



# L'approche des publics sédentaires par le prisme santé

Salon SPORT ASSO & CO - Clermont Ferrand - 17 novembre 2023

DR PIERRE GARÇON  
SONIA PEREIRA

# 01 Présentation de La VGA

La Vie au Grand Air de Saint-Maur

# 02 Présentation du projet

# 03 Discussions et échanges

# Sommaire





01

# Présentation de LA VGA

SECTION VGA SPORT-SANTÉ  
NOVEMBRE 2023

## Quatrième club omnisports

de France

Seule association sportive reconnue d'utilité publique en 1976



**9 500 adhérents\***  
répartis dans **36 sections**  
& **80 disciplines sportives**

\*Données saison 2022/2023



**250 salariés**  
et **600 bénévoles**  
(190 bénévoles dirigeants)



**20 infrastructures sportives** mises à disposition par la Ville et des possibilités d'exporter les pratiques sportives



**37 000 heures / an** d'activités sportives\*\*

\*\*Comprennent les heures d'entraînements et de compétition



**104 ANS D'HISTOIRE**

et un palmarès sportif qui permet à la VGA d'être reconnue comme un acteur majeur du sport en France

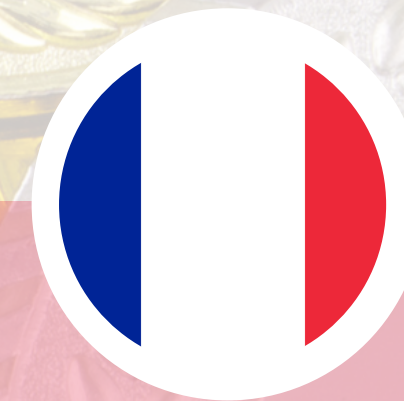
Une saison historique pour le club  
en 2021/2022 !



## Championnats du Monde



## Championnats d'Europe



## Championnats de France

20  en individuel  
4  par équipe



**ROMAIN CANNONE**  
**ÉPÉE**



**VALENTIN BELAUD**  
**PENTATHLON**



**JADE GILLET**  
**PLONGEON**



**DORA TCHAKOUNTÉ**  
**HALTÉROPHILIE**



5 de nos  
18 médailles  
internationales...

Philosophie à LA VGA



***Le sport pour tous,  
notamment tout public sédentaire,  
quels que soient l'âge et l'état de santé***

# Sport-Santé et Sport sur Ordonnance



**Sport-santé :**  
toute personne qui  
souhaite pratiquer une  
activité physique.



**Sport sur ordonnance :**  
prescription d'une activité  
physique adaptée chez un  
patient porteur d'une  
affection de longue durée.







02

# Présentation du projet

SECTION VGA SPORT-SANTÉ  
NOVEMBRE 2023

# CONSTATS ET OBJECTIFS

de notre projet



La sédentarisation aggrave de manière dramatique les facteurs de risques liés aux maladies chroniques.



Contribuer au mieux-être de la population locale, en tentant de réduire son degré de sédentarité, par la mise en place d'une section Sport Santé pérenne économiquement.

# LE PROJET SPORT-SANTÉ

à LA VGA



## Sensibilisation



BILANS DE FORME LORS DE JOURNÉES PORTES OUVERTES, DE FORUMS DES ASSOCIATIONS, DE FORUMS DU BIEN VIEILLIR, SEMAINE BLEUE, OCTOBRE ROSE

## Communication



RENCONTRES VGA SPORT SANTÉ, MÉDIA, RÉSEAUX SOCIAUX,

## Prévention



EN DIRECT, SUR PRESCRIPTION, EN RÉSEAU

## Evaluation



PASS SPORT SANTÉ, MON BILAN SPORT SANTÉ

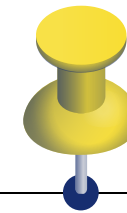
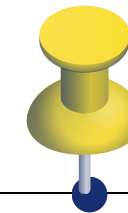
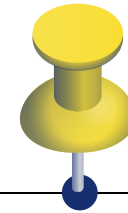
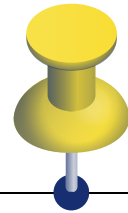


## Reconnaissance et Labellisation

PRESCRI'FORME, CLUB SPORT RESPONSABLE, MAISON SPORT-SANTÉ

# 10 ans de sport-santé

à la VGA Saint-Maur



**2013**

**2017-2018**

**2019**

**DEPUIS 2019**

**Création de la section**  
VGA Sport-Santé

- Labellisation **Club Prescri'forme**
- Labellisation "**Sport Responsable**"
- 3ème prix des **Trophées du Sport Responsable Générali**, catégorie "Santé et Prévention"
- Club agréé à la **MAIF Assurances**

- **Reconnaissance Maison Sport-Santé**
- **Premier club omnisports** reconnu dans ce 1er appel à projet
- **Seule association sportive** parmi les lauréats

- **Développement** des activités sport-santé
- Actions de **prévention, sensibilisation** et **communication**
- Mise en place de **partenariats** dans les mondes médical et sportif

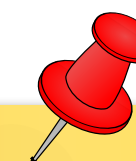
# APPROCHE DES PUBLICS SEDENTAIRES

2022 / 2023



**2 000**

personnes sensibilisées



## **Sans distinction :**

- âge
- état de santé
- niveau de littératie physique
- accessibilité à l'activité physique
- stade de prévention

# FORMES D'APPROCHE

des publics sédentaires



**activités en salle**



**activités en plein air**  
la boucle de la forme



**sections disciplinaires**  
à LA VGA



**sport itinérant**



**partenaires**  
hôpitaux, cliniques, entreprises



**ACTIVITES VARIEES,  
ADAPTEES ET SUR MESURE**

# La section VGA Saint-Maur

en quelques chiffres



**92**

**adhérents\***

**à la VGA Sport Santé**

dont une trentaine dans le cadre  
du « Sport sur Ordonnance »

\*Données saison 2023/2024

**15**

**éducateurs sportifs**

**avec une formation sport-santé**

dont 7 sont Enseignants APA



**9**

**séances**

hebdomadaires  
en salle

**Acti'Santé**



**1**

**séance**

hebdomadaire  
en extérieur  
(Bords de Marne)

**La "Boucle de la Forme"**

# La section VGA Saint-Maur

en quelques chiffres



**1**

**séance** hebdomadaire  
de balnéothérapie  
**pour les femmes**  
**enceintes avec risque de**  
**diabète gestationnel**



**3**

**séances** hebdomadaires  
de sport  
**pour les salariés de**  
**l'entreprise PMC du**  
**Groupe Carrus**



# Sport sur Ordonnance

Parcours d'accompagnement de nos adhérents



**Adhérent(e)**

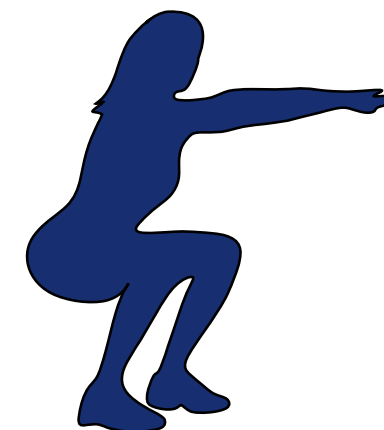
"Sport sur Ordonnance"



**Test physique**

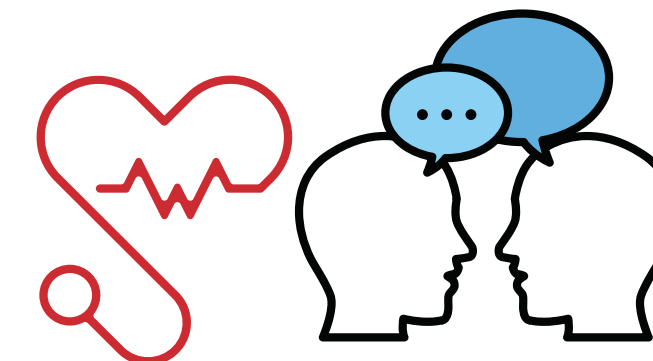


*Carnet de correspondance  
entre VGA, médecin et bénéficiaire*



**Orientation**

vers des séances  
adaptées



**Test physique**

tous les 3 mois

& échanges sur les objectifs de l'adhérent  
avec possibilité de le **réorienter**  
**vers d'autres sports**

+ Services offerts à nos adhérents :



Consultations  
de **nutrition**



Consultations  
d'**ostéopathie**

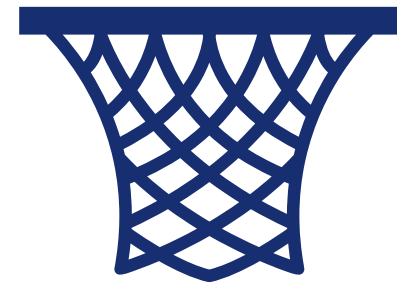
# Nos sections et le sport-santé



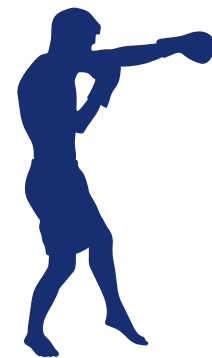
Disciplines ouvertes aux personnes sortant du cycle "Sport sur Ordonnance"



Aïkido & iaido



Basket santé



Boxe santé  
(Aérobixe)



Multisports  
Bien-Être



Haltérophilie  
(Musculaton adaptée)



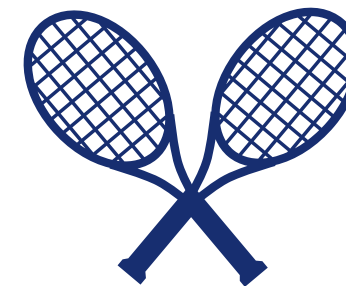
Marche nordique



Randonnée



Sports d'eau  
(Nagez Forme Santé,  
Aquagym, Aquabike,  
etc.)



Tennis



**SECTION E.P.I.S (5-12 ans)**  
Education physique et initiation sportive

**Intervention dès le plus jeune  
âge afin de prévenir les risques  
d'obésité et de surpoids**

# Nos actions

de communication et sensibilisation



**Colloque sport-santé**  
Mai



**Ça Bouge à Saint-Maur**  
Juin



**Forum Omnisports Bien-être**  
Octobre



**Ateliers nutrition**  
Tout au long de la saison

**et également**

des interventions en extérieur :

Événements sportifs, Forums & Colloques, Salons professionnels, Service National Universel, etc.

# Les partenaires

qui nous font confiance sur le sport-santé



## Centres Médicaux & Paramédicaux



## Sport



## Réseaux de médecins



Association  
des Médecins  
de la Ville de Saint-Maur

## Entreprises et Écoles





03

# Discussions et échanges

SECTION VGA SPORT-SANTÉ  
NOVEMBRE 2023



**8, avenue du Nord**  
**94100 SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS**

# MERCI pour votre attention !

---



**+33 (0)6 28 80 19 74**



**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**



**[sportsante@vga-fr.org](mailto:sportsante@vga-fr.org)**