



Sport et Santé

DANS LES CLINIQUES
ET HÔPITAUX PRIVÉS
DE FRANCE



Les établissements de santé privés sont très investis dans la dimension Sport-Santé.

Suite à une sollicitation de la Fédération de l'Hospitalisation Privée, une soixantaine d'établissements nous ont fait parvenir leurs actions en la matière.

Cette matière importante d'informations a permis l'élaboration du présent document, qui répertorie les bonnes pratiques et les initiatives exemplaires mises en œuvre au sein des cliniques et hôpitaux privés.





Pourquoi la pratique d'une activité physique pour les patients ?

Ce que proposent les cliniques et hôpitaux privés à leurs patients

Les établissements (notamment en Soins de Suite et Réadaptation) proposent des séances d'Activité Physique Adaptée (APA), sous la responsabilité de moniteurs/professeurs d'éducation physique. Des ateliers dédiés à l'activité physique et sportive sont organisés dans le cadre des programmes d'éducation thérapeutique. La prise en charge est personnalisée et adaptée, après établissement d'un diagnostic global du patient.

Ces initiatives ont pour objectifs :

- de travailler sur la représentation que chacun a de l'activité physique, de réfléchir sur ses pratiques et sur la manière dont l'activité physique peut être mise au service de la guérison. Cette sensibilisation à l'importance de l'activité physique est souvent le préalable pour créer le bon « déclic » psychologique.
- de permettre au patient de pratiquer une activité physique adaptée en toute sécurité. Donner les bases d'une pratique pleinement sécurisée est important pour certaines pathologies, telles que l'insuffisance cardiaque par exemple.
- de rendre le patient acteur de sa prise en charge en activité physique au bénéfice de sa santé.
- d'introduire l'activité physique comme un moyen d'améliorer sa santé de manière globale.
- de favoriser le réentrainement et la réadaptation à l'effort physique.
- de suivre les patients dans leur progression, en réajustant régulièrement les besoins et les objectifs.
- et de construire le projet de retour à domicile, en définissant des objectifs, pour encourager une activité qui s'inscrit sur le long terme.

La pratique d'une activité physique comporte de nombreux bénéfices pour la santé



Diminution des
risques de maladies
chroniques



Réduction des effets
secondaires causés
par la maladie ou par
le traitement



Effets bénéfiques sur
la fatigue, la qualité
de vie, le moral des
patients



Maintien d'un lien
social et restauration
de l'estime de soi



Lutte contre la
récidive



« La pratique physique comporte de nombreux bénéfices pour la santé et notamment pour les patients atteints de cancers »

Mise en pratique

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET CANCER

La démarche « Activité physique et cancer » a été mise en place au sein d'un établissement de santé privé. Les patients atteints de cancers, qu'ils soient en cours de traitement ou ayant achevé leur traitement, bénéficient des bienfaits de la pratique d'une activité sportive en groupe.

Une vingtaine de séances sont proposées par patient, à raison de deux cours par semaine encadrés par une kinésithérapeute et une psychologue.

Le premier cours, encadré par la kinésithérapeute, consiste en la pratique sportive (vélo, tapis de marche...), un suivi personnel effectué pour chaque patient et un bilan dressé en fin de programme. Le deuxième cours consiste en une prise en charge par la kinésithérapeute et la psychologue : il est orienté vers des exercices de relaxation, d'assouplissement,

des étirements et un travail sur le schéma corporel et l'équilibre.

L'approche psychologique du programme est bénéfique pour les patients, leur permettant de retrouver une meilleure estime de soi, de leur procurer du bien-être et de travailler sur la confiance en soi.

Cette initiation permet aux patients de prendre conscience de leurs capacités et enclenche une dynamique de pratique sportive. Ils sont encouragés à continuer la pratique du sport après la fin du programme. En effet, une pratique physique régulière comporte de nombreux bénéfices pour la santé : lutte contre la fatigue, entretien cardio-vasculaire, limitation des risques de récurrence.



Et pour les salariés ?

Beaucoup d'établissements mettent en place des initiatives destinées à promouvoir et développer la pratique sportive pour leurs salariés. Cela peut s'inscrire dans le cadre d'une démarche RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises).

Quelles sont les initiatives citées ?

- Organisation d'activités sportives sur le lieu de travail : ateliers découverte, cours collectifs.
- Mise à disposition ou création de lieux dédiés à la pratique sportive et d'équipements sur le lieu de travail pour faciliter une pratique régulière. Ces lieux profitent aux patients comme aux personnels (salle de sport, plateau technique).
- Création d'une association sportive d'entreprise.
- Accès gratuit à une salle de sport extérieure.
- Venue au sein de l'établissement de coaches pour se préparer à des événements sportifs (marathon, courses diverses...)
- Organisation de tournois multiport entre les salariés des différentes entités d'un groupe.

À noter

Un établissement a fait un sondage auprès des professionnels, salariés et libéraux, de l'établissement pour connaître leurs pratiques sportives. Les raisons fréquemment pour justifier l'absence d'activité sportive étaient le coût et l'incompatibilité avec les horaires de travail.

Parmi les objectifs mentionnés :



Le bien-être
au travail



L'entretien de la
condition physique



L'amélioration du
bien-être psychique



Être à l'écoute
de soi



Favoriser la cohésion
des équipes



« Ce tournoi, composé de trois activités, a débuté par un briefing technique des équipes et distribution de dossards au nom de l'équipe »

Mise en pratique

TOURNOI MULTISPORTS

Une clinique privée a mis en place un tournoi multisports s'adressant à tous ses salariés.

Cette animation a été organisée par le comité « bien-être » de la clinique, groupe de travail agissant en faveur de l'amélioration de la qualité de vie au travail dans le cadre du développement durable, et s'est déroulé sur le site de l'établissement.

Une communication interne a permis de d'informer le personnel et de rassembler l'inscription des équipes de trois personnes (une par activité) désirant participer.

Ce tournoi, composé de trois activités (pétanque, tennis de table et badminton) a débuté par un briefing technique des

équipes et distribution de dossards au nom de l'équipe.

Les activités se sont ensuite déroulées par matchs successifs, supervisées et arbitrées par les membres du comité « bien-être ».

A l'issue du tournoi, le comptage des points a permis de classer les trois premières équipes, qui ont gagné des billets d'entrée à diverses manifestations sportives ou des bons d'achat en magasins de sport.

Cette remise de prix s'est déroulée autour d'un pot de l'amitié, agrémenté de boissons diététiques et petits fours, qui a ensuite fait l'objet d'un article dans la lettre d'information interne de l'établissement.



Le sport et la santé pour créer l'événement

Les établissements de santé participent à des événements sportifs, à des compétitions locales. Ils créent aussi leurs propres événements sportifs et organisent des compétitions en interne.

De tels événements offrent l'occasion de proposer aux patients des défis qui les valorisent et les mettent en confiance vis-à-vis de la pratique sportive.

Beaucoup d'établissements tirent profit d'un événement sportif - soit existant, soit dont ils sont à l'initiative - pour créer de belles opérations de communication.

Un événement sportif constitue une réelle opportunité pour faire de la prévention grâce à différents supports : flyers, livrets d'information, stand dédié, interventions de professionnels de santé pendant l'événement.

Les établissements peuvent accueillir à cette occasion des établissements scolaires et des associations de quartier pour leur proposer des activités sportives et faire passer des messages de prévention. Il s'agit de mesurer les connaissances sur les pathologies et de faire prendre conscience de l'importance de l'activité physique. Les activités

physiques proposées offrent une occasion privilégiée de faire de la prévention, de sensibiliser aux comportements à risque, et d'insuffler des habitudes de vie favorables à la santé.

Un événement sportif est aussi un outil de cohésion des personnels, et entre personnels et patients. Des activités sportives peuvent être proposées en duo aux salariés et aux patients. Des établissements organisent des journées de challenges sportifs associant les salariés, les patients, les anciens patients autour d'activités physiques adaptées au handicap/à la maladie.

Enfin, un événement sportif est aussi une manière d'illustrer l'engagement social et sociétal d'un établissement, en étant dédié par exemple à une cause associative (Téléthon)...

Partenariats

Les initiatives autour du sport sont souvent l'occasion pour les établissements de santé privés de développer des partenariats :

- avec des clubs sportifs extérieurs et avec le réseau associatif sport santé
- avec des fédérations et des associations du monde de la santé et du handicap



« La première journée a été réalisée avec l'impulsion, le concours et l'aide du comité handisport régional »

Mise en pratique

JOURNÉE ANNUELLE DE DÉCOUVERTE DES SPORTS DE PLEINE NATURE

Un établissement de soins de suite et de réadaptation organise chaque année une journée de présentation et d'essai gratuit de sports et activités sportives de plein air.

Cette journée ouverte à tous permet de faire rencontrer associations sportives et public, mais également de tester et apprécier toutes sortes de pratiques sportives.

Il s'agit d'une journée « passerelle » : passerelle entre les personnes handicapées et le sport, passerelle entre les personnes handicapées et leurs aidants ou leur famille et le sport, passerelle entre l'inactivité physique et la pratique d'un sport malgré le handicap.

La première journée a été réalisée avec l'impulsion, le concours et l'aide du comité handisport régional, et est depuis reproduite annuellement, de façon autonome, avec l'aide de bénévoles et la participation de clubs sportifs et du comité départemental local.

Quelques exemples de sports présentés lors de cette journée : sarbacane, pétanque, tir à l'arc, basket, handbike, escrime, tir à la carabine...

Les disciplines mentionnées

PAR LES CLINIQUES ET HÔPITAUX PRIVÉS



Course à pied, trail,
randonnée, marche, marche
nordique, endurance



Tennis, ping-
pong, badminton,
squash

Judo, tai-chi, self-
defense, qi-gong



Danse, zumba,
fitness, yoga,
sophrologie

Hase Bike
(vélo couché),
aquabike



Mais aussi...

Handball, voile, plongée, escalade, gymnastique, renforcement musculaire, pétanque, sarbacane, tir à l'arc, parcours sportifs...

En conclusion

La diversité des initiatives prises par les cliniques et hôpitaux privés, l'originalité de celles-ci, répondent à des attentes croissantes exprimées par les patients comme par les professionnels autour de la notion de bien-être.

Ce document témoigne donc pleinement de l'engagement déterminé des établissements de santé privés dans la dimension sport et santé.



Remerciements

Centre Européen de Rééducation du Sportif - SSR
RAMSAY GENERALE SANTE
Capbreton - Landes

Centre de rééducation fonctionnelle - SSR
Saint Vincent de Paul
Bourgoin-Jallieu - Isère

Clinique Les Tamarins - SSR
Groupe les Flamboyants
Le Port - La Réunion

Clinique de la Sauvegarde - MCO
Groupe Capiro
Lyon - Rhône

Clinique Chirurgicale du Pré - MCO
Le Mans - La Sarthe

PBRD - Polyclinique Bordeaux Rive Droite - MCO-SSR
Lormont - Gironde

Centre de rééducation Fonctionnelle - SSR
Navenne - Haute-Saône

Clinique de Choisy & Domaine de Choisy - MCO-SSR
Guadeloupe

Clinique du Château de Vernhes - SSR
Bondigoux - Haute-Garonne

Clinique et CRF Saint Vincent de Paul - MCO-SSR
Bourgoin-Jallieu - Isère

CIRAD - MCO
Blois - Loir-et-Cher

Clinique Avicenne - Colissée - SSR
Libourne - Gironde

Clinique du Souffle La Vallonie - MCO-SSR
Lodève - Hérault

CRF Les Feuillades - SSR
Aix-en-Provence - Bouches-du-Rhône

Nouvelle Clinique Bonnefon - MCO
Alès - Gard

Clinique Pasteur - MCO
Toulouse - Haute-Garonne

HPM Nord - MCO-SSR-PSY
Wasquehal - Nord

Clinique Arnault Tzanck Mougins - MCO-SSR
Mougins - Alpes-Maritimes

MEDIAZUR - PSY
La Bouilladisse - Bouches-du-Rhône

HPEL - L'Hôpital Privé de l'Est Lyonnais à St Priest - MCO-SSR
Saint-Priest - Rhône

HPVL – Polyclinique de Blois / Therae - Parcadix – MCO-SSR
La Chaussée St Victor - Loir-et-Cher

Clinique de Villeneuve d'Ascq - Nord-Pas de Calais/Picardie - SSR
Villeneuve d'Ascq - Nord

Korian Sully – SSR
Livry-Gargan - Seine-Saint-Denis

Institut Médical de Breteuil - SSR
Breteuil - Oise

Centre Mer Air Soleil - CLINEA 457 - SSR
Collioure – Pyrénées-Orientales

CLINALLIANCE Sport - SSR
Villiers-sur-Orge - Essonne

CRF Midi Gascogne - SSR
Beaumont de Lomagne - Tarn-et-Garonne

Centre MCO Côte d'Opale - Clinique des 2 Caps - MCO-SSR
Saint-Martin Boulogne - Pas-de-Calais

Hôpital Privé la Casamance - MCO-SSR
Aubagne - Bouches-du-Rhône

Groupe Médical des Dentellières - MCO-CANCEROLOGIE
Nouvelle Clinique des Dentellières
Valenciennes - Nord

Centre de Rééducation Fonctionnelle Spécialisé en Orthopédie
et Neurologie « l'Eau Vive » - SSR
Turriers – Alpes-de-Haute-Provence

Clinique Saint-Rémy - MCO-SSR
Saint-Rémy-Lès-Chevreuse - Yvelines

Clinique Villa Marie Louise - SSR
La Garenne-Colombes - Hauts-de-Seine

Hôpital Privé Arras les Bonnettes - Hôpital Privé Bois Bernard -
Clinique Saint-Amé - MCO
Arras – Pas-de-Calais

Clinique du Pays de Seine - PSY
Bois-le-Roi - Seine-et-Marne

Unité de Diététique - SSR
Pégomas - Alpes-Maritimes

Centre Bourgès - SSR
Castelnau le Lez - Hérault

Clinique St Joseph - MCO
Angers - Maine-et-Loire

Clinique Charcot - MCO
Sainte-Foy-lès-Lyon - Rhône

Ils peuvent vous aider !

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site www.fhp.fr



www.handisport.org



www.sielbleu.org

 **106 rue d'Amsterdam**
75009 Paris

 **01 53 83 56 56**

 **www.fhp.fr**

 **@La_FHP**

 **Fédération
de l' Hospitalisation
privée**

Contact : Béatrice Noëllec

Directrice

Tél. 01 53 83 56 51 - beatrice.noellec@fhp.fr

Relations institutionnelles
et veille sociétale



FHP

FÉDÉRATION DE
L'HOSPITALISATION
PRIVÉE

