

ON Y VA!

ACTIVITÉ PHYSIQUE, MODE DE VIE ACTIF...
REJOIGNEZ LE MOUVEMENT !



Dossier de presse

Nantes, le 19 mai 2021

ON Y VA!

Dispositif régional pour faciliter la prescription et la pratique d'activité physique ou sportive adaptée en cas de maladie chronique

Contacts presse :

- ARS Pays de la Loire, service communication
Tél. 06 78 26 56 94
ars-pdl-communication@ars.sante.fr
- DRAJES des Pays de la Loire, pôle sport et activités physiques
Tél : 02 40 12 87 64 / 06 75 29 70 36
ce.pole-sports-drajes@ac-nantes.fr

UN PROJET PORTÉ PAR :



AVEC LE CONCOURS DE :

- la Structure Régionale d'Appui et d'Expertise (SRAE) Nutrition des Pays de la Loire,
- le Centre de Ressources, d'Expertise et de Performance Sportives (CREPS) des Pays de la Loire,
- le Comité Régional Olympique et Sportif des Pays de la Loire (CROS),
- les Unités de Formation et de Recherche des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (UFR STAPS) des Pays de la Loire,
- la Région Pays de la Loire.

ON Y VA.

Depuis plusieurs années, l'agence régionale de santé (ARS) et la Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) des Pays de la Loire se sont engagées pour promouvoir l'activité physique auprès des ligériens. La situation sanitaire actuelle, nous rappelle chaque jour le besoin d'une pratique d'activité physique ou sportive régulière pour toutes et tous.

La promotion de l'activité physique régulière est un enjeu de santé publique essentiel, d'autant plus pour les personnes vivant avec une maladie chronique. La Stratégie Nationale Sport-Santé 2019-2024 souligne cet objectif. Dès 2019, l'ARS et la DRAJES ont affirmé leur engagement sur cet axe en réunissant de nombreux acteurs afin de construire un dispositif régional.

C'est ainsi, l'ARS et la DRAJES des Pays de la Loire portent conjointement le dispositif **ON Y VA**, piloté par la SRAE Nutrition. Fort de ses partenaires régionaux, du tissu associatif local, de l'engagement du monde sportif et des professionnels de la santé, pour promouvoir la pratique d'une activité physique adaptée auprès des ligériens vivant avec une maladie chronique, le dispositif **ON Y VA** sera un succès régional qui répondra aux ambitions régionales de l'ARS et la DRAJES des Pays de la Loire.

ON Y VA pour un mode vie actif, une pratique d'activité physique, rejoignez le mouvement.

Trois questions au Dr Pierre Caillault, équipe ON Y VA

1) Quels sont les objectifs du dispositif ON Y VA ?

ON Y VA c'est un double objectif. Premièrement, il s'agit de faciliter la pratique d'activité physique pour les personnes vivant avec une maladie chronique. Pour ces personnes, l'activité physique est un véritable traitement, nous devons mieux les accompagner. Le deuxième objectif est de favoriser la prescription d'activité physique par les médecins pour qu'ils impulsent ce parcours de soin.

2) En quoi ce dispositif vient répondre à un besoin sur la région ?

L'arrivée d'une maladie chronique entraîne un bouleversement des habitudes (travail, famille, confiance en soi, ...). Pour diverses raisons, il arrive souvent que l'activité physique soit diminuée dans les premiers temps de la maladie. La remise en mouvement est alors d'autant plus difficile, quand bien même l'activité physique est un véritable traitement pour ces personnes. Il faut donc les accompagner avec un cadre et des professionnels appropriés à leur situation. L'activité physique doit s'adapter à la personne, et non pas l'inverse.

Aussi, en Pays de la Loire, comme ailleurs en France, les médecins ne se sentent pas suffisamment formés et n'ont pas beaucoup de temps à consacrer à la prescription d'activité physique. **ON Y VA** leur permet de se former et de déléguer certains actes à des partenaires de confiance.

3) Si vous deviez décrire en trois mots ce dispositif ?

En 3 mots, je dirais :

Simple : en proposant des outils et un parcours clair, le dispositif est facilement utilisable par tous les médecins et tous les patients vivant avec une maladie chronique.

Egalitaire : **ON Y VA** garantie à chaque ligérien vivant avec une maladie chronique de pouvoir bénéficier d'un bilan personnalisé centré sur l'activité physique.

Collectif : **ON Y VA** s'appuie sur une dynamique régionale avec de nombreux partenaires de terrain pour qui l'intérêt des patients est au cœur de leurs préoccupations.

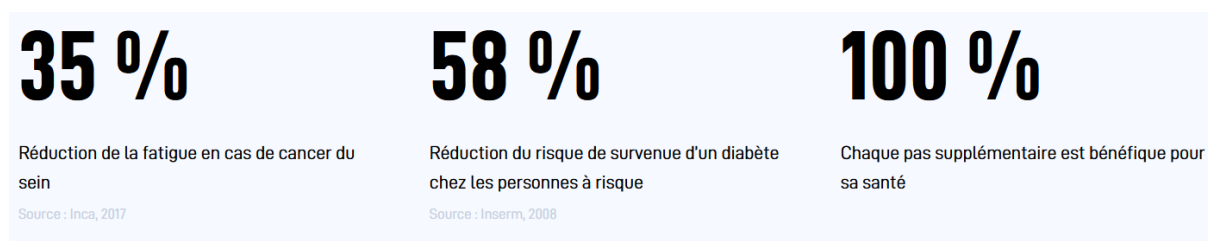
Être actif pour sa santé, ça marche !

Avec l'augmentation de l'espérance de vie, le nombre de personnes âgées atteintes par les pathologies chroniques ne cesse de progresser. **Actuellement, c'est un français sur quatre qui souffre d'une maladie chronique, trois sur quatre après 65 ans.**

Les maladies chroniques et leurs complications contribuent très fortement à l'état de dépendance ; la prévention de leurs complications et récidives est de ce fait un enjeu central pour le maintien de l'autonomie, notamment chez les personnes âgées.

Il n'y a plus aucun doute sur la nécessité de recommander une pratique régulière d'activité physique aux personnes atteintes d'une maladie chronique. ([Inserm](#), 2019)

Dans le contexte sanitaire actuel, ces patients sont d'ailleurs dits « prioritaires » pour continuer à accéder aux équipements sportifs permettant la poursuite d'une pratique encadrée.



Quel que soit son âge ou son état de santé, il n'est jamais trop tard pour augmenter son activité physique régulière et en tirer des bénéfices !

Il y a de nombreuses occasions pour pratiquer régulièrement une activité physique adaptée à sa santé : domicile, loisirs, travail, déplacements, activité sportive...



**« Je bouge différemment depuis ma maladie, c'est vrai.
Mais finalement, je bouge plus souvent et ça me fait du bien ! »**
(Dominique, 57 ans.)

ON Y VA en 3 étapes

ON Y VA propose un parcours d'accompagnement pour l'activité physique des patients, qui commence forcément chez leur médecin traitant ou spécialiste.

Suite à la prescription, le médecin va réaliser un bilan personnalisé, ou orienter son patient vers le numéro de la plateforme régionale : **02 40 09 75 36**.

Muni de sa prescription, celui-ci pourra bénéficier d'un bilan personnalisé réalisé par téléphone ou directement dans une Maison Sport-Santé de proximité.

Des activités à pratiquer au quotidien seront conseillées au patient, et en fonction de son état de santé et de ses envies, il pourra être mis en relation avec un encadrant de l'activité physique ou sportive adaptée.



Les Maisons Sport-Santé, des acteurs incontournables du parcours patient



Le dispositif **ON Y VA** s'appuie sur le réseau des Maisons Sport-Santé des Pays de la Loire. A ce jour, 12 Maisons Sport-Santé ont été reconnues par les ministères en charge de la santé et des sports. Leur chiffre pourrait augmenter en janvier 2022, suite à un nouvel appel à projet.

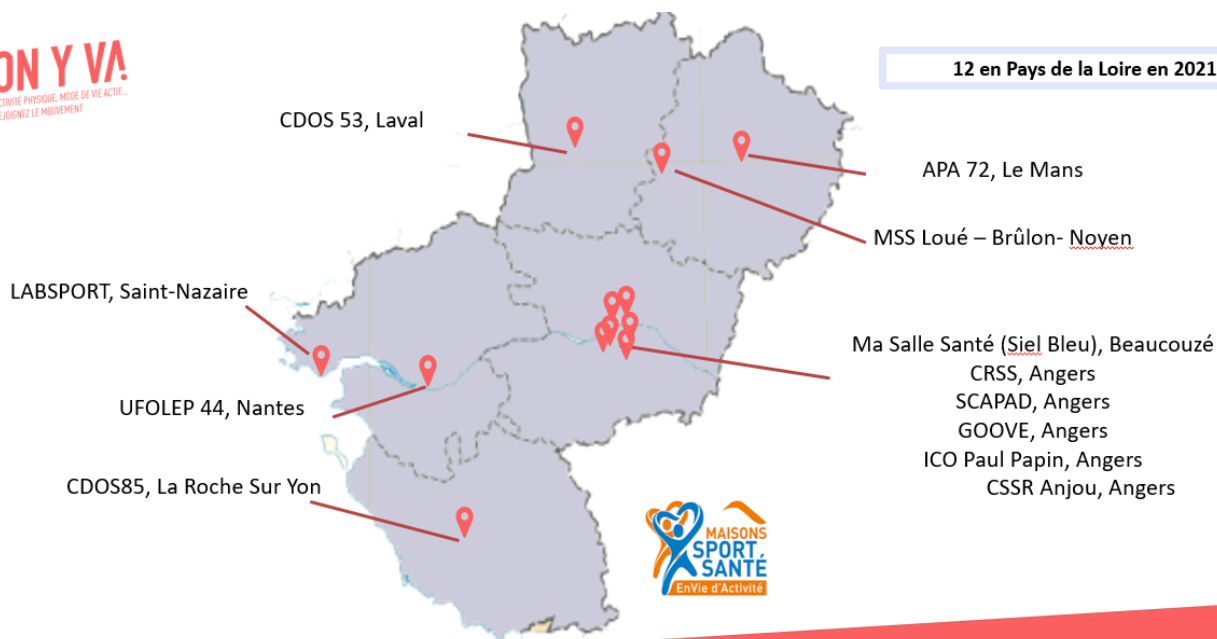
Elles sont ouvertes à tous et plus particulièrement aux :

- Personnes qui n'ont jamais pratiqué d'activité physique et sportive ou n'en ont pas fait depuis longtemps et veulent s'y remettre avec un accompagnement.
- Personnes vivant avec une maladie chronique nécessitant une activité physique adaptée sécurisée et encadrée par des personnels formés et prescrite par un médecin.

Elles ont 4 missions principales :

- Accueillir le public,
- Renseigner sur les offres de pratiques d'activités physiques ou sportives disponibles localement,
- Informer et conseiller sur les bienfaits de l'activité physique et sportive,
- Orienter vers des encadrants qualifiés et une activité physique ou sportive adaptée à leurs besoins.

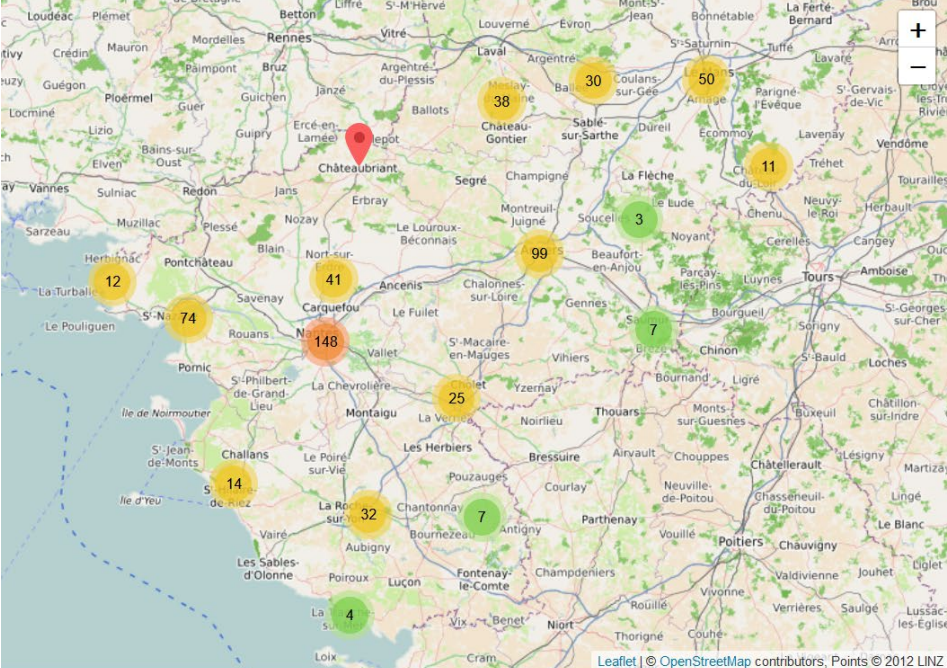
ON Y VA!
ACTIVITÉ PHYSIQUE. MODE DE VIE ACTIF...
REJOIGNEZ LE MOUVEMENT



Un référencement unique des offres d'activité physique adaptée

ON Y VA propose un moteur de recherche pour trouver une activité physique ou sportive la plus adaptée à chaque situation.

Les offres apparaissent sur une carte centrée autour du domicile de la personne.



The map displays the Mans region with various activity offers marked by numbered circles. A red pin indicates the user's location near Le Mans. The offers are:

- 30** (Yellow circle) near Le Mans
- 50** (Yellow circle) near Le Mans
- 38** (Yellow circle) near Le Mans
- 11** (Yellow circle) near Le Mans
- 12** (Yellow circle) near Le Mans
- 74** (Yellow circle) near Le Mans
- 41** (Yellow circle) near Le Mans
- 148** (Yellow circle) near Le Mans
- 25** (Yellow circle) near Le Mans
- 7** (Green circle) near Le Mans
- 14** (Yellow circle) near Le Mans
- 32** (Yellow circle) near Le Mans
- 7** (Green circle) near Le Mans
- 4** (Green circle) near Le Mans

Three activity offer cards are shown on the right side of the map:

- RUNNING POUR DÉBUTANT ET MALADES CHRONIQUES >**
Le Mans
LE MANS ATHLÉTISME 72 (Association sportive)
★★★★☆
En séances collectives
- MARCHE NORDIQUE >**
Le Mans
LE MANS ATHLÉTISME 72 (Association sportive)
★★★★☆
En séances collectives
- FITNESS/CARDIO >**
AIGREFEUILLE SUR MAINE

Les encadrants disposent d'un espace en ligne pour référencer directement leurs offres.

VOUS AVEZ UNE ACTIVITÉ À PROPOSER ?

[Créer votre compte](#)



onyva-paysdelaloire.fr



JE SUIS MÉDECIN

et je souhaite prescrire de l'activité physique



JE SUIS PATIENT

et je souhaite pratiquer une activité physique qui me convienne



JE SUIS ENCADRANT

dans le domaine du sport ou de la santé et je souhaite proposer mon activité



Un numéro régional unique pour bénéficier d'un bilan personnalisé par un enseignant en activité physique adaptée



Une cartographie en ligne des intervenants de l'activité physique ou sportive adaptée



Des outils et des supports dédiés pour les patients, les médecins et les encadrants.

