



# FEHAP

Santé Social – Privé Solidaire  
Nouvelle-Aquitaine

## Sport-Santé en Nouvelle-Aquitaine Les adhérents en mouvement !



**Aperçu des actions menées en 2025**

## Le mouvement, moteur de santé et de solidarité

Les bienfaits du sport et de l'activité physique sur la santé physique et mentale sont aujourd'hui unanimement reconnus. Bouger, c'est préserver son corps, apaiser son esprit et renforcer le lien aux autres. Chaque mouvement compte : marcher, danser, pédaler, jardiner ou simplement jouer. L'activité physique améliore le sommeil, réduit le stress, renforce la confiance en soi et contribue au bien-être collectif.

La FEHAP a souhaité, en cette rentrée, mettre à l'honneur cette dynamique en organisant une semaine Sport-Santé du 11 au 19 septembre. Dans notre grande région Sud-Ouest, deux randonnées FEHAP ont été organisées avec succès, en Corrèze et en Lot-et-Garonne, comme en témoignent les images des pages suivantes.

Nous savons que, bien au-delà de ces événements, nombre d'équipes se mobilisent chaque jour pour favoriser la pratique d'activités physiques et sportives au sein de leurs établissements et services, pour et avec les personnes accompagnées, mais également à l'attention des professionnels qui les soutiennent au quotidien.

Aussi, nous souhaitons adresser à chacun nos remerciements pour votre engagement lors de cette semaine Sport-Santé et, plus largement, mettre en avant vos actions menées tout au long de l'année.

C'est dans cet esprit que nos chargés de mission ont réalisé ce magazine : un numéro non exhaustif mais porteur de sens, pour mettre à l'honneur les acteurs du sport et du mieux-être, et illustrer le dynamisme, la créativité et la solidarité de notre secteur associatif, toujours en mouvement. Et parce que cette énergie collective mérite d'être partagée, nous serions ravis d'y apporter d'autres témoignages dans les prochaines éditions, afin de valoriser encore davantage l'ensemble des initiatives des adhérents de la FEHAP.

Un Grand Merci à toutes et tous.



**Magali DEWERT**  
**Déléguée régionale**  
**FEHAP Nouvelle-Aquitaine**

## Hospitalisation à Domicile Vignes et Rivières de Libourne : l'activité physique adaptée entre en scène pour les enfants en HAD

Depuis le 25 août 2025, l'Hospitalisation à Domicile de Libourne (HADVR) a engagé une démarche innovante avec le lancement du projet « Activité physique adaptée en HAD pédiatrique », destiné aux enfants et adolescents atteints de pathologies chroniques. Convaincue que le soin ne se limite pas aux traitements médicamenteux, l'équipe a choisi d'intégrer l'APA comme un véritable soin à part entière, dès l'admission des jeunes patients et jusqu'au relais à la sortie de l'HAD.

Pour rendre cette pratique accessible à tous, un poste d'Enseignant en Activité Physique Adaptée (EAPA) coordonnateur a été créé. Positionné au cœur de l'organisation, cet EAPA travaille en binôme avec un pédiatre référent en sport-santé, assurant la cohérence des parcours, l'identification des enfants éligibles, la sensibilisation des familles et la mise en lien avec les acteurs du territoire.



L'ambition est claire : systématiser l'accès à l'APA, malgré les freins encore trop fréquents — manque de professionnels, inégalités territoriales, méconnaissance du dispositif ou contraintes financières. Pour y répondre, l'HADVR mise sur la coordination, la proximité et la création d'un véritable réseau sport-santé à domicile, réunissant familles, équipes soignantes, professionnels de l'activité physique adaptée et partenaires locaux.

Au domicile, les séances sont conçues comme des temps de soin actifs et positifs, favorisant non seulement la condition physique, mais aussi le moral, l'autonomie et le lien social, dans un moment de vie où la maladie tend souvent à isoler.

L'évaluation du dispositif permettra d'ajuster les organisations et de pérenniser cette dynamique territoriale, avec un objectif à terme : garantir une égalité d'accès à l'activité physique adaptée pour tous les enfants suivis en HAD, et en faire un pilier naturel du parcours de soins.

## Au Parc de santé Le Hillot, réadapter, rééduquer et redonner souffle à la vie

Au cœur de Pessac en Gironde, niché dans un espace arboré de 3 hectares, le Parc Santé Le Hillot est un établissement de référence en Soins Médicaux et de Réadaptation (SMR), spécialisé dans la prise en charge des pathologies respiratoires et cardiovasculaires.

Depuis 2017, il constitue l'un des deux pôles de réadaptation de la Fédération Girondine de Lutte contre les Maladies Respiratoires, association à but non lucratif centenaire, et accueille, en ambulatoire, une patientèle variée : personnes atteintes de BPCO, d'asthme, coronaropathie, insuffisance cardiaque, patients en pré ou post-opératoire en chirurgie cardiaque et thoracique, ainsi que des adultes – et bientôt des enfants – porteurs de cardiopathies congénitales.



L'activité du Hillot s'organise autour d'une équipe médicale pluridisciplinaire rassemblant pneumologues, cardiologues, cardiopédiatre-congénitaliste et médecin en Médecine Physique et Réadaptation (MPR) qui assure à chaque patient un parcours de rééducation-réadaptation sur mesure, fondé sur une évaluation à l'effort et un programme individualisé et holistique de réadaptation.

La réadaptation s'articule autour de trois piliers indissociables :

- l'Activité Physique Adaptée (APA), avec des ateliers individuels ou collectifs tels que la sarbacane, les olympiades, le basket, la gymnastique respiratoire, l'endurance ou le renforcement musculaire.
- l'Éducation thérapeutique du patient (ETP).
- l'Adaptation thérapeutique personnalisée.



Les séances combinent rééducation fonctionnelle, travail sur l'autonomie, accompagnement nutritionnel et soutien psychologique. Un suivi post-parcours est assuré durant six mois, par téléphone, par les équipes d'APA et de kinésithérapie, en lien avec les dispositifs Sport-Santé présents sur le territoire. Ce suivi a pour objectif de maintenir les acquis fonctionnels et encourager la continuité de l'activité physique après la prise en charge.

Installé dans un cadre éloigné du centre urbain, le site du Hillot propose une prise en charge cadrée, inscrite dans une logique de réadaptation ambulatoire structurée, s'appuyant sur les réseaux locaux de santé et les dynamiques Sport-Santé en Nouvelle-Aquitaine.



## Le sport au service de l'inclusion en Corrèze

Cette **3<sup>e</sup> édition de La Flamme du Cœur** a marqué les esprits par son dynamisme et son engagement. Elle a démontré que le sport peut être bien plus qu'une activité physique : il peut être un outil de citoyenneté, de solidarité et d'espoir.

En unissant patients, professionnels, associations et grand public, l'événement a consolidé son rôle de rendez-vous incontournable de l'inclusion en Corrèze, **Le Centre Hospitalier du Pays d'Eygurande y a activement participé !**

La Flamme du Cœur c'est trois jours de sport et d'inclusion au bord de la Corrèze : du 3 au 5 juin 2025, les berges de l'Auzelou à Tulle se sont transformées en un immense terrain de sport et de partage, avec un objectif clair : Faire du sport un outil d'inclusion et de lien social.

Pas moins de **50 ateliers sportifs** ont été installés, permettant à chacun de découvrir de nouvelles disciplines, souvent méconnues. L'événement visait en priorité les personnes éloignées de la pratique, qu'elles soient en situation de handicap, en difficulté psychique ou simplement isolées. « *Ici, tout le monde peut participer, sans jugement ni barrière. Le sport devient un langage universel* », souligne un éducateur du CDOS.

Au-delà des activités, le programme a été enrichi par une **conférence consacrée aux 20 ans de la loi du 11 février 2005 sur l'égalité des droits et des chances**, mettant en lumière la place du sport dans l'inclusion des personnes handicapées.

Le premier jour, à l'issue de la cérémonie d'ouverture, la **remise des trophées de l'inclusion** a salué l'engagement des associations et du CHPE, dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

**Pour les patients du CHPE, ces trois jours ont été l'occasion de reprendre confiance en eux et de découvrir de nouvelles pratiques.** Pour les soignants, ce fut une opportunité unique de voir les patients « autrement », hors du cadre médical. Et pour le public, une belle démonstration que le sport peut rassembler bien au-delà des différences.



### Une édition réussie :

Avec son esprit fédérateur et inclusif, La Flamme du Cœur a une nouvelle fois confirmé son rôle de **rendez-vous incontournable en Corrèze**. Un événement qui laisse derrière lui une empreinte durable et l'espoir de voir encore grandir cette belle initiative.

## À Faugeras, le kayak comme moteur d'épanouissement et de dépassement

Depuis plus de vingt ans, la Maison Perce-Neige de Faugeras en Corrèze hisse haut la pagaie. Pratiqué depuis 2003, le canoë-kayak s'est imposé comme l'une des activités phares, accompagnant de nombreux résidents dans leur parcours de vie.

### Des débuts loisirs aux podiums nationaux

Au départ, il ne s'agissait que d'une activité de loisir, pour profiter de la rivière et du grand air. Mais très vite, une envie commune est née : se confronter aux autres et mesurer ses progrès. Le tournant survient lors du premier Championnat de France de kayak sport adapté, organisé à Uzerche en Corrèze. Cette compétition devient le point de départ d'une aventure sportive au long cours.

Depuis 2011, les athlètes de Faugeras ont parcouru les bassins de France – de Nîmes à Arras, en passant par Léré-Pose – et rapporté dans leurs bagages un impressionnant palmarès : médailles et titres de champions de France jalonnent leur histoire.

Du 3 au 5 octobre 2025, la Corrèze vibrera au rythme des pagaies et des encouragements. Pour la cinquième fois, le département accueillera le Championnat de France de Canoë-Kayak de Sport Adapté, un rendez-vous incontournable qui réunit les meilleurs athlètes venus des quatre coins du pays.

Parmi eux, trois résidents de la Maison Perce-Neige de Faugeras ont déjà repris le chemin de l'entraînement, déterminés à défendre les couleurs de leur institution et à faire honneur à leur région. Sous la houlette de leur éducateur sportif et grâce au soutien du club local (le Club de Kayak d'Uzerche), les séances se succèdent, alternant travail technique dans le bassin d'eau vive et dans le bassin de course en ligne. Cette compétition ne représente pas seulement un défi sportif : elle est aussi une occasion de montrer le talent, la persévérance et l'esprit d'équipe de ces athlètes en situation de handicap, qui portent haut les valeurs du sport adapté.

Après des années jalonnées de victoires et de médailles, la Maison Perce-Neige espère bien, une fois encore, revenir avec des titres... et surtout avec le souvenir d'un moment fort en partage, en émotions et en dépassement de soi.



### Un vecteur d'intégration sociale

Les sorties en groupe et les compétitions favorisent l'inclusion et l'ouverture vers l'extérieur. « Pour nos sportifs, c'est une manière de se sentir pleinement membres d'une communauté, d'échanger avec d'autres, et de montrer leurs compétences », souligne l'éducateur sportif de la maison.

### Vingt ans de passion et d'avenir

À Faugeras, le kayak n'est plus seulement une activité sportive : c'est un moteur d'épanouissement, un outil de rééducation et un passeport vers l'autonomie. Et à voir les visages rayonnants à chaque retour de compétition, nul doute que l'aventure se poursuivra encore longtemps... pagaie en main.

## Gros plan sur le dispositif PEPS Corrèze !

L'association Parcours Santé Corrèze, porte le **dispositif PEPS - Prescription d'Exercice Physique pour la Santé- sur le département.**

PEPS est une action régionale, financée par l'ARS, la DRAJES et le Conseil Régional. L'objectif est de développer, sur un mode de fonctionnement multi-partenarial, la **prescription d'activité physique pour les porteurs de pathologies chroniques, personnes sédentaires avec facteurs de risques et personnes en perte d'autonomie.**

### A qui s'adresse ce dispositif ?

- Personnes atteintes de pathologies chroniques, en ALD ou non
- Personnes présentant des facteurs de risques
- Personnes en situation de perte d'autonomie
- Personnes sédentaires et/ou inactives

Le **parcours du patient** est construit autour de **4 étapes** :

- la prescription
- le bilan d'activité physique adaptée
- la pratique de l'activité physique adaptée
- les bilans intermédiaires et le bilan final.



### L'association Parcours Santé Corrèze met ainsi en place :

des plateformes d'évaluations réparties sur tout le territoire, pour la réalisation des bilans APA à destination des patients ayant une prescription d'activité physique ;  
des ateliers Passerelle, encadrés par des enseignants en activité physique adaptée, gratuits pendant 3 à 6 mois, pour les patients ayant une prescription d'activité physique  
des campagnes de communication à destination des professionnels de santé sur les possibilités de prescription de l'APA ;  
des accompagnements et orientations de patients ayant une prescription d'activité physique.

Le dispositif, déployé depuis 2021, connaît un grand succès, avec **près de 1000 personnes bénéficiaires en 2024** ! Ces personnes souffrent principalement de pathologies cardiovasculaires, surpoids, cancer, diabète.

**205 prescripteurs**, médecins généralistes et spécialistes, sont désormais convaincus par le dispositif PEPS en Corrèze ; et depuis avril 2025, les infirmiers en pratique avancée sont autorisés à prescrire de l'activité physique adaptée.

## Une initiative pilote aux PEP 19 !

Dans le cadre de la promotion du bien-être, de l'autonomie corporelle et de la santé globale, **l'association PEP 19 a initié un projet pilote visant à introduire la méthode Kinstretch® dans ses établissements médico-éducatifs et médico-professionnels.** Elle est accompagnée dans cette action par Laura Pero.

Le Kinstretch® est une approche moderne du mouvement, centrée sur l'amélioration de la mobilité articulaire active, la prévention des blessures, la conscience corporelle et le renforcement des amplitudes de mouvement. Elle repose sur des principes scientifiques de biomécanique et de contrôle moteur.

Ce projet, mis en œuvre il y a un an sur une durée de 10 mois, a permis de :

- Améliorer la mobilité et la conscience corporelle des participants.
- Apporter des outils concrets pour favoriser l'autonomie physique.
- Offrir un moment de bien-être et de valorisation corporelle.
- Créer une routine motrice ludique, accessible et adaptable.
- Sensibiliser les équipes éducatives à des outils de mouvement fonctionnel.

Chaque séance était structurée autour de plusieurs étapes :

- Une mise en mouvement progressive.
- Des exercices de mobilité articulaire ciblée (colonne vertébrale, hanches, épaules, etc.).
- Des pratiques de renforcement actif dans les amplitudes de mouvement.
- Un retour au calme axé sur la respiration et la récupération.



L'approche était non compétitive, inclusive et progressive, avec des adaptations pour chaque niveau de motricité.

A l'issue des 10 mois **les retours des participants mais également des équipes encadrantes sont très positifs et invitent à une poursuite et un déploiement de cette méthode innovante, simple à mettre en œuvre et adaptée à différents profils moteurs et cognitifs.**

Ce projet pilote a permis de démontrer l'intérêt et l'efficacité de l'approche Kinstretch® dans des contextes médico-sociaux. Il a favorisé le mouvement, la valorisation du corps et le bien-être global des participants, tout en sensibilisant les équipes éducatives à une nouvelle manière de concevoir la motricité.



## SMR Saint-Louis : le sport santé une activité essentielle

L'établissement s'appuie depuis de longues années sur l'activité physique et sportive car c'est non seulement un précieux moyen de capitaliser les soins mais également une pratique favorisant la Qualité de Vie au Travail.

Au cours de cette année 2025 de nombreuses actions ont été engagées :

- Création d'un Run collégial de 5 km deux fois par semaine entre midi et deux pour les salariés volontaires
- Participation à une course de 5 km pour les fêtes de la commune le 4 juillet dernier :
- Promotion de l'activité physique adaptée avec 23 participants : une patiente en joëlette tractée



En parallèle, le SMR Saint-Louis a participé au développement de l'EAPA avec des activités ludiques. Les investissements ont été éco-financés par la Fondations des Hôpitaux de France en 2024 et 2025.

## activités motrices multi-sports, à Mimizan

Les 17 et 18 septembre, l'association ALGEEI avec le Foyer Les Cigalons et l'Association sportive et culturelle des Cigalons ont organisé deux journées d'activités motrices multisports placées sous le signe de la convivialité et du bien-être.

Du réveil du corps chaque matin aux séances individuelles et aux ateliers collectifs, tous les résidents ont pu participer à une large palette d'activités physiques adaptées :

- tournois de ping-pong et de pétanque ;
- matchs de tennis ;
- balade à vélo jusqu'à la plage ;
- natation en piscine et bains détente ;
- séances d'aquagym et d'aquabike ;
- vélo statique et tricycle ;
- sans oublier la gym tonic et la danse !



Deux journées riches en partage et en énergie, pour le plus grand bonheur des résidents, comme en témoignent les nombreuses photos de ces beaux moments de sport et de plaisir.



Objectifs : Entretenir sa santé physique et mentale, développer ses capacités et prévenir les douleurs ou les chutes. Prendre plaisir à bouger, renforcer la confiance en soi et le bien-être corporel. Créer du lien social, s'intégrer dans un cadre collectif et apprendre à se dépasser dans le respect des règles.

## Au cœur de l'accompagnement des résidents du Château de Cauneille : mobiliser son corps

### Les activités sont diverses et variées :

- régulières chaque semaine à l'extérieur de l'établissement : en clubs : Tennis (8 résidents concernés), Volley Ball (8), Foot à 5 (15), Judo (6), Tennis de table (8), Pétanque (10) mais aussi en structures extérieures : Bowling (2 groupes de 8), Activités aquatiques (4 groupes soit 24 résidents), Equitation (10).

S'y ajoutent les activités en pleine nature : Randonnée et Marche

ou plus ponctuelles : dans le cadre du calendrier du Comité Départemental du Sport Adapté des Landes, nos résidents ont pu participer à 35 rencontres sportives départementales sur la saison 2024/2025, parmi elles, des journées spécifiques à certains publics avec les dispositifs « Sport et Psy » et « Sport et Autisme ». Nos résidents ont pu découvrir et pratiquer des activités telles que le surf, la boccia, le tir à l'arc, la gymnastique, la danse, la pétanque.... Des sorties vélo et tricycle sont également proposées dans l'année, ainsi que des séances en piscine l'été.

Diverses activités physiques ont également lieu, **sur site**.

- De manière hebdomadaire : Gym douce (25), Cirque (3 groupes de résidents soit 30 personnes), Danse contemporaine (8). Mobilité corporelle concernant des résidents de 2 unités de vie (Personnes Handicapées Vieillissantes : 12 personnes et Personnes avec Trouble du Spectre de l'Autisme : 12 personnes)

- Ou plus ponctuelle et informelle : Tennis de table, boccia, quilles de 6, marche dans le parc ... avec ou sans professionnel accompagnant, et diverses sollicitations à l'effort physique (ex : utiliser les escaliers et non l'ascenseur, faire du pédalier...)

### **A venir pour la saison 2025/2026 :**

- La continuité des activités déjà en place, avec un éventuel remaniement de la composition des groupes selon les Projets d'Accompagnement Personnalisé et les souhaits des personnes concernées.
- Un cycle de Boccia, un d'Activités Motrices et un de Surf.





## Au cœur de l'accompagnement des résidents du Château de Cauneille : mobiliser son corps

La pratique d'Activités Physiques et Sportives a été inscrite comme l'une des 3 missions dans les statuts de l'association l'Airial et a été favorisée depuis 1998, date d'affiliation du Château de Cauneille à la Fédération Française du Sport Adapté, puis par la formation de son personnel portée par le Département dans les années 2000 (formation d'une éducatrice sportive en Activités Physiques et Sportives Adaptées).

C'est ainsi que le Pôle Vie Sociale (PVS), a commencé à proposer des APS aux résidents. Au fil des années, cette pratique s'est enrichie et s'est généralisée à tous, en adaptant les propositions aux capacités des personnes et en s'appuyant aussi sur l'étude des besoins réalisée dans le cadre de la rédaction du Projet d'Établissement et faisant partie intégrante du Projet Personnalisé du résident. Les activités physiques regroupent à la fois l'exercice physique de la vie quotidienne, les activités physiques de loisirs et la pratique sportive (organisée, codifiée et compétitive). Ces activités ont un effet bénéfique sur la santé, sur le bien être psychique et sur le lien social.

Chaque année, les résidents sont sollicités en fonction de leurs besoins et de leurs souhaits pour construire un planning d'activités hebdomadaire individuel regroupant les activités physiques (sous condition de non contre-indication médicale) et les autres médiations ; celui-ci fonctionne sur la saison sportive d'octobre à juin.

Des accompagnements par l'équipe pluridisciplinaire (professionnels des unités de vie, psychomotricienne, ki, etc.) viennent s'ajouter et s'articuler au planning proposé par le PVS.





## Un nouvel espace sport santé loisir au Centre de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelle André Lalande

Le 18 septembre dernier, sous un soleil et des sourires radieux, **l'Agora a officiellement été inaugurée au CRRF André Lalande (Fondation Partage et Vie) à Noth, en Creuse.**

Cet espace Sport Santé Loisir a vu le jour suite à l'appel à projet "5000 terrains de sport" issu des jeux olympiques et paralympiques 2024. Ouvert à tous, il est pensé comme **un véritable trait d'union entre patients, professionnels et grand public** ; grâce notamment aux partenariats noués avec les écoles, associations et collectivités locales.



Vous trouverez sur place divers équipements de sport, mais également de bien-être et de convivialité :

- Une plateforme permettant le basket 3x3 et d'autres activités,
- une table de tennis de table,
- un terrain de lancés pour pétanque, boccia, molky ou palet,
- un multi caissons contenant le matériel sportif adapté à ces pratiques ainsi que des jeux de société (sur réservation),
- Un parcours de déambulation,
- Des méridiennes, tables et bancs pour se reposer ou se restaurer à l'ombre des tilleuls et d'autres arbres plantés cet automne.

De nombreux acteurs se sont mobilisés pour cette inauguration : Commission des Usagers du CRRF, Maison Sport Santé, Associations, Fédération Handisport, école de Noth, etc.

**A travers l'Agora, Le Centre de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelle de Noth réaffirme son dynamisme pour répondre aux enjeux de son territoire, au plus près des besoins de la population.**



## L'APAJH de Creuse met le sport à l'honneur en 2025 !

Tout au long de l'année, l'association creusoise se mobilise pour proposer des activités physiques aux personnes qu'elle accompagne.

### Coup de projecteur sur trois événements phares !

En juin, **Participation au Tour de Creuse à vélo :**

Cette initiative a vu le jour en 2024, lors du départ d'étape du Tour de France cycliste à Évaux-les-Bains (10 juillet). A cette occasion, l'Agence régionale de santé de la Creuse a organisé, en réseau avec les établissements et services médico-sociaux de la Creuse, le Tour de la Creuse.

**Objectif : rallier les établissements pour personnes âgées et pour personnes en situation de handicap en vélo musculaire, à assistance électrique ou en triporteur à assistance électrique.**

Suite au succès de la première édition, cet événement a été reconduit du 02 au 05 juin 2025.

Cette initiative a permis de favoriser les échanges intergénérationnels, promouvoir les activités physiques et sportives, montrer que la vie en établissement peut être riche, changer le regard sur la perte d'autonomie et le handicap.

Plusieurs établissements médico-sociaux se sont mobilisés ; **au sein de l'APAJH se sont pas moins d'une trentaine de participants qui ont relevé le défi à chacune des 4 étapes !**

L'épreuve, parrainée par Florian Vachon, ancien cycliste professionnel, s'est achevée par la remise à tous les participants d'un t-shirt floqué par l'ESAT EX AEQUO de l'APAJH et d'un diplôme.

Une troisième édition est d'ores et déjà prévue pour 2026.



## En août, 3<sup>e</sup> édition de la Fête du sport :

L'APAJH de la Creuse, en partenariat avec l'UFOLEP et les clubs locaux, a organisé la troisième édition de sa journée sportive inclusive, devenue un rendez-vous phare après les succès de 2021 et 2023. L'événement a réuni personnes en situation de handicap, professionnels médico-sociaux et partenaires associatifs, autour d'un objectif commun : promouvoir une société plus inclusive par le sport.

Portée par le Groupe Sport de l'APAJH, la journée a aussi valorisé l'engagement des professionnels dans le sport adapté et encouragé le bénévolat au sein des structures locales. Les objectifs : valoriser le sport pour tous, notamment le sport adapté, informer sur les dispositifs de sport santé et de sport adapté, favoriser le lien social et la convivialité autour des valeurs sportives.

Au programme : de nombreuses activités accessibles à tous (badminton, golf, VTT, judo, boxe, escalade, handball, gym douce, ateliers santé et bien-être, etc.).

## Et enfin, le 18 octobre 2025, l'APAJH 23 a organisé une journée dédiée au Sport et à la Santé Mentale :

Organisée dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), cette journée a mis en avant l'importance de l'activité physique dans le bien-être psychologique.

Elle s'est déroulée au plan d'eau de Courtille à Guéret, et a permis de découvrir et pratiquer des activités physiques accessibles à tous : tir à l'arc, zumba, basket, football, handball, boccia ... et bien d'autres encore !



**Valoriser l'activité physique comme un outil simple, efficace et inclusif de promotion de la santé mentale** était l'objectif phare de cet événement. En favorisant **la rencontre, la mixité des publics et le plaisir du mouvement**, cette initiative cherche à briser les représentations et à promouvoir une vision globale du bien-être.

Des stands de sensibilisation et d'échange animés par des acteurs de la santé mentale étaient également présents sur place, pour informer le public et mieux faire connaître les ressources locales.

**Gratuit et accessible, cet événement s'adressait à tous les publics : familles, professionnels, jeunes, personnes concernées, habitants du territoire, dans un esprit de convivialité, de respect et d'inclusion.**



## LES PEP 64 : Coupe Nationale de Football Adapté et Championnat régional de de para-athlétisme

### Participation des jeunes de l'IME Castel de Navarre à la Coupe Nationale de Football Adapté

Du 1er au 3 avril dernier, les jeunes de l'IME ont brillamment représenté l'IME Castel de Navarre lors de la Coupe Nationale de Football Adapté à 7, organisée à Mérignac. Ils ont décroché une honorable 4e place au classement final.

Un grand bravo à Alban Dumont, Mehdi Leichner et Houcine Minier pour leur participation et leur performance remarquable tout au long de la compétition.

**Félicitations à eux et aux éducateurs pour leur engagement, leur détermination, et ces belles performances !**



### Des jeunes de l'IME Plan Cousut brillent au championnat régional de para athlétisme

En partenariat avec la Fédération Française du Sport Adapté, les jeunes athlètes de l'IME Plan Cousut ont fait sensation ce mercredi 16 avril à Marmande lors du championnat régional de para athlétisme.

Un immense bravo à Vincent, sacré champion régional du quadrathlon (saut en longueur, lancer de poids, 100m et 1000m) dans la catégorie des moins de 16 ans ! Félicitations également à Noam, qui décroche le titre de vice-champion régional dans la catégorie des moins de 18 ans, avec une très belle performance au quadrathlon (saut en longueur, lancer de vortex, 100m et 1000m) !

Grâce à leurs résultats, Vincent et Noam sont qualifiés pour le championnat de France, qui se déroulera du 23 au 25 juin à Val-de-Reuil, en Normandie. Bravo à eux !





## HECIA : un parcours isocinétique Silver Form

Le parcours isocinétique Silver Form permet aux personnes atteintes d'ALD, maladies chroniques ou de handicap et aux séniors de lutter contre la perte d'autonomie et diminuer le risque de chute.

De par son concept innovant, sécuritaire et adaptée à tous, chaque fauteuil mobilise en douceur toutes les parties du corps en respectant les articulations. Ce sont des mouvements doux effectués à vitesse constante, selon différents programmes disponibles. Cette approche permet d'améliorer la condition physique globale, par un travail musculaire actif ou passif. Il a été développé au sein des Établissements de Coulomme dans nos différents services (EHPAD, Foyer d'Accueil Médicalisé et service de Soins Médicaux et de Réadaptation).

Le parcours accueille également les personnes âgées autonome résidant à leur domicile. En petit comité, ces personnes maintiennent un entraînement régulier dans une ambiance conviviale et bénéficient d'un espace détente pour une optimisation de leur bien-être physique, mentale et sociale.

Pour les plus curieux et courageux, le Silver Form s'adresse également aux professionnels de la structure.

Véritable outil de détente et de récupération, il peut contribuer au maintien des aptitudes motrices et à une meilleure gestion des douleurs. Son accès facile et gratuit encourage la pratique d'une activité physique régulière pour les professionnels. Utilisé dans une démarche de QVCT, il devient un allié précieux pour préserver le bien-être des équipes tout en leur permettant de prendre soin de leur santé au quotidien.

Le sport adapté n'est donc pas seulement un concept novateur : il s'impose aujourd'hui comme un levier essentiel de prévention et d'amélioration de la qualité de vie, aussi bien pour les personnes fragiles que pour les professionnels qui les accompagnent. Un regard jeune pour les anciens.



## Café des aidants : Mélioris remet le sport au cœur du quotidien

Le 4 septembre 2025, Mélioris a accueilli dix aidants à l'occasion d'un Café des aidants dédié à l'activité physique. Pensé comme un temps de répit, l'évènement a alterné ateliers brise-glace et séquences de mise en mouvement adaptée, permettant à chacun de renouer avec une activité physique en toute confiance.



Loin des logiques de performance, cette rencontre a valorisé la progressivité, l'écoute de soi et la reprise de confiance dans ses capacités. Les participants ont salué un moment utile, concret et bienveillant, où ils ont pu prendre du temps pour eux, dans un cadre qui reconnaît pleinement leur rôle et leurs besoins.

Avec ce format dynamique et accessible, Mélioris confirme son engagement à soutenir les aidants de manière globale, en alliant prévention, santé et lien social.

## Journée Santé-Bouger : Mélioris réunit résidents et jeunes autour de l'activité physique

Le 22 octobre 2025, Mélioris a organisé la 3<sup>e</sup> édition de la Journée Santé-Bouger, réunissant près de 60 participants issus de plusieurs de ses établissements (Le Grand Feu, Les Genêts, Logis des Francs), ainsi que des jeunes des Centres Sociaux Culturels voisins et des adolescents hospitalisés aux Terrasses.

Tout au long de la journée, des activités physiques ludiques et accessibles ont été proposées pour favoriser la cohésion d'équipe, le partage intergénérationnel et changer le regard sur le handicap par la rencontre et le jeu. Dans un esprit de découverte et de convivialité, les participants ont pu expérimenter différentes formes de mouvement, sans enjeu de performance, mais avec l'envie de bouger ensemble et autrement.

Cet évènement a confirmé la volonté de Mélioris de faire du sport un vecteur de lien social, d'inclusion et de mieux-être, en créant des temps collectifs où chacun trouve sa place, quel que soit son âge ou ses capacités.

## À Bressuire, l'ADAPEI 79 fait du sport un vecteur de lien, de plaisir et de participation

Tout au long de la saison 2024/2025, le Foyer de vie de Bressuire (ADAPEI 79) s'est pleinement engagé dans une dynamique sport-santé inclusive, en multipliant les rencontres, activités physiques et événements conviviaux, toujours guidés par un même fil rouge : bouger ensemble, dans le plaisir et la mixité des publics.



Au fil de l'année, les résidents ont pris part à un riche programme : journée multisports, ateliers foot, basket, escalade, sarbacane, parcours moteur, mais aussi rencontres inter-foyers, séances de handigym, initiation au tir à l'arc, curling ou encore tennis de table. L'ouverture vers l'extérieur a également été forte, avec des rencontres avec des collégiens et lycéens, la participation à la Journée des Diversités et même un flashmob partagé, symbole d'une inclusion par le mouvement.

### Randonnée du 12 juin : un temps fort fédérateur

Moment marquant de la saison, la randonnée organisée le 12 juin 2025 à Terves a rassemblé 82 marcheurs, accompagnés de 10 bénévoles issus de la vie associative locale et de 9 structures engagées.

Deux parcours, de 2 km et 5 km, ont permis à chacun de participer selon ses envies et ses capacités.

L'après-midi s'est prolongée dans un esprit de convivialité et d'accessibilité, avec jeux en bois, temps de danse et échanges entre participants, confirmant la volonté du foyer de faire du sport un levier de plaisir partagé, mais aussi de visibilité et de rencontre entre publics.





## L'activité physique démontre ses bienfaits pour les patients dialysés

A l'Alurad, la pratique sportive accompagne les soins. Cette association, qui soigne des personnes souffrant d'insuffisance rénale chronique en Haute-Vienne, Creuse et Corrèze, a mené en 2025 plusieurs actions favorisant la pratique sportive.

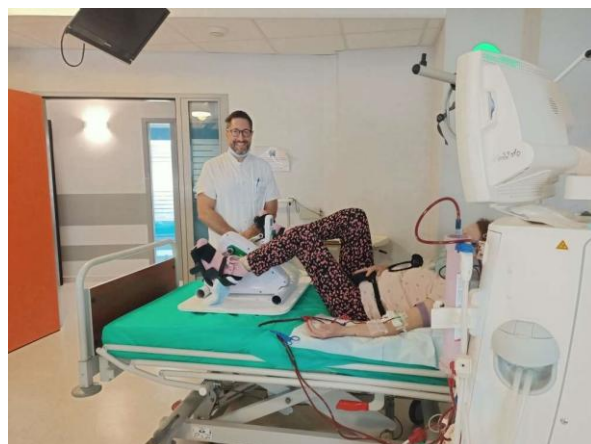
### Lumière sur deux d'entre elles !

Le 23 mai dernier, une **marche autour du lac d'Objat** a ainsi réuni patients, aidants et professionnels. Cette rencontre a permis de rappeler les bienfaits de l'activité physique, mais également de créer du lien social, favoriser les échanges entre usagers, informer sur les recommandations liées à la pratique de l'activité physique.



De plus, tout au long de l'année, l'Alurad propose à ses patients de **pédaler pendant les séances de dialyse**. La durée et la fréquence des séances de pédalage sont adaptées aux besoins du patient et réalisées sur prescription médicale des médecins néphrologues.

La mise en œuvre de ces séances nécessite un engagement fort des professionnels de santé (enseignante APA, infirmier.ère.s des centres de dialyse, techniciens de l'Alurad).





## Les adhérents FEHAP du Lot-et-Garonne mobilisés le 17 septembre !

Les adhérents FEHAP du Lot-et-Garonne ont répondu présents pour participer à l'événement SPORT SANTE FEHAP organisé au Lac de Clarens situé à Casteljaloux, en partenariat avec la Fédération Française de Sport Adapté du Lot-Et-Garonne (FFSA 47) - CDSA 47.

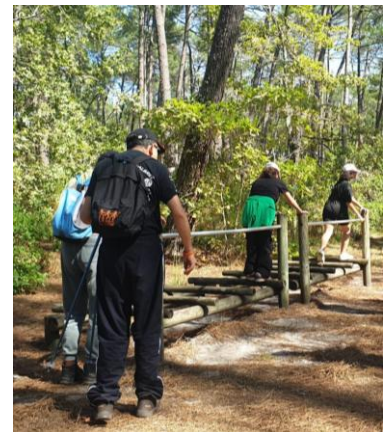
Tous les ingrédients étaient réunis pour vivre ensemble une belle journée dédiée aux nombreux bienfaits de la pratique du sport et de l'activité physique pour tous : un magnifique cadre ensoleillé permettant de pique-niquer pour prendre des forces avant d'entamer une marche de plusieurs kms autour du lac de Clarens, des participants motivés, équipés et entraînés pour pratiquer, dans les meilleures conditions, les différents agrès sportifs jalonnant le parcours !

Après un rappel de la philosophie de la journée, les nombreux participants se sont échauffés puis répartis en 4 groupes, selon leur niveau de pratique, avant de prendre le départ du parcours sportif, accompagnés des éducateurs et bénévoles.

Cette formidable journée de partages et d'échanges, émaillée de quizz sur la nature environnante, restera un temps fort de cette rentrée 2025 et dans les mémoires de chacun : pour preuve, le RDV est déjà pris pour 2026 !

Bravo aux différents organisateurs participants !

- FFSA 47
- LADAPT
- L'ALGEEI



# RENCONTRES

## 1<sup>ère</sup> édition des rencontres conviviales et sportives organisées par la FEHAP Nouvelle-Aquitaine

Quelle belle réussite que cette **1<sup>ère</sup> édition des rencontres conviviales et sportives organisées par la FEHAP Nouvelle Aquitaine** à l'occasion de la semaine nationale Sport-Santé FEHAP !

Enfants et adultes, personnes soignées et accompagnées, professionnels et aidants... **ce sont plus de 80 sportives et sportifs qui se sont donnés rendez-vous mercredi 17 septembre au Lac du Causse**, près de Brive !



Un beau soleil, 7km de nature, de joyeux participants et un goûter convivial, voici la recette idéale pour **promouvoir les bienfaits de l'activité physique et sportive pour tous.tes, et créer des liens entre acteurs FEHAP du territoire.**



Félicitation aux participants et aux établissements et services qui se sont mobilisés :

- ✓ IME de Sainte-Fortunade des PEP 19,
- ✓ IME de Meyssac des PEP 19,
- ✓ Le service RH des PEP 19,
- ✓ SAVS Malemort d'APF France Handicap,
- ✓ ALURAD,
- ✓ Unité de réhabilitation psychosociale Val Horizon du Centre Hospitalier du Pays d'Eygurande
- ✓ Unité d'Hospitalisation Complète d'Ussel, du CHPE,
- ✓ Unité de Traitement des Maladies Addictives du CHPE.

Merci à notre partenaire GMF Assurances qui nous a fourni les sacs à dos ; un grand merci aux établissements et services qui se sont mobilisés, et bien sûr aux professionnels qui ont participé à l'organisation de cette journée !





# DELEGATION

## Séminaire de la Délégation régionale : éveil sportif aux aurores

Les activités physiques et sportives étaient également au programme du séminaire de la Délégation régionale qui s'est tenu à Varetz, mi-septembre. Avant d'entamer les travaux sur les enjeux financiers et le projet stratégique de la FEHAP : séance de réveil musculaire !







# Semaine SPORT SANTÉ

**DU 15 AU 19 SEPTEMBRE**

 **FEHAP**  
Santé Social – Privé Solidaire



[nouvelleaquitaine@fehapa.fr](mailto:nouvelleaquitaine@fehapa.fr)

FEHAP Nouvelle-Aquitaine – Santé, Social, Privé Solidaire  
45 cours du Maréchal Gallieni – 33000 Bordeaux – [www.fehap.fr](http://www.fehap.fr)