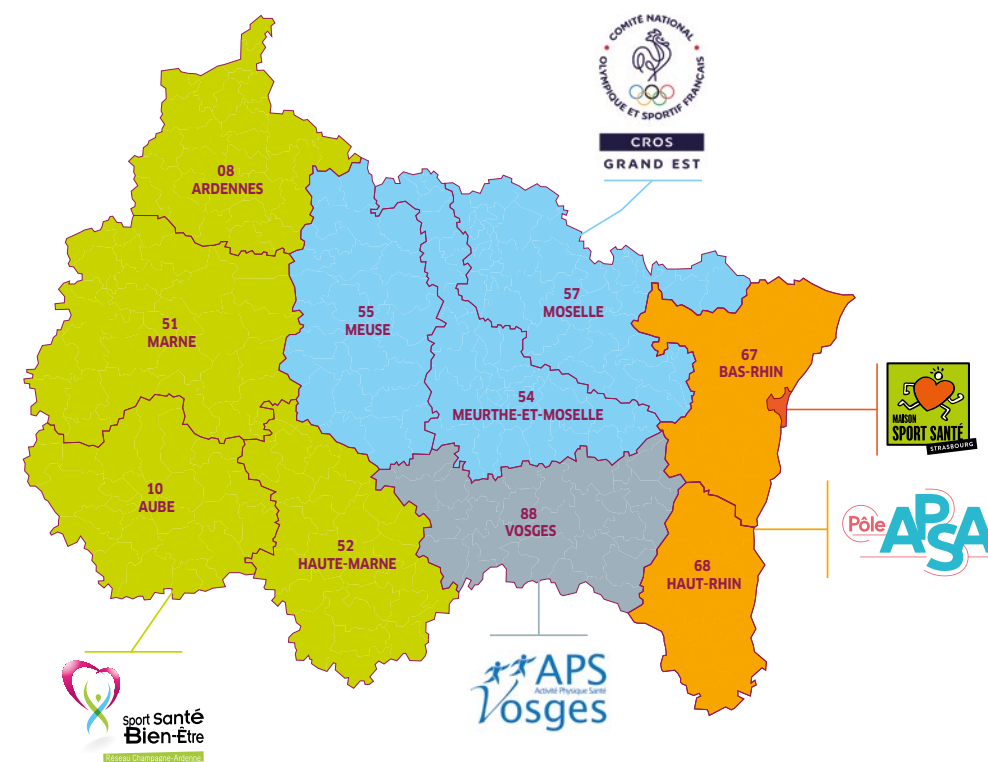
**REMARQUE :** chaque opérateur est libre d'accepter ou de refuser les sollicitations de professionnels souhaitant devenir professionnel ressource. Le refus peut être motivé par :

- Un maillage du territoire satisfaisant sur le secteur identifié au regard du volume d'activité généré par le dispositif
- L'absence d'une offre complète et solide sur le secteur identifié ne permettant pas la mise en œuvre effective du dispositif à l'instant T
- Un écart important entre le projet porté par le professionnel et le présent cahier des charges ou autres dispositifs/actions sport-santé pouvant être menées sur le secteur identifié

**Renseignez-vous auprès de votre opérateur de secteur pour en savoir plus !**



## CARTOGRAPHIE DES DIFFÉRENTS OPÉRATEURS PRESCRI'MOUV



COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS  
CROS GRAND EST  
**COMITÉ RÉGIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF GRAND EST**  
13 rue Jean MOULIN  
54510 TOMBLAINE  
www.lorraine.franceolympique.com

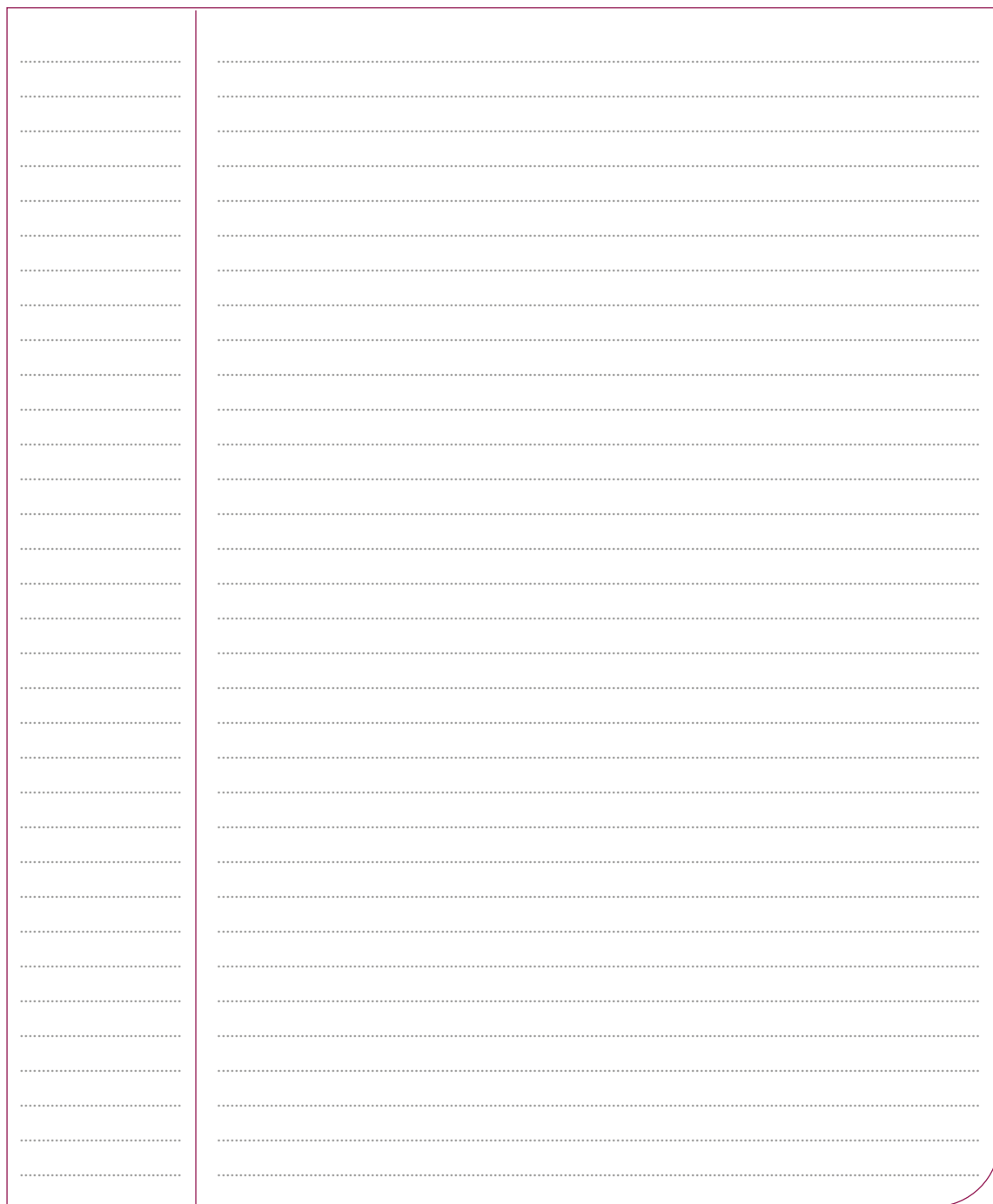
Sport Santé Bien-Être  
Réseau Champagne-Ardenne  
**RÉSEAU SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE CHAMPAGNE-ARDENNE**  
3, rue de l'Université  
51100 Reims  
www.rssbe.org

APS Vosges  
**APS VOSGES**  
7, rue Georges LANG  
88200 REMIREMONT  
apsvosges@sante-lorraine.fr

MAISON SPORT SANTÉ STRASBOURG  
**MAISON SPORT SANTÉ STRASBOURG**  
1, Parc de l'Étoile  
67076 Strasbourg Cedex  
www.maisonsportsantestrasbourg.fr

Pôle APSA  
**PÔLE APSA**  
Boulevard René LERICHE  
67076 STRASBOURG  
Sportsante.poleapsa@gmail.com

## > Notes personnelles



A page from a notebook with a vertical margin line on the left side. The rest of the page is ruled with horizontal dashed lines, providing space for personal notes.



**EN SAVOIR PLUS** N° UNIQUE EN GRAND EST **03 52 62 64 37**  
**> prescirmouv-grandest.fr**



Grand Est