



PLANETH Patient

Plateforme Normande
d'Éducation Thérapeutique

LA PLUS VALUE DE L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DANS L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



Morgane Le Quernec - Coordinatrice en ETP



IMPACT

De nombreuses études ont démontré l'efficacité de l'éducation thérapeutique sur la pratique et la pérennisation de l'AP :



Une méta-analyse Américaine à démontré une augmentation de **48 minutes** en plus par jour ou encore **945 pas** en plus

Sur **290** patients Havrais, **52%** des patients ayant suivi un parcours ETP/APA ont pérennisé une AP vs **31%** pour les parcours APA exclusif

FOCUS SUR QUELQUES ATELIERS

★ ***ATELIERS ACTIVITE PHYSIQUE***

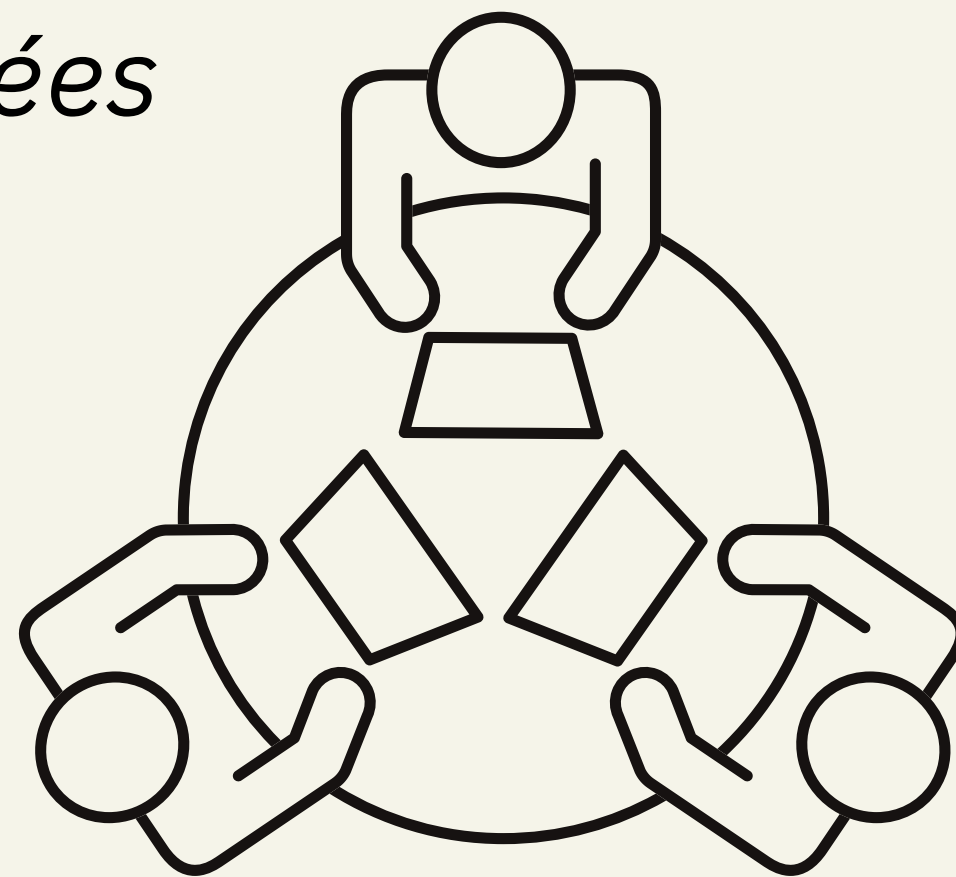
Kinés, Moniteurs
APA



*Déconstruire les idées
recues*



*Identification de leviers
entre pairs*



*Identification de facteurs
de motivation intrinsèque*

*Planification
personnalisée*



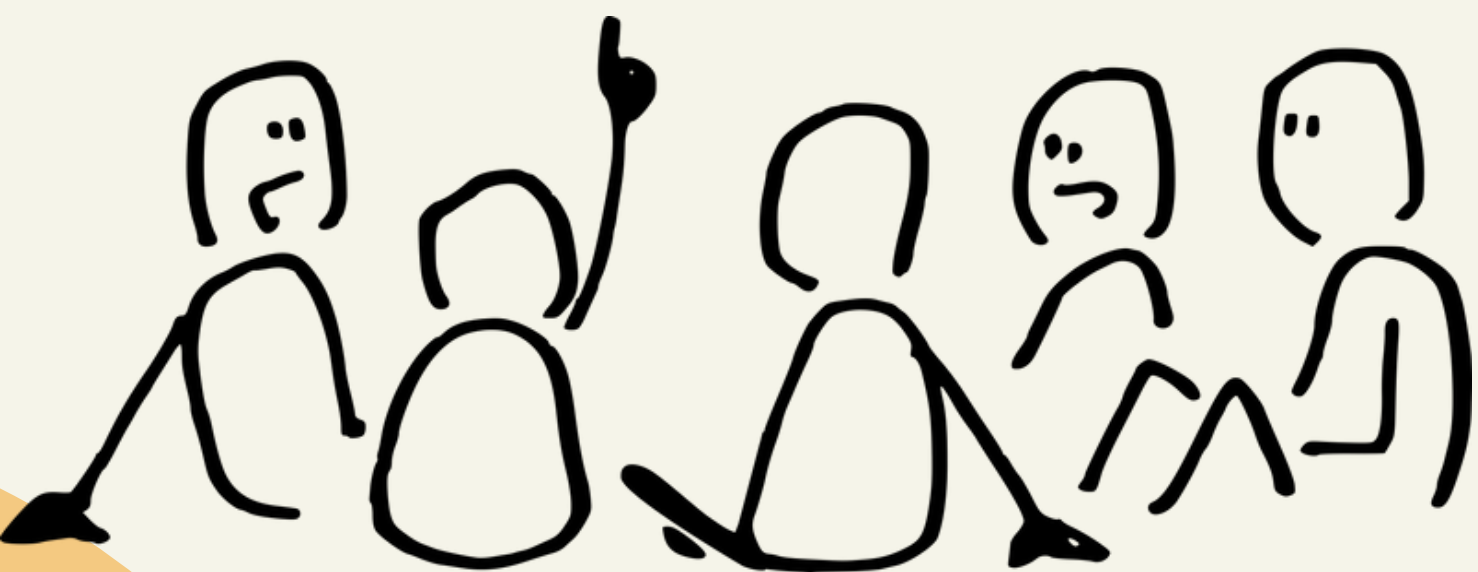
MODULE SUR LA MOTIVATION AU CHANGEMENT : 2 ATELIERS EN GROUPE FERMÉ



Psychologues
ou pros
formés à l'EM

*Evaluation de la
motivation*

*Identification de facteurs
de motivation intrinsèque*

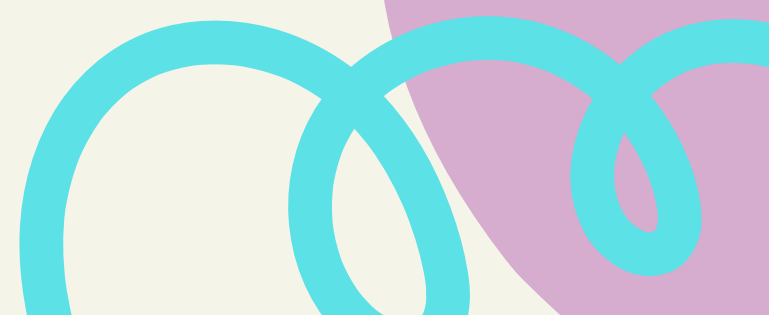
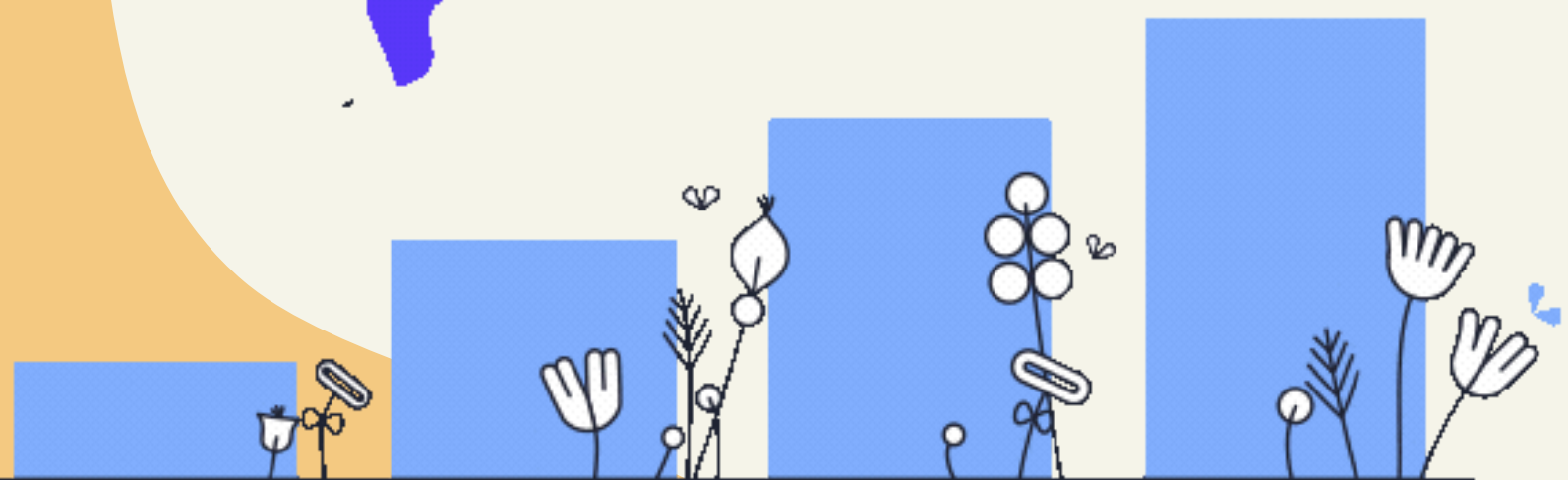
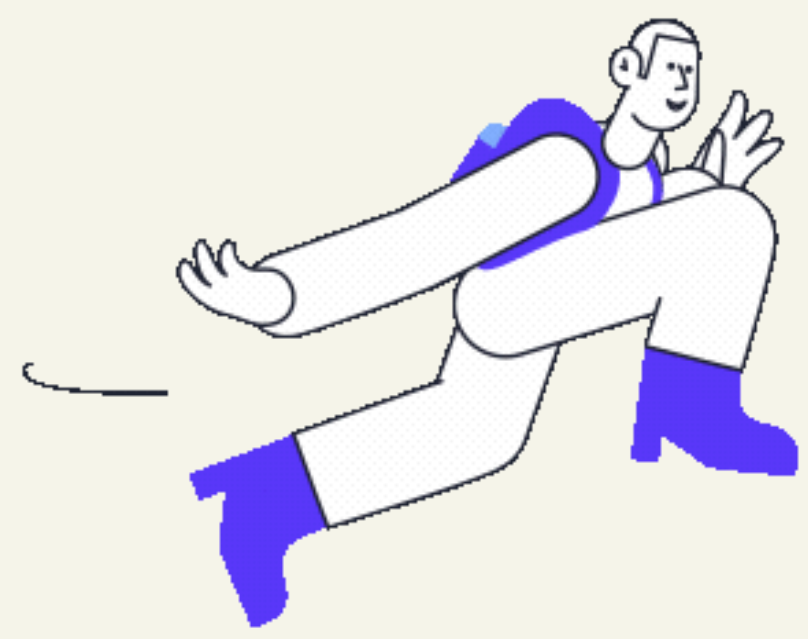


*Accompagnement autour
des notions de "faux-pas"*

*Base de l'entretien
motivationnel*

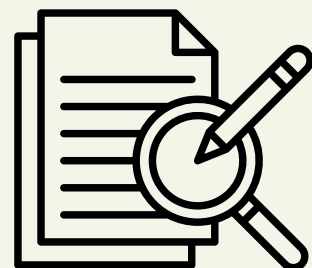


Mais aussi...



L'ETP AU HAVRE C'EST :

2025



Des outils
FALC



33 Ateliers sur
l'activité
physique
choisis par les
patients

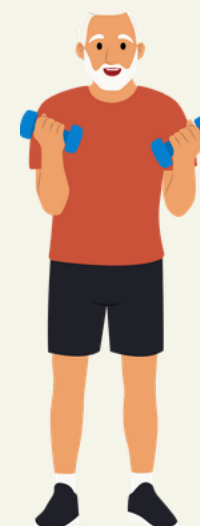
98 patients orientés
par des médecins et
internes pour un
parcours ETP/APA



7 moniteurs
d'activité
physique
adaptée



650
nouveaux
patients



2 kinés





ADRESSAGE



Via le site internet avec une page d'adressage



Nos locaux administratifs se situent au 164, rue Florimond Laurent - 76620 LE HAVRE - Bâtiment 8

PLANETH Patient : Maison Sport Santé

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE PAR LA MAISON SPORT SANTÉ



Antenne Le Havre



PLANETH Patient
Plateforme Normande
d'Éducation Thérapeutique



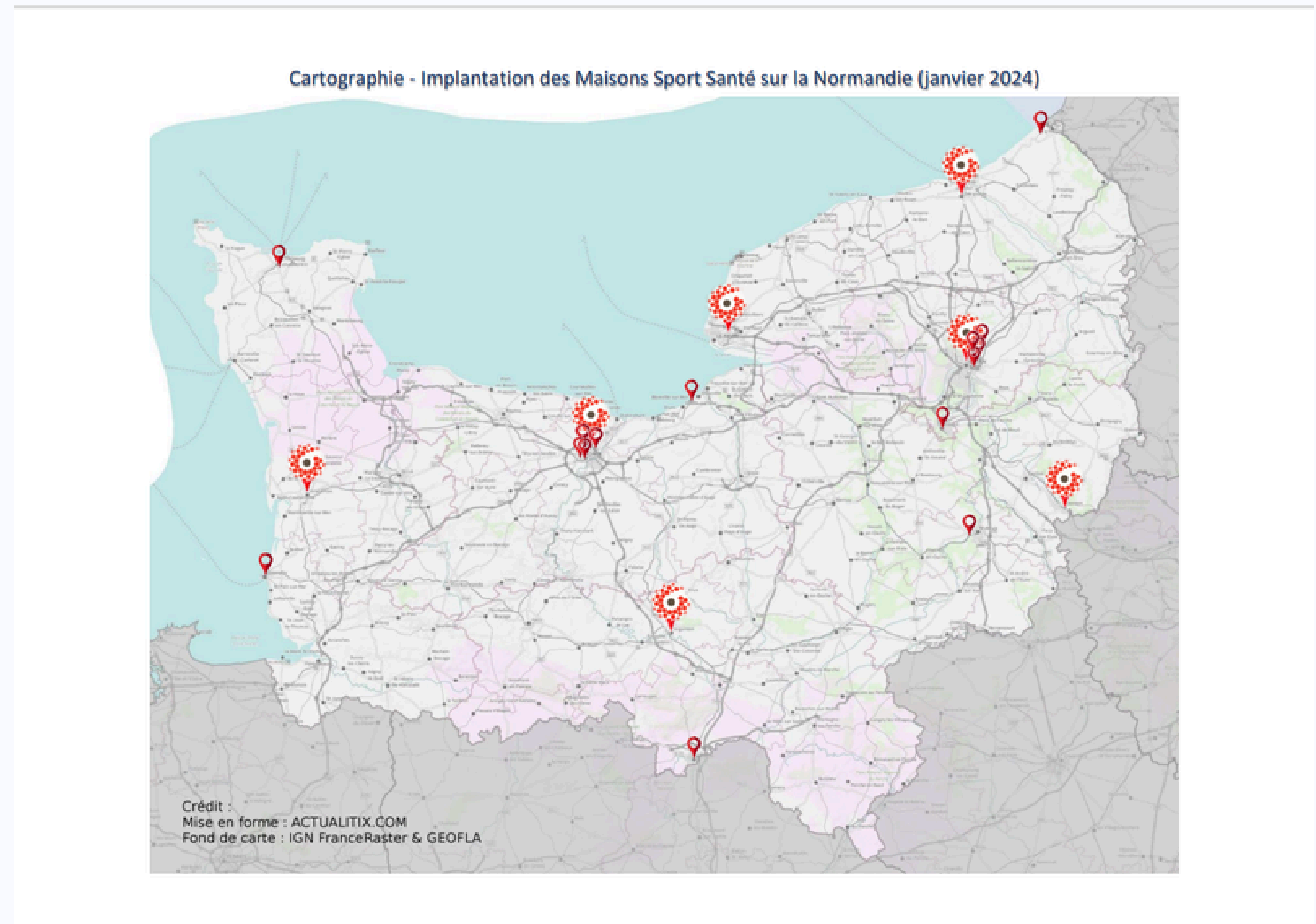


CADRE RÉGLEMENTAIRE

C'est quoi la MSS ?



OÙ TROUVER UNE MAISON SPORT SANTÉ ?



Chiffres nationaux :



1 adulte /2 n'atteint
pas les
recommandations
d'activité physique

20 millions de
personnes
vivent avec au
moins une
maladie
chronique

Depuis 2019, plus de
530 MSS ont
accueillies près de
900 000 personnes
souvent orientées
par leur médecin

Chiffres nationaux :

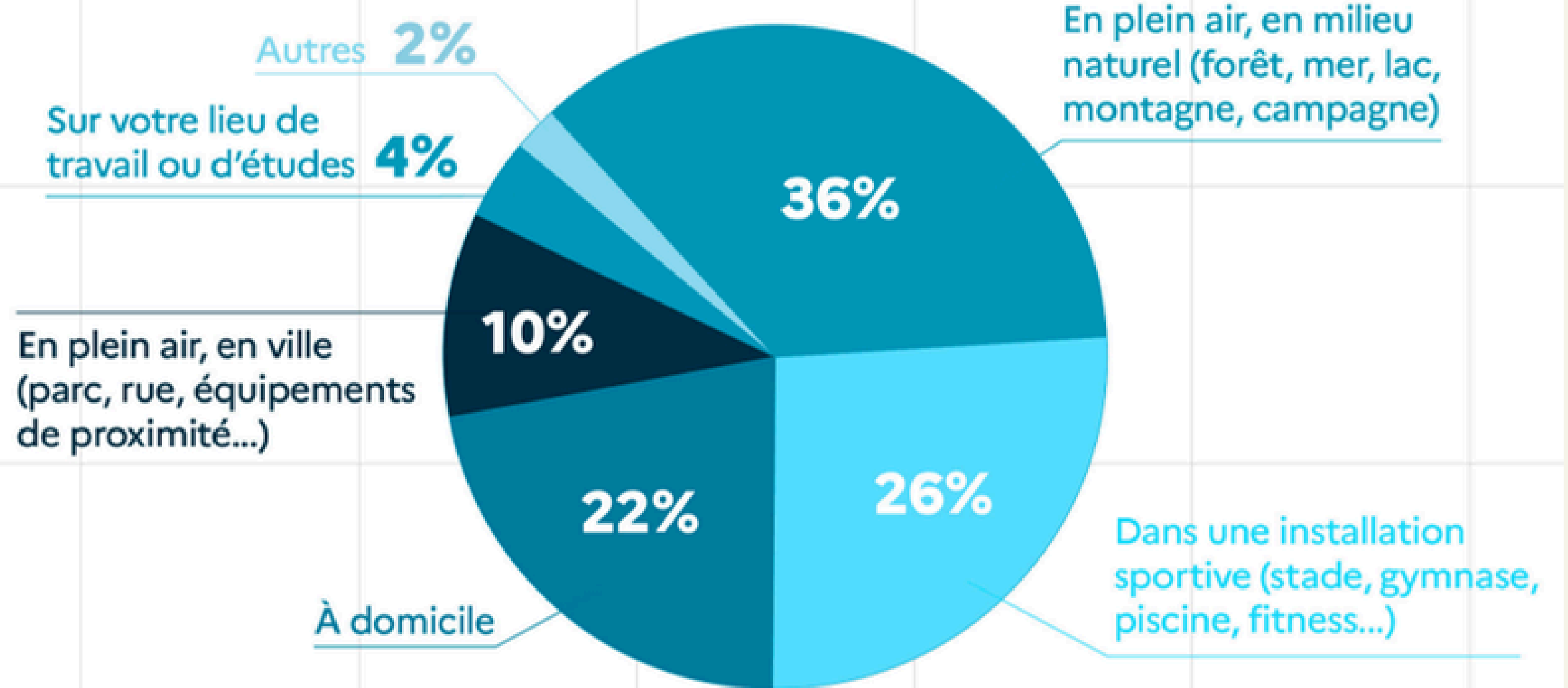
Disciplines les plus courantes :

49% en course et marche

26% en fitness & gym

21% en sports aquatiques et nautiques

OÙ LES FRANÇAIS FONT-ILS DU SPORT ?



Source : Baromètre national des pratiques sportives INJEP - 2025

Chiffres MSS - Antenne du Havre

Depuis 2023 :

8 demandes
pour de l'APA
pour des
enfants

155 bilans
initiaux en
2025

+de 50% ont le
droit à l'aide
financière

234 personnes accompagnées dans le cadre de la MSS

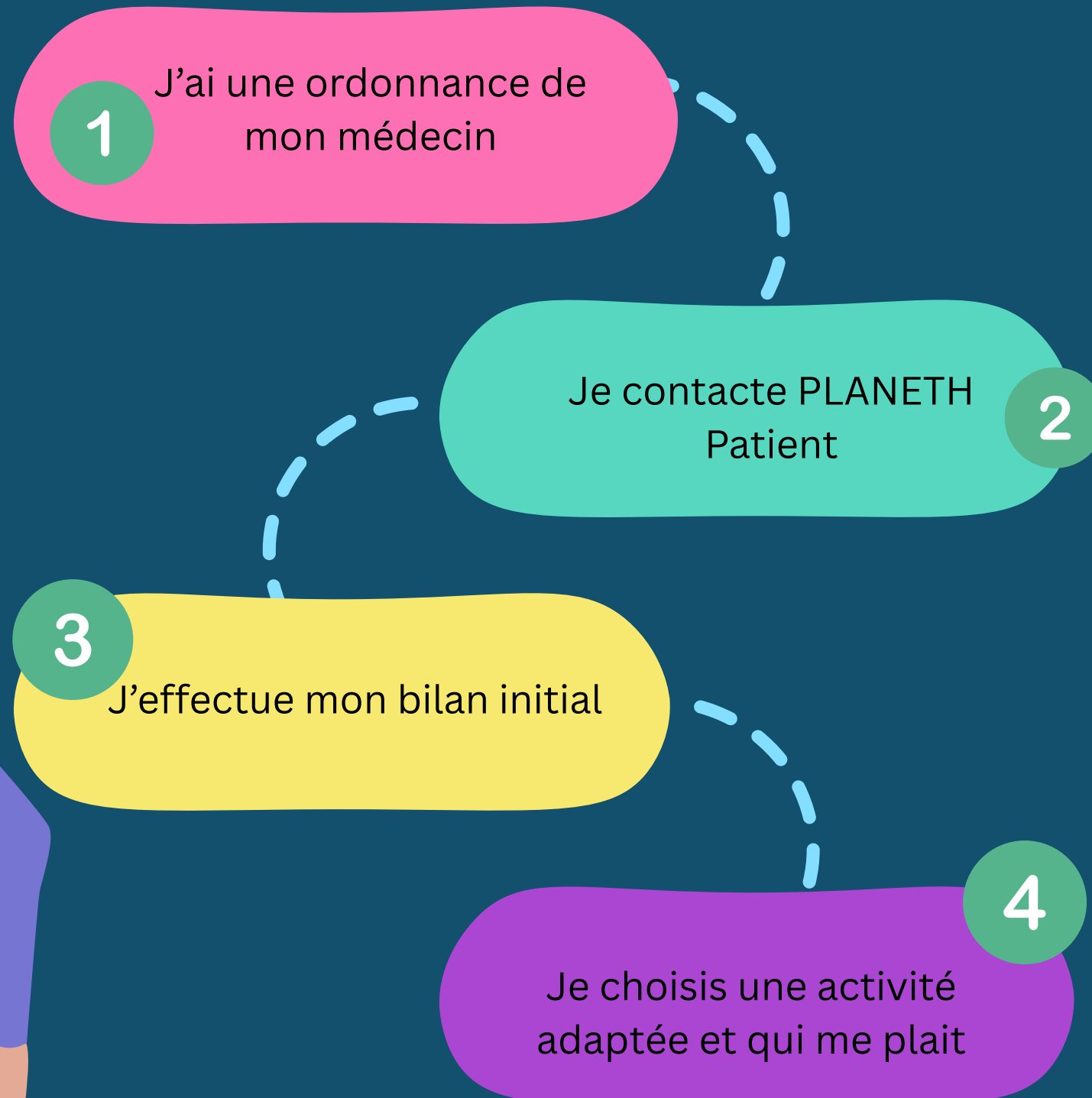
Ordonnance effectuée à 52% par des médecins généralistes

CONCRÉTEMENT ?

**COMMENT SE PASSE
UN
ACCOMPAGNEMENT
?**

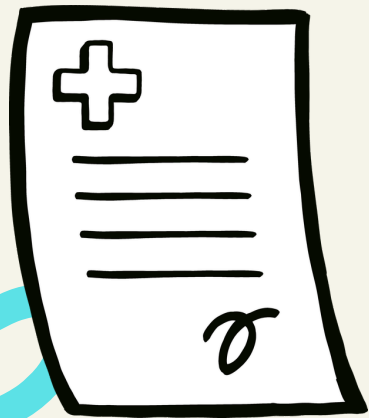


Pas de niveau sportif attendu
Sur simple prescription médicale
Un club ou association à - de 10kms de chez moi !



PARCOURS APA

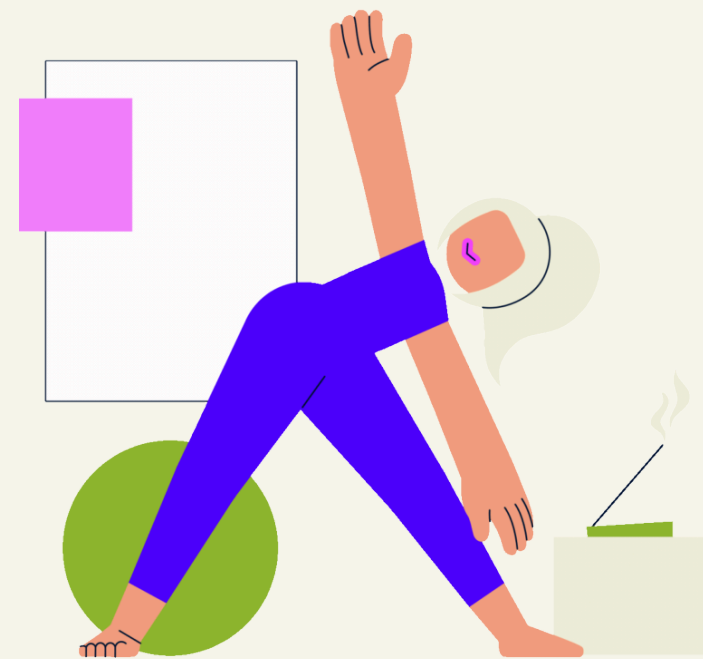
Ordonnance



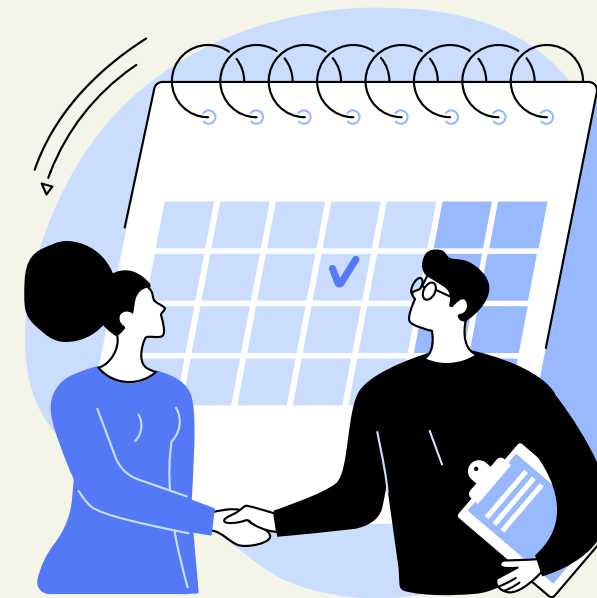
Relation
avec la MSS



Bilan initial



12 séances



Bilan final



Continuité

AIDES FINANCIÈRES - CONDITIONS



5 € par séance



SEINE-MARITIME
- LE DÉPARTEMENT -

Pass sport santé 76
Handi' pass' sport 76



ZOOM SUR LES CLUBS ET ASSOCIATIONS DU HAVRE



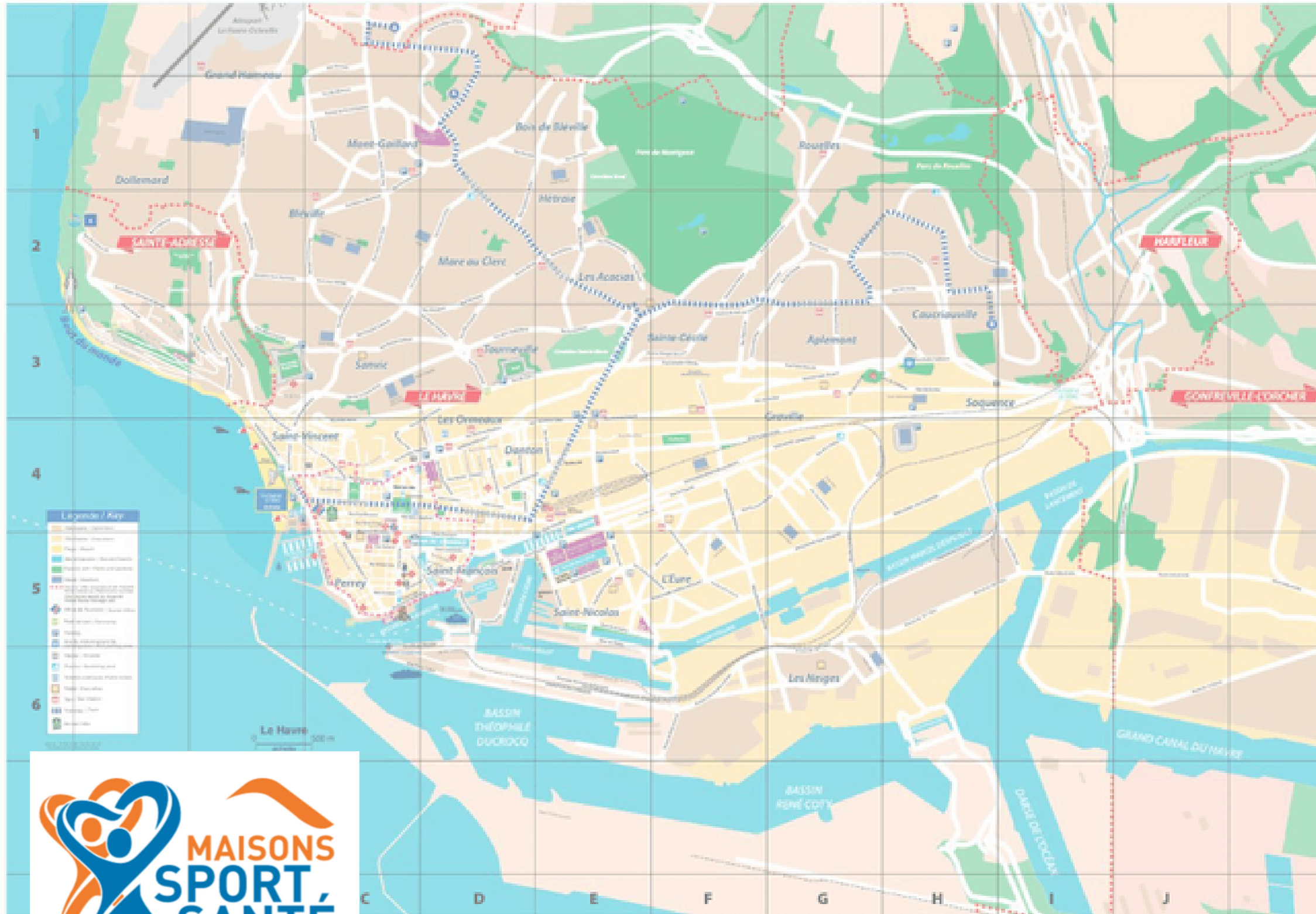
Territoire du Havre

32 clubs ou
associations sportives

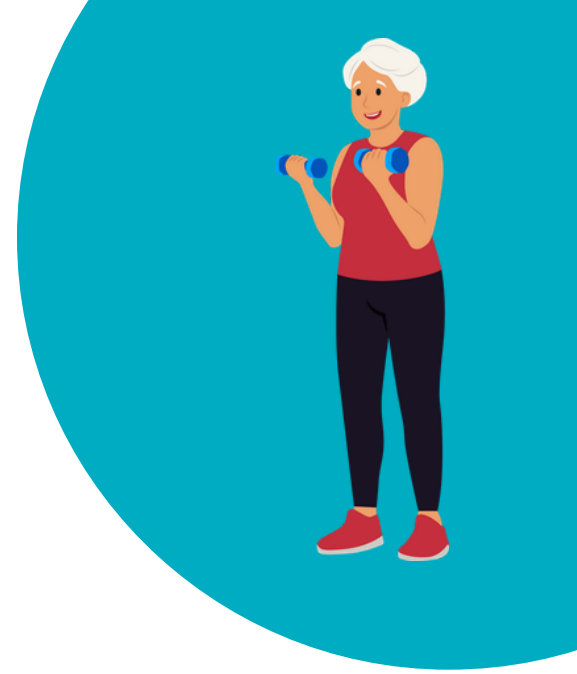
A domicile, structures
municipales, extérieur
etc.

En individuel ou
collectif

Des EAPA engagés



Gym adaptée / douce



Aud'World
Fitness

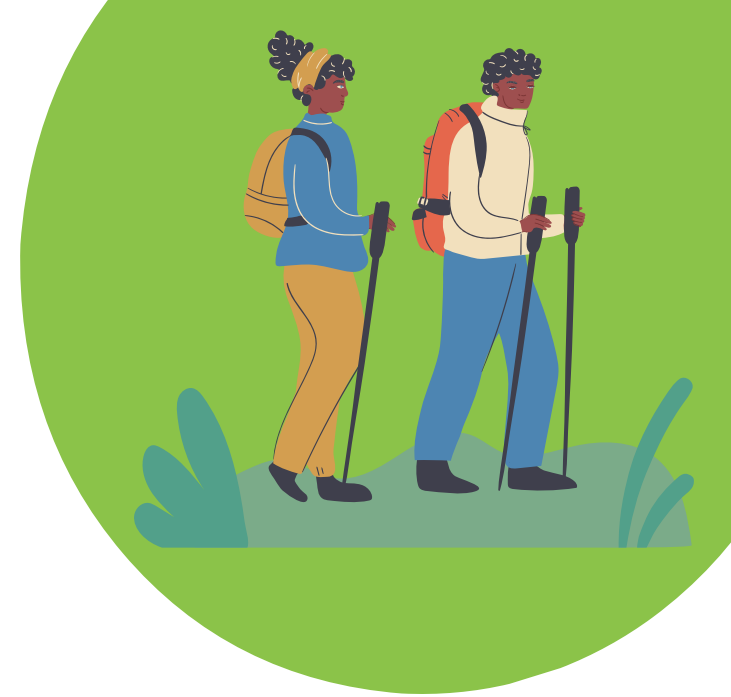


Club Omnisports des Retraités Sportifs

Marche adaptée / nordique



Actif Sport Santé
Tiphaine AUVRAY



Renforcement musculaire / APA



Actif Sport Santé
Tiphaine AUVRAY

APA LH



Aud'World Fitness
Audrey FAVEROT



L'Atelier Fitness de Fanny



leHavre



Piscines / Aquagym / Aquadouce / Aquafitness



Yoga /Pilates



L'Atelier Fitness de Fanny

Actif Sport Santé
Tiphaine AUVRAY



Léa SIMERMANN

Karaté / Krav maga / Self défense



QI QONG / AIKIDO / TAÏSO

*Association
Coeur de Lumière*



L'Envol
Hélène RICHARDS



Judo

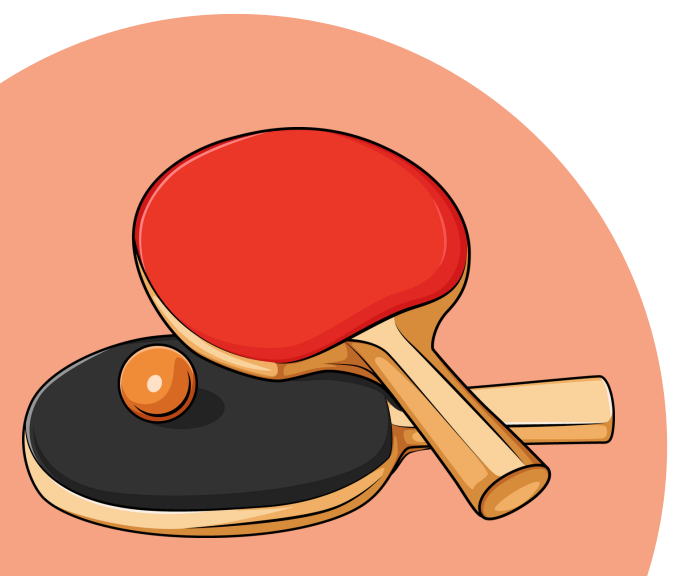
HAVRE ATHLETIC CLUB JUDO

Olivier TREDICI

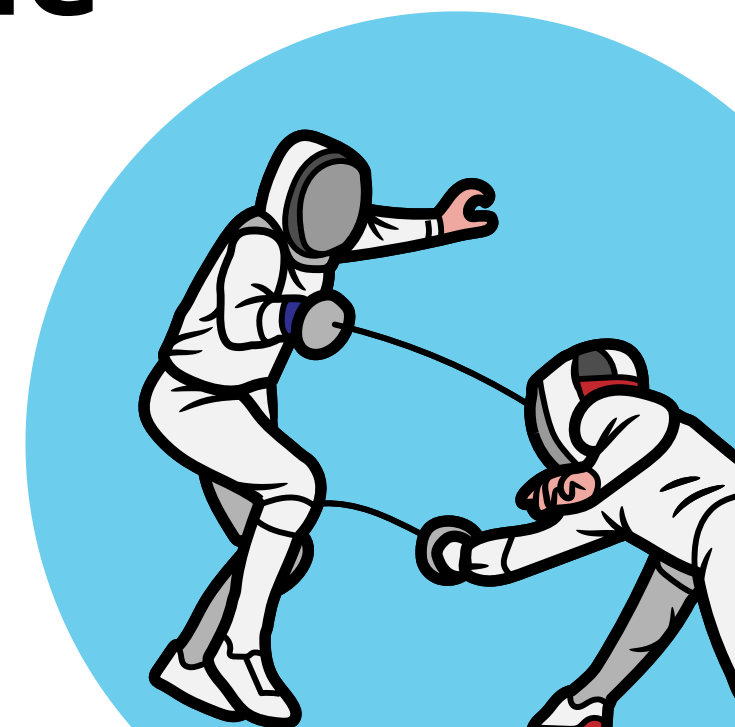
Escalade



Tennis de table



Escrime

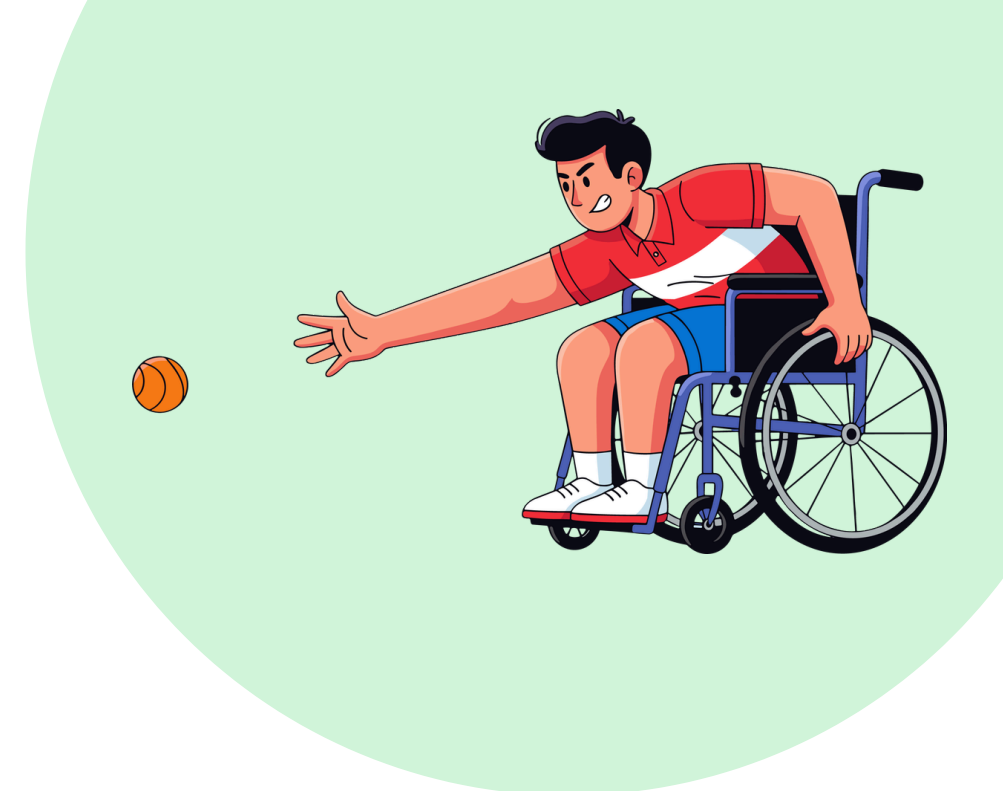




Handicap

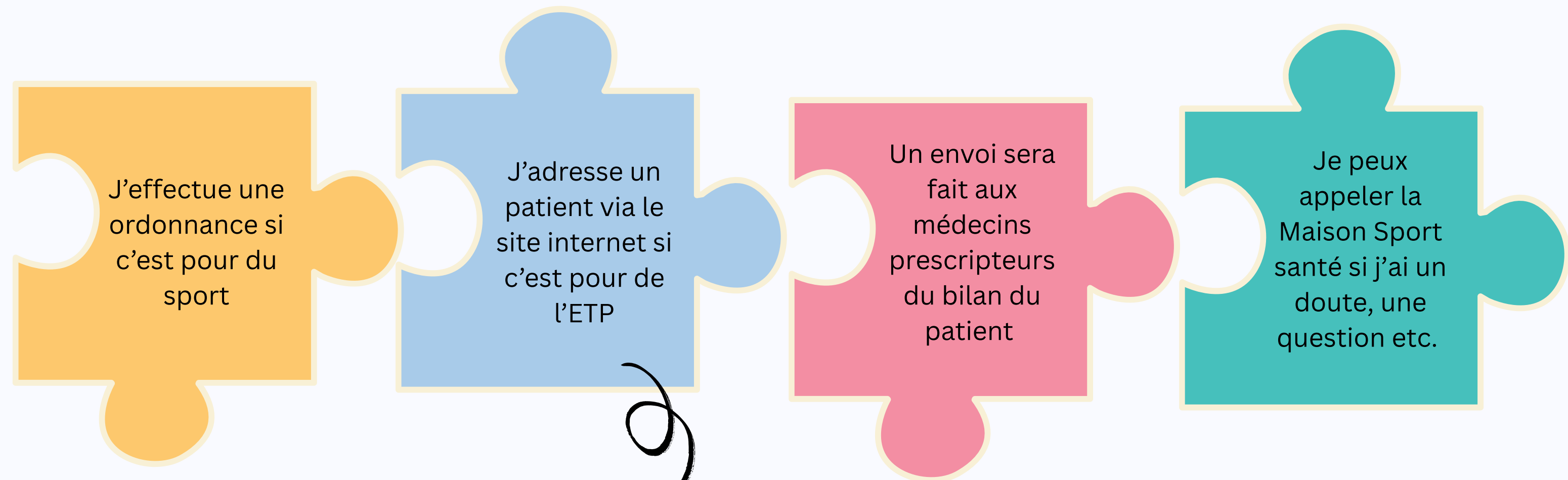
HAVRE ATHLETIC CLUB JUDO

Olivier TREDICI



Ecole du dos
Julia FAUVEL





Je suis professionnel, je souhaite adresser un patient (cliquez ici)