SEPTEMBRE
2019

Le guide pratique du programme Tennis Santé FFT

LIGUE ÎLE-DE-FRANCE

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS

Sommaire

PRÉFACE : LE TENNIS, UN OUTIL EFFICACE AU SERVICE DE LA SANTÉ PUBLIQUE !

QUELQUES CHIFFRES
LES ÉTUDES

1. Le programme Tennis Santé FFT
- a) L'historique du projet Tennis Santé FFT
- b) Thématiques ciblées et cadre d'une offre pédagogique Tennis Santé
- c) Consignes à respecter par le club et l'enseignant professionnel
- d) Le rôle et les missions du trinôme de ligue

2. Le déploiement du programme Tennis Santé FFT : méthodologie à destination des trinômes
- a) Constituer les réseaux institutionnel et médical
- b) Promouvoir le programme Tennis Santé FFT auprès des réseaux
- c) Assurer le suivi du déploiement du programme Tennis Santé FFT auprès des réseaux
- d) Guider les clubs pour optimiser le financement des actions Tennis Santé auprès des réseaux

3. Les fiches méthodologiques et les outils de communication
- a) Fiches méthodologiques
  - Comment convaincre les enseignants de se lancer dans l'aventure Tennis Santé ?
  - Comment trouver des patients pour les formations en ligue ou en comité ?
  - Comment développer et convaincre le réseau médical ?
- b) Outils de communication à l'attention des réseaux

FOCUS : MAISONS SPORT SANTÉ

Annexes
- Définitions
- Contexte législatif – Textes de référence
- Liste des documents de référence
  - Etudes
  - Documents FFT
  - Bibliographie

Informations spécifiques destinées aux ligues
- Plan régional sport santé bien-être
- Annuaire contacts réseaux médicaux

Le tennis, un outil efficace au service de la santé publique !

De nombreuses études ont montré que l'inactivité physique est devenue la première cause de mortalité évitable dans le monde et, selon l'Organisation Mondiale de la Santé, elle est responsable à elle seule de 10% des décès en Europe. En revanche, l'activité physique peut diminuer significativement la mortalité précoce. En effet, ajouter à son mode de vie 15 minutes de marche tous les jours diminue la mortalité de 14%, que l'on soit jeune ou âgé, homme ou femme, atteint de maladie ou pas. Face à une inactivité actuellement en constante augmentation, il s'agit aujourd'hui de sensibiliser davantage les populations aux vertus de l'activité physique en en faisant la promotion.

L'activité physique est désormais intégrée dans l'ensemble des thérapeutiques non médicamenteuses et sa prescription par les médecins est encouragée. En effet, l'impulsion a été donnée en octobre 2012 par les ministères de la Santé et des Sports avec une politique ayant pour ambition non seulement de favoriser la pratique de l'activité physique envisagée sous la forme d'exercices et d'activités sportives pour la population générale, mais aussi de développer le recours à la prescription de l'activité physique chez les sujets à besoins particuliers dont les seniors et les patients atteints de pathologies chroniques.

La loi de modernisation de notre système de santé parue en 2016 précise que « *dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée (ALD), le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient* ». Le médecin pouvant s'aider du Médicosport-Santé et du guide de la Haute Autorité de Santé (HAS) pour effectuer sa prescription. De plus, deux textes d'application prévoient que les éducateurs sportifs parmi d'autres populations peuvent encadrer cette activité physique adaptée avec les limitations définies associées (aucune limitation, limitation minime, limitation modérée).

Deux études* parues récemment démontrent les bienfaits des sports de raquette dont le tennis qui contribuent à la diminution de la mortalité, toutes causes confondues, de 47 % et procure un allongement de la durée de vie de 9,7 ans.

La FFT travaille sur le projet Tennis Santé depuis 2014 et fait ainsi partie des fédérations sportives innovatrices et engagées dans le domaine du développement du sport santé au niveau national.
Elle joue désormais un rôle majeur de santé publique en proposant des offres qui permettent au public cible (personnes atteintes de maladies chroniques ou présentant des signes de vieillissement) de se maintenir en bonne santé grâce à la pratique du tennis, en utilisant du matériel évolutif et en appliquant des programmes adaptés.

Le tennis est aujourd'hui LE sport n°1 pour vivre en bonne santé le plus longtemps possible. Cette discipline s'intègre donc logiquement et parfaitement dans le parcours de soin d'autant plus qu'elle se pratique avec plaisir et de manière ludique en interactivité sociale.

L'élaboration de ce guide, destiné aux trinômes de ligue, a pour objectif de mettre à leur disposition des éléments de langage et de préciser les étapes à ne pas oublier afin notamment :
- de faire connaître et de référencer l'offre Tennis Santé auprès des réseaux institutionnels et médicaux notamment *via* la labellisation « Club Tennis Santé » ;
- de convaincre le corps médical de l'intérêt de prescrire l'activité tennis comme thérapeutique non médicamenteuse en direction des clubs.

Christian FORBIN
Médecin fédéral, en charge de la diversité sociale et du tennis santé

** Associations of specific types of sports and exercise with all-cause and cardiovascular-disease mortality: a cohort study of 80 306 British adults, British Journal of Sports Medicine, 2016*
** Various Leisure-Time Physical Activities Associated With Widely Divergent Life Expectancies: The Copenhagen City Heart Study, Mayo Clinic Proceedings, 2018*

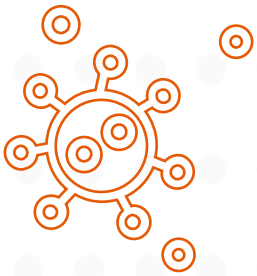
Quelques chiffres clés

CHAQUE ANNÉE EN FRANCE, 10,7 MILLIONS DE MALADES CHRONIQUES PRIS EN CHARGE SONT EN AFFECTIONS DE LONGUE DURÉE (ALD). LE COÛT ANNUEL DES SOINS S'ÉLÈVE À 8 500 EUROS PAR PERSONNE, SOIT 90 MILLIARDS D'EUROS AU TOTAL SUR LE TERRITOIRE NATIONAL.

En 2016, les ALD les plus représentées :

3,9 millions*

Maladies cardiovasculaires



3,1 millions*

Diabète

2,5 millions*

Cancers

*de personnes atteintes

D'après les estimations de l'ANDES, la généralisation de la pratique d'activités physiques pour 10 millions de personnes souffrant d'ALD pourrait générer pour la Sécurité Sociale une économie de 10 milliards d'euros par an.

Les études

DES DONNÉES RÉCENTES PERMETTENT DE VALIDER LES BIENFAITS DU TENNIS PAR LA COMMUNAUTÉ MÉDICALE.

En 2016, une étude anglo-saxonne portant sur plus de 80 000 personnes et publiée dans le *British Journal of Sports Medicine* souligne les bienfaits des sports de raquette dont le tennis. Résultat : les sports de raquette sont numéro 1 devant la natation, le fitness, le cyclisme.

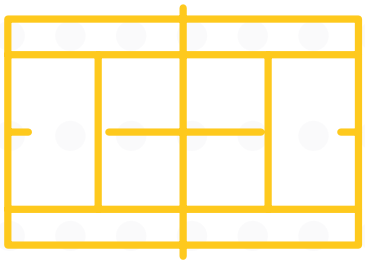
- diminution du risque de mortalité de 47 % toutes causes confondues.
- abaissement du risque de mortalité d'origine cardio-vasculaire de 56 %.

En 2018, une étude danoise publiée dans la revue *Mayo Clinic Proceedings* et fondée sur un panel de plus de 8 000 personnes met en avant que le tennis est le sport de référence en termes d'allongement de la durée de vie, et ce jusqu'à 9,7 ans.

1. Le programme Tennis Santé FFT

a) L'historique du projet Tennis Santé FFT

Dès 2014, la FFT a mis en place un programme Tennis Santé soutenu par le CNOSF qui consiste à promouvoir le tennis comme atout pour la santé. Le projet est piloté par une équipe interne travaillant en synergie avec la commission fédérale médicale et les commissions régionales médicales, en étroite collaboration avec des médecins experts.



La Direction Technique Nationale (DTN) a développé en coopération avec les experts médicaux référents des pédagogies adaptées à l'état de santé et à la condition physique de chacun pour les pratiquants présentant des signes de vieillissement et/ou atteints des pathologies suivantes : maladies cardio-vasculaires, maladies métaboliques, cancers.

Le principe de ces formats de jeu réside dans l'adaptation du terrain et de la balle ainsi que des raquettes :

- une balle plus lente laisse le temps aux joueurs non experts d'évaluer son point de chute et son rebond ;
- un terrain réduit en longueur et en largeur limite les déplacements ;
- un filet abaissé facilite les échanges.

Toutes ces adaptations cumulées autorisent tous les publics, débutants ou non, à pratiquer le tennis en prenant du plaisir dès la première séance.

En octobre 2015, la FFT a initié une première formation Tennis Santé à laquelle 5 ligues pilotes (Centre, Champagne, Dauphiné-Savoie, Franche-Comté et Provence), déjà actives sur le sujet, ont souhaité participer. Cette session a permis aux ligues de former leurs représentants (médecin et enseignant référent) afin d'être en capacité de tester ensuite le programme Tennis Santé sur leur territoire respectif et de former à leur tour des enseignants de club.

En décembre 2015, le Médicosport-Santé (le « Vidal du sport » ou le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives) du CNOSF valide les contenus scientifiques et pédagogiques des fédérations dont la FFT. Cet outil destiné aux prescripteurs devient une aide précieuse à la prescription médicale d'activités sportives, notamment le tennis. Une version numérique est parue en décembre 2018 (vidal.fr), sans oublier également le guide de prescription de la Haute Autorité de santé publié cette même année (2018).

La loi de modernisation de notre système de santé parue en 2016 précise que « *dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée (ALD), le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient* ». Pour ce faire, le médecin peut se référer au Médicosport-Santé et/ou au guide de la Haute Autorité de Santé (HAS).

De plus, deux textes d'application (décret et instruction) prévoient que les éducateurs sportifs (DE ou DES) parmi d'autres populations peuvent encadrer cette activité physique adaptée avec les limitations définies associées (aucune limitation, limitation minime, limitation modérée).

Fin avril 2017, une première action de formation à l'échelle nationale et destinée aux enseignants professionnels diplômés d'État est organisée afin de valider l'ensemble des programmes et des contenus pédagogiques. Cette session a été suivie en septembre 2017 d'une formation fédérale formateurs de ligue.

Début 2018, à la suite de la réforme territoriale, la FFT a décidé de créer des trinômes dans chacune des 18 nouvelles ligues, constitués d'un médecin de ligue, d'un enseignant professionnel diplômé d'État et d'un cadre de développement de ligue.

Mi-avril 2018, un premier rassemblement sous forme de formation de formateurs a été organisé pour ces nouveaux trinômes de ligue. À cette occasion, un modèle de dispositif clé en main a été présenté aux ligues pour les accompagner au mieux dans le déploiement local et les positionner comme têtes de réseau.

OBJECTIF : PERMETTRE AUX 18 LIGUES D'ACCOMPAGNER SUR LEUR TERRITOIRE RESPECTIF LES CLUBS VOLONTAIRES DANS LA FORMATION DE LEURS ENSEIGNANTS ET LA PROCÉDURE DE LABELLISATION « CLUB TENNIS SANTÉ »

ÉTAPES CLÉS DEPUIS JUILLET 2018 :

Été 2018

Mise en place d'une plateforme collaborative en ligne dédiée pour animer le réseau de trinômes.

Octobre 2018

Participation au deuxième Salon national Sport Santé Bien-Être.

Novembre 2018

Recensement auprès des ligues mettant en lumière que des formations Tennis Santé à destination des DE et DES sont proposées dans la majeure partie des territoires et que 130 clubs prennent en charge 700 bénéficiaires.

Décembre 2018

Validation des programmes Tennis Santé FFT par la commission fédérale médicale.

Mi-avril 2019

Deuxième rassemblement des trinômes de ligue, avec retours d'expériences (ARA, BRE, GDE, PDL, PCA), ateliers et présentation de 2 nouvelles thématiques (dépression, coronaropathies).

Fin avril 2019

Validation de la labellisation « Club Tennis Santé » par le COMEX (cahier des charges et formulaire de demande de label à remplir par le club).

Juin 2019

Création du logo « Club Tennis Santé ».

Juillet 2019

Diffusion du dossier de demande de label « Club Tennis Santé » aux ligues et aux clubs comprenant le cahier des charges et le formulaire à remplir avec pour objectif d'annoncer une première liste de clubs labellisés en septembre 2019.

b) Thématiques ciblées et cadre d'une offre pédagogique Tennis Santé

THÉMATIQUES POSSIBLES EN FONCTION DU PUBLIC CIBLE

Tennis et artériopathie oblitérante des membres inférieurs (AOMI)

Tennis et cancer (sein, prostate, colon : formes localisées)

Tennis et coronaropathies

Tennis et diabète de type 2

Tennis et hypertension artérielle (HTA)

Tennis et stress, anxiété et dépression

Tennis et surpoids - obésité

Tennis et vieillissement

DESCRIPTION D'UNE OFFRE

<u>L'offre doit :</u>

- être dispensée par un enseignant formé Tennis Santé ;
- concerner un public atteint des pathologies cibles et/ou présentant des signes de vieillissement ;
- être destinée à un public détenteur d'une licence FFT ;
- être proposée à l'année sur la base d'une séance hebdomadaire (au moins) avec 8 pratiquants par cours collectif maximum.

c) Consignes à respecter par le club et l'enseignant professionnel (à compléter à chaque séance...)

DANS LE CADRE DE LA MISE EN PLACE, DES CONSIGNES DOIVENT ÊTRE OBSERVÉES.

Le club doit s'assurer que la personne dispose d'un carnet de suivi (à compléter à chaque séance par l'enseignant) et d'un certificat médical de non-contre-indication à une APA. Le club doit proposer des activités Tennis Santé régulières, adaptées, sécurisantes et progressives (RASP) pour des personnes ayant une ou plusieurs pathologie(s) chronique(s) ou présentant des signes de vieillissement.

<u>L'enseignant doit programmer, mettre en œuvre, suivre et évaluer le cycle pédagogique Tennis Santé :</u>

- accueillir le pratiquant et apprécier son niveau de motivation à chaque séance ;
- s'assurer en début de cours collectif de la bonne forme des joueurs et s'informer de toute difficulté physique survenue depuis la dernière séance ;
- appliquer la juste intensité pour chaque personne tout au long de la séance ;
- fixer des objectifs en accord avec le pratiquant et en lien avec le contenu Pass'sport Tennis Santé FFT.

DEUX KITS TENNIS SANTÉ

KIT TENNIS SANTÉ (COMPLET)

840 ¤ TTC
prix livraison comprise

Ce kit Tennis Santé est composé de :

- 1 tensiomètre
- 6 cardiofréquencemètres
- 100 gants d'examen
- 25 sacs pour déchets médicaux
- 1 trousse de soins garnie
- 3 Elastiband 7 kg
- 3 Elastiband 10 kg
- 6 tapis de sol pliables d'1,40 m
- 1 échelle de rythme plate de 8 m
- 6 ballons paille
- 1 lot de lignes de délimitation (20 lignes et 4 angles)
- 100 ballons de baudruche
- 20 cônes de jeu avec support
- 12 balles mousse
- 12 balles Stage 3 rouge
- 12 balles Stage 2 orange
- 10 balles violette + 1 pompe
- 2 raquettes 21'
- 2 raquettes 23'
- 4 raquettes 25'
- 1 élastique 25 m
- 1 sac à roulettes (100 x 50 x 50 cm)

KIT TENNIS SANTÉ (MÉDICAL)

272,10 ¤ TTC
prix livraison comprise

Ce kit Tennis Santé médical est composé de :

- 1 tensiomètre
- 6 cardiofréquencemètres
- 100 gants d'examen
- 25 sacs pour déchets médicaux
- 1 trousse de soins garnie
- 1 sac de 45 litres (50 x 30 x 30 cm)

Disponibles sur :
www.lacentraleduclub.fft.fr/centralecat/pedagogie/4/sport-sante/39P/kitsante/312

d) Le rôle et les missions du trinôme de ligue

RÔLE INCONTOURNABLE DANS LA STRUCTURATION ET LE DÉPLOIEMENT DU PROGRAMME TENNIS SANTÉ

2018
130 clubs actifs Tennis Santé pour 700 bénéficiaires pris en charge

Chaque année, a FFT organise un rassemblement des trinômes de ligue comprenant de la formation, des échanges et des retours d'expériences, des ateliers de co-construction et des ateliers terrain, afin de garantir une mise à niveau simultanée des connaissances et de permettre à ces référents de jouer leur rôle de formateur dans le cadre du déploiement du programme Tennis Santé.

PRINCIPALES MISSIONS DU TRINÔME DE LIGUE :

- Inciter les comités (dans le cadre des ligues pluridépartementales) à mettre en place un trinôme départemental.
- Former initialement les enseignants (DE/DES) qui souhaitent s'investir dans le Tennis Santé, leur proposer par la suite des formations continues.
- Sensibiliser les dirigeants de club au programme Tennis Santé.
- Contacter et convaincre les réseaux (institutionnel et médical) afin de pouvoir aider les clubs dans leur démarche auprès des prescripteurs.
- Accompagner les clubs dans la mise en œuvre.

Chaque membre du trinôme dispose d'attributions spécifiques (liste non exhaustive) :

RÔLE SPÉCIFIQUE DU CONSEILLER EN DÉVELOPPEMENT

- Réaliser l'état des lieux sur la base de son expertise locale.
- Aider les clubs à monter leur projet et les clubs actifs à se faire labelliser «Club Tennis Santé».

RÔLE SPÉCIFIQUE DU MÉDECIN

- Convaincre le corps médical en lui présentant le programme Tennis Santé avec indication des lieux de pratique possibles et des contacts des clubs proposant cette offre spécifique.

  Comment ? Par exemple :

  - En adressant un courrier à l'ensemble des contacts médicaux de l'annuaire des réseaux locaux.
  - En demandant un rendez-vous auprès du médecin du CROS, en rencontrant le responsable de la plateforme de référencement (ex. : Prescri'forme pour l'Île-de-France), les DRJSCS, l'ARS, les CDOS.
  - En s'associant à la démarche de réseau REPOP Île-de-France.

RÔLE SPÉCIFIQUE DE L'ENSEIGNANT

- Organiser des formations d'enseignants de club.
- Accueillir, faire pratiquer et évaluer.

2. Le déploiement du programme Tennis Santé FFT : méthodologie à destination des trinômes

a) Constituer les réseaux institutionnel et médical

Votre action sera à adapter en fonction des spécificités régionales, départementales et locales.

Connaître, s'il existe, le plan régional Sport Santé Bien-Être (PRSSBE) de sa région. Certains sont en vigueur, d'autres sont obsolètes, d'autres encore le sont mais restent d'actualité (ces derniers comportent néanmoins des informations intéressantes en matière d'épidémiologie et de réseau).

Vous trouverez en annexe les informations sur le PRSSBE de votre région.

Au-delà de :

- tenir à jour la liste des enseignants formés Tennis Santé FFT/ligue,
- continuer à organiser régulièrement au niveau des ligues et/ou des comités des formations d'enseignants en ayant recours à de vrais patients lors des sessions « terrain » (*cf.* fiche méthodologique *infra*),
- recenser les enseignants *ès* Sport Santé par d'autres institutions (CROS, CDOS, universités, CAMI…) afin de pouvoir leur proposer un complément de formation Tennis Santé FFT,
- recenser les clubs proposant le programme Tennis Santé (et ceux souhaitant le mettre en place) ainsi que leurs offres Tennis Santé,

Il sera nécessaire, pour chaque ligue, comité et club engagé dans le dispositif Tennis Santé, de se faire connaître auprès des services de l'État et du réseau médical : Agence Régionale de Santé (ARS), Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale (DRDJSCS). Un recensement de l'offre APA doit être réalisé et rendu accessible à tous par les ARS et DRDJSCS afin de permettre aux médecins traitants d'orienter les patients vers les structures et aux patients de choisir leur activité.

Par ailleurs, certaines structures relevant des territoires peuvent/doivent être contactées :

- CROS / CDOS, sites Sport Santé des régions ;
- dispositifs locaux ;
- collectivités territoriales (villes, OMS, villes adhérentes au réseau Villes-Santé…).

Pour trouver des prescripteurs et des patients, il est utile, par exemple, d'identifier et de contacter :

- les CROS et CDOS ;
- les réseaux santé ;
- les centres de ressources des dispositifs régionaux ;
- les Maisons Sport Santé (*cf.* le focus *infra*) ;
- les organismes des professionnels de santé : médecins, pharmaciens, infirmiers, diététiciens, établissements de soins comme les CH, CHU… Ex. : URPS (représentants des professionnels de santé).
- l'Union nationale des associations agréées d'usagers du système de santé (UNAASS, ex-CISS) connue sous le nom choisi de France Assos Santé. Quatre-vingt associations la composent. Elle couvre la totalité des pathologies reconnues par le dispositif des 30 ALD, ainsi qu'un très large éventail de problématiques en lien avec la santé ;
- les associations de patients.

Site internet utile : finess.sante.gouv.fr

En annexe : annuaire indicatif des réseaux médicaux possibles à contacter sur votre territoire.

b) Promouvoir le programme Tennis Santé FFT auprès des réseaux

ACTIONS DE COMMUNICATION À METTRE EN PLACE

- Promouvoir au niveau du réseau club :
  - Sensibiliser les dirigeants pour inciter les clubs à se faire :
    - labelliser « Club Tennis Santé FFT » ;
    - référencer sur les dispositifs régionaux ;
    - certifier sur les dispositifs régionaux.
  - Mettre en avant les clubs pilotes.
  - Valoriser les atouts du programme Tennis Santé.
  - Promouvoir le Tennis Santé auprès des clubs avec des supports de communication personnalisables pour les démarcher (newsletter, courriers, flyers, vidéos, réseaux sociaux, etc.), les sensibiliser et les convaincre afin qu'ils portent eux-mêmes le projet.
  - Mettre en lumière le Tennis Santé sur le site Internet de ligue (à jour) pour permettre aux institutions, aux professionnels de santé et aux patients de trouver l'information ; inciter les comités départementaux et les clubs à en faire de même.
  - Mettre en place des événements vitrines dans les centres de ligue : parallèlement aux formations, réunir lors d'un rassemblement l'ensemble des représentants du réseau santé du territoire (ARS, hôpitaux, médecins, associations de patients, professions médicales, Maisons Sport Santé, etc.). Ce type d'événements permet de dynamiser le programme Tennis Santé dans la ligue en transmettant les messages adaptés aux publics cibles.
  - Participer à des salons ou des événements Sport Santé locaux pour informer les acteurs présents et le public des offres existantes.

c) Assurer le suivi du déploiement du programme Tennis Santé FFT auprès des réseaux

- Animer régulièrement le réseau médical, le réseau « Club Tennis Santé » et le réseau pédagogique formé en les accompagnant *via* la diffusion d'informations utiles et actualisées à relayer auprès des professionnels de santé, patients et clubs.
- Remonter au siège fédéral toute information relative aux formations mises en place à destination des enseignants professionnels de club ainsi que les contenus des programmes de formation et la liste des diplômés d'État formés afin de permettre l'édition d'attestations de formation FFT Tennis Santé.
- Alimenter la plateforme d'échange collaborative dédiée (en ligne).

d) Guider les clubs pour optimiser le financement des actions Tennis Santé auprès des réseaux

Les financements du sport santé sont multiples et dépendent souvent des politiques conduites au niveau local.

- Les subventions allouées peuvent résulter de demandes auprès de l'ARS, de la DRJSCS, des collectivités territoriales (communes, communautés de communes, conseil départemental, conseil régional, etc.).
- La réponse à des appels à projets auprès de mutuelles, de fondations, de la FFT, constitue également une source de financement possible.
- Les réseaux Sport Santé peuvent aussi attribuer des financements en fonction des dispositifs locaux.
- Des financements peuvent être mis en place au niveau des structures FFT déconcentrées (ligues, comités).

La recherche de nouveaux financements devra également s'orienter vers les organismes et structures privés.

Exemples :

FINANCEMENTS PRIVÉS

- Appel à projets émis par une fondation s'impliquant dans le domaine de la santé par le sport
- Mutuelles
- Financement participatif (ex. : sponsorise.me, tudigo)

FINANCEMENTS PUBLICS

- ARS
- ANS (ex-CNDS)
- Conférence des financeurs (thématique « vieillissement »)
- Conseil régional (dans le cadre de contrats d'objectifs avec les instances déconcentrées)
- Conseil départemental
- Aides locales en fonction de l'engagement des villes, conseils départementaux et réseaux Sport Santé à condition que la pratique soit labellisée (ex. : dans la Marne)
- CPAM (par ex. : appel à projets de la CPAM 92 se focalisant uniquement sur les ALD et l'obésité)

FINANCEMENTS FFT

- Les trophées des actions solidaires de la FFT (aide possible sur 3 ans maximum par thématique)
- Ligues
- Comités

3. Les fiches méthodologiques et les outils de communication

a) Fiches méthodologiques

FICHE : COMMENT CONVAINCRE LES ENSEIGNANTS DE SE LANCER DANS L'AVENTURE TENNIS SANTÉ ?

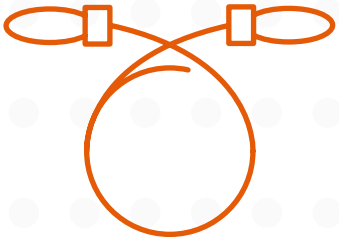
UN ARGUMENTAIRE

- Diversification de l'activité auprès d'un nouveau public de tout âge (jeune ou adulte).
- Maximisation des chances de recrutement (un malade est souvent très entouré par sa famille qui constitue un public pratiquant potentiel à capter).
- Meilleure exploitation des infrastructures *via* l'utilisation des créneaux libres du club.
- Développement des compétences.
- Construction de relations humaines fortes.
- Développement du réseau de l'enseignant.
- Valorisation de l'enseignement professionnel en charge de la dispense de cette nouvelle activité d'intérêt général.
- Augmentation des revenus.

DES BONNES PRATIQUES

- Identifier les enseignants et les clubs susceptibles de s'impliquer dans le déploiement du programme Tennis Santé et les solliciter personnellement.
- Valoriser l'enseignant Tennis Santé lors de l'assemblée générale mais aussi dans les formations.
- Communiquer sur les clubs labellisés Tennis Santé.
- Informer et motiver les dirigeants.
- Soigner le document de présentation de la formation.
- Intégrer la formation Tennis Santé dans un document récapitulatif de l'ensemble des formations proposées.
- Mettre en place une formation de qualité avec des spécialistes : médecin, diététicien, éducateur médico-sportif, enseignant STAPS spécialisé en activité physique adaptée, ERD.
- Valoriser l'attestation fédérale de formation.
- Communiquer sur le programme Tennis Santé *via* l'ensemble des canaux de la ligue, des comités et des clubs.
- Publier un article dans l'e-MAG pour valoriser un club, un enseignant, une formation Tennis Santé.
- Travailler en collaboration avec la commission médicale.

FICHE : COMMENT TROUVER DES PATIENTS POUR LES FORMATIONS EN LIGUE OU EN COMITÉ ?



Préalable : le patient volontaire devra être détenteur d'un certificat médical.

Partir de l'existant :

SOLLICITER :

- l'entourage
- les joueurs Tennis Santé déjà identifiés
- les enseignants professionnels investis dans ce périmètre d'activité
- les clubs ayant déjà une activité Tennis Santé
- les clubs labellisés Tennis Santé

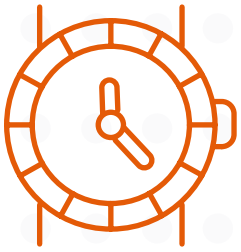
CAPTER UN NOUVEAU PUBLIC *VIA* :

- les réseaux Sport Santé existants
- les associations (ex. : antennes diabète locales, associations Ligue contre le cancer, associations pour les retraités, etc.)
- le médecin de ligue
- les municipalités
- les proches de licenciés de club atteints de pathologies chroniques et/ou présentant des signes de vieillissement

CONVAINCRE :

- Vidéos, flyers, affiches
- Passeport Tennis Santé FFT
- Présentation du matériel évolutif
- Mise en avant de la notion de gratuité
- Présence d'un médecin durant l'initiation
- Études réalisées sur les bienfaits du Tennis sur la santé

FICHE : COMMENT DÉVELOPPER ET CONVAINCRE LE RÉSEAU MÉDICAL ?



DÉVELOPPER LES CONTACTS AVEC :

- les médecins de proximité, libéraux et hospitaliers (cibler principalement les professionnels de santé spécialisés dans le traitement des symptômes du vieillissement et des pathologies chroniques telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète, certains types de cancers localisés, etc.).
- les médecins de ligue, de comité, les URPS, la médecine du travail, les médecins des ARS, les conseils régionaux de l'Ordre des médecins, les associations de médecins, les médecins des dispositifs régionaux (ex. : Prescri'forme en IDF).
- les médecins licenciés FFT adhérents de club.
- les enseignants chercheurs universitaires.
- les CPAM (rester en veille quant à leurs appels à projets).
- les Maisons Sport Santé.

CONVAINCRE :

- s'appuyer sur les éléments de langage Tennis Santé FFT ;
- distribuer les flyers FFT avec la liste des clubs Tennis Santé et les coordonnées des enseignants Tennis Santé dans les cabinets médicaux et les pharmacies, auprès des infirmières diplômées d'État, des kinésithérapeutes, des diététiciens limitrophes du club proposant une offre Tennis Santé ;
- diffuser les vidéos Tennis Santé FFT auprès des professionnels de santé ;
- utiliser les vidéos FFT ou réaliser des vidéos courtes présentant l'activité Tennis Santé du club et les communiquer aux médecins et/ou aux collectivités territoriales qui pourraient financer le dispositif.

b) Outils de communication à l'attention des réseaux

Le plan de communication Tennis Santé FFT a été validé lors du Comex d'août 2019.

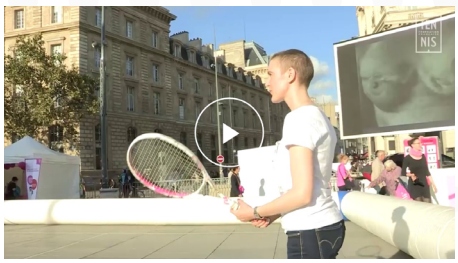
Une communication vers l'ensemble des cibles sera bientôt diffusée avec des messages adaptés à chacune d'entre elles.

Cette campagne se déroulera en deux phases :

- La 1ère phase commence dès septembre 2019 et s'adresse à notre écosystème tennis ainsi qu'aux têtes de réseaux médicales et institutionnelles. Des supports dédiés audiovisuels (vidéos) et print (flyer) seront réalisés ;
- La 2ème phase cible quant à elle le grand public.

Dans l'intervalle, vous trouverez ci-dessous des exemples d'outils de communication susceptibles d'être utilisés à date : logo « Club tennis santé », Pass'sport santé FFT, vidéos.

TEN FÉDÉRATION FRANÇAISE NIS CLUB TENNIS SANTÉ



FOCUS : MAISONS SPORT SANTÉ

Le Président de la République a prévu dans son programme annoncé en 2017 la mise en place des Maisons Sport Santé pour « *garantir un accompagnement personnalisé des personnes atteintes d'affections lourdes (obésité, maladies cardiovasculaires, diabètes, etc.) mais aussi désireuses de se remettre en forme* ».

L'efficacité du déploiement des programmes reposera sur la création des Maisons Sport Santé qui a été annoncée par le ministre des Sports en juillet 2017.

Selon l'Inspection Générale des Affaires Sociales (IGAS) et l'Inspection Générale de la Jeunesse et des Sports (IGJS), ces Maisons Sport Santé devraient s'inscrire dans un cahier des charges précis et prendre appui sur les structures déjà existantes (pouvant aller d'une simple plateforme téléphonique à une structure physique dédiée, réseaux locaux de coordination, maisons de santé pluridisciplinaires, communautés professionnelles territoriales de santé).

Ces Maisons Sport Santé devraient :

- jouer un rôle d'animation de réseau sur un modèle de guichet unique ;
- être un lieu d'accueil et de mutualisation des ressources ;
- permettre l'orientation du public vers une activité adaptée à partir d'une évaluation médico-sportive et motivationnelle préalable ;
- s'assurer du respect d'un cahier des charges (qualification des intervenants en particulier), éventuellement *via* une forme de labellisation ;
- assurer un suivi des patients en lien avec le médecin traitant (et l'éducateur sportif) et dans le respect du secret médical (que l'activité soit prescrite ou recommandée par le médecin).

En revanche, selon la mission, « *la maison de santé n'a pas vocation à devenir un lieu de pratique d'activité physique* », l'accueil dans les équipements sportifs existants devant être privilégié afin d'éviter le risque de médicalisation de l'activité sportive pour des personnes qui ne sont pas malades. Pour autant, l'intérêt de disposer d'une salle adaptée à un travail d'évaluation, voire d'activité physique, a été signalé de manière à réaliser dans de bonnes conditions les évaluations et de proposer le cas échéant des ateliers passerelles relevant d'une APA. »
(Source : rapport IGAS – IGJS – mars 2018)

La stratégie nationale du Sport Santé fixe l'objectif de créer 100 Maisons Sport Santé en 2019 et 500 d'ici la fin du quinquennat.

ANNEXES

Glossaire - Définitions

Activité physique (AP) L'OMS définit l'activité physique comme tout mouvement corporel produit par les muscles qui requiert une dépense d'énergie (au-dessus de la dépense de repos), ce qui comprend les mouvements effectués en travaillant, en jouant, en accomplissant les tâches ménagères, en se déplaçant et pendant les activités de loisirs.

Activité physique adaptée (APA) *(décret du 30/12/2016)* Pratique dans un contexte d'activité du quotidien, de loisir, de sport ou d'exercices programmés, des mouvements corporels produits par les muscles squelettiques, basée sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires.

Affection de longue durée (ALD) Une affection de longue durée exonérante est une maladie qui nécessite des soins prolongés et des traitements particulièrement coûteux. Elle donne droit à une exonération du ticket modérateur pour tous les actes en rapport avec elle (prise en charge à 100 % des dépenses liées à ces soins et traitements).

Agence régionale de santé (ARS) Elle définit et conduit la politique sanitaire au niveau régional. Les agences régionales de santé sont chargées du pilotage régional du système de santé. Elles définissent et mettent en œuvre la politique de santé en région, au plus près des besoins de la population.

Condition physique Capacité à accomplir les tâches quotidiennes avec vigueur et promptitude, sans fatigue excessive et avec suffisamment d'énergie pour jouir pleinement du temps consacré aux loisirs et pour faire face aux situations d'urgence.

Contrat local de santé (CLS) Outil porté conjointement par l'agence régionale de santé et une collectivité territoriale pour réduire les inégalités territoriales et sociales de santé. Il est l'expression des dynamiques locales partagées entre acteurs et partenaires sur le terrain pour mettre en œuvre des actions, au plus près des populations.

Éducation thérapeutique du patient (ETP) L'éducation thérapeutique du patient vise à aider les patients à gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique. Elle est un processus continu qui fait partie intégrante et de façon permanente de la prise en charge du patient.

Inactivité physique Elle se caractérise par un niveau insuffisant d'activité physique d'intensité modérée à élevée, ne permettant pas d'atteindre le seuil d'activité physique recommandé de 30 minutes d'AP d'intensité modérée au moins 5 fois par semaine ou de 25 minutes d'AP d'intensité élevée au moins 3 jours par semaine pour les adultes. Pour les enfants et les adolescents, le seuil recommandé est de 60 minutes d'AP d'intensité modérée par jour.

Médecin traitant Ses principales missions sont :

- d'assurer un premier niveau de recours aux soins et de coordonner le suivi médical ;
- d'orienter dans le parcours de soins coordonnés ;
- de connaître et de gérer le dossier médical ;
- d'établir un protocole de soins pour une affection de longue durée ;
- d'assurer une prévention personnalisée.

(Source : Ameli)

Médicosport-Santé
Dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives qui recense les caractéristiques physiques, physiologiques et mentales de chaque discipline sportive, ainsi que les conditions de pratique dans le cadre du Sport Santé (prévention primaire, secondaire et tertiaire). À ce jour, 45 fédérations sportives ont intégré le dispositif. Base de connaissances des disciplines sportives à visée médicale, le Médicosport-Santé du CNOSF s'adresse en premier lieu aux médecins généralistes ou aux professionnels de santé susceptibles de prescrire, préconiser ou recommander une activité sportive à leurs patients. (Source : CNOSF)
Il existe en version PDF sur le site du CNOSF et en version digitale sur le site des éditions Vidal.

Parcours de soins
Ils permettent l'accès aux consultations de premier recours et, quand cela est nécessaire, aux autres lieux de soins : hospitalisation programmée ou non (urgences), hospitalisation à domicile (HAD), soins de suite et de réadaptation (SSR), unités de soins de longue durée (USLD) et établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD).

Prescription d'activités physiques et sportives pour les patients souffrant d'une affection longue durée (ALD)
Article 144 de la loi de modernisation de notre système de santé ajoutant l'article L. 1172-1 du Code de la santé publique. Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient. Les activités physiques adaptées sont dispensées dans des conditions prévues par décret.

Prévention
Sont classiquement distinguées la prévention primaire, qui agit en amont de la maladie (ex. : vaccination et action sur les facteurs de risque), la prévention secondaire, qui agit à un stade précoce de son évolution (dépistage), et la prévention tertiaire, qui agit sur les complications et les risques de récidive.

Santé
La santé est un état de complet bien-être physique, mental, social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. (Selon l'OMS depuis 1946)

Sédentarité
Situation d'éveil caractérisée par une dépense énergétique inférieure ou égale à la dépense de repos en position assise ou allongée (1,6 MET) : déplacements en véhicule automobile, position assise ou toute activité réalisée au repos en position allongée (lire, écrire, regarder la télé, travailler sur ordinateur, téléphoner, etc.).

Sport
Toute forme d'activité physique qui, à travers une participation organisée ou non, a pour objectif l'expression ou l'amélioration de la condition physique et psychique, le développement des relations sociales ou l'obtention de résultats en compétition de tous niveaux.

Sport-Santé
Pratique d'activités physiques ou sportives qui contribue au bien-être et à la santé du pratiquant conformément à la définition de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

- Maintien de la santé chez le sujet sain (prévention primaire).
- Amélioration de l'état de santé et prévention de l'aggravation et/ou de la récidive de maladies chroniques (prévention tertiaire).

Trinôme de ligue
Un médecin, un enseignant et un CED désignés dans chacune des 18 ligues pour la structuration et le déploiement du programme Tennis Santé.

Informations spécifiques destinées aux ligues
ligue Île-de-France

PLAN RÉGIONAL SPORT SANTÉ BIEN-ÊTRE PAR RÉGION

Plan régional Sport Santé Bien-Être Île-de-France 2017-2020

ANNUAIRE CONTACTS RÉSEAUX MÉDICAUX PAR RÉGION

Liste indicative de contacts médicaux classés par ordre alphabétique pouvant être sollicités afin de cibler les médecins prescripteurs en fonction des thématiques médicales sélectionnées.

La Fédération Française de Cardiologie fédère 26 associations de cardiologie régionales animées par des cardiologues bénévoles et 230 clubs Cœur et Santé en Métropole et Outre-mer. Retrouvez leurs adresses en cliquant sur le lien FFC.

ÎLE-DE-FRANCE

ONCO 94 OUEST
Bernard ORTOLAN
Thématique : cancérologie et soins palliatifs
contact@onco94.org

24, rue Albert Thuret
94669 CHEVILLY-LARUE
Tél. : 01 46 63 00 33

RECUP'AIR
Dr Agnès BELLOCQ
Fonction : présidente
Thématique : insuffisance respiratoire chronique - BPCO - réhabilitation respiratoire ambulatoire
recupair3@orange.fr

3, rue de Metz
75010 PARIS
Tél. : 01 42 18 00 65
Fax : 01 43 21 60 23

RENIF
Xavier BELENFANT
Fonction : président
Thématique : insuffisance rénale chronique
contact@renif.fr
Site: www.renif.fr

3-5, rue de Metz
75010 PARIS
Tél. : 01 48 01 93 00
Fax : 01 48 01 65 77

REPOP ÎLE-DE-FRANCE
Amine ARSAN
Fonction : trésorier
Thématique : obésité pédiatrique
contact@repop.fr

Hôpital Necker enfants malades
149, rue de Sèvres
75015 PARIS
Tél. : 01 42 73 05 53
Fax : 01 44 38 16 14

REPPOP IDF
Hôpital Necker enfants malades

149, rue de Sèvres
75743 Paris Cedex 15
Thématique :
obésité pédiatrique
Tél. 01 42 73 05 53
contact@repop.fr
www.repop-idf.fr

Dr Amine ARSAN
Fonction : présidente
Amine.arson@wanadoo.fr
Coordonnatrice santé :
Laurence Guéry
Laurence.guery@repop.fr

RÉSEAU AGEP-ASSOCIATION GÉRIATRIQUE DE L'EST PARISIEN
Albert SERVADIO
Fonction : président
Thématique : gérontologie
agep@wanadoo.fr

2, rue Plichon
75011 PARIS
Tél. : 01 46 36 08 12
Fax : 01 58 30 60 29

RÉSEAU ASDES
Christian HERVÉ
Fonction : président
Thématique : accès aux soins, aux droits, ETP
contact@asdes.fr

403, avenue de la République
92014 NANTERRE
Tél. : 01 47 69 72 12
Fax : 01 47 69 67 68

RÉSEAU CARMAD
Marie-Thérèse ROOS
Fonction : présidente
Thématique : gérontologie
contact@carmad.fr

6, chemin des Vignes
78340 LES CLAYES-SOUS- BOIS
Tél. : 01 30 55 77 50
Fax : 01 30 55 72 87

RÉSEAU DAPSA
Marijo TABOADA
Fonction : psychiatre coordinatrice
Thématique : addictions, périnatalité, accès aux soins
mj.taboada@dapsa.org

59, rue Meslay
75003 PARIS
Tél. : 01 42 09 07 17
Fax : 01 40 27 00 06

RÉSEAU DE SANTÉ PARIS NORD
Nadine IDALGO
Fonction : directrice
Thématique : multithématique
nadine.idalgo@reseau-paris-nord.com

3/5, rue de Metz
75010 PARIS
Tél. : 01 53 24 80 80

Fax : 01 53 24 80 81

RÉSEAU DIABÈTE 92
Michèle Luciani
Fonction : médecin coordonnateur
Thématique : diabète
diabete92@wanadoo.fr

403, avenue de la République
92000 NANTERRE
Tél. : 01 47 69 72 26
Fax : 01 47 69 72 25

RÉSEAU ENSEMBLE
Jean-Marc MOLLARD
Fonction : directeur
Thématique : soins palliatifs
mail@reseau-ensemble.org

35, rue Vergniaud
75013 PARIS
Tél. : 01 42 17 05 73
Fax : 01 42 17 06 35

RÉSEAU EPSILON
Gilles BEGHIN
Fonction : président
Thématique : gérontologie soins palliatifs - soins de support
contact@reseau-epsilon.fr

195, avenue du Général Leclerc
78220 VIROFLAY
Tél. : 01 30 24 28 56
Fax : 01 30 24 88 88

RÉSEAU GYNECOMED IDF
Sylvie FRIDMANN
Fonction : présidente
Thématique : sénologie - cancérologie
sophie.houzard.gynecomed@gmail.com

103, rue Legendre
75017 PARIS
Tél. : 01 42 63 39 03
Fax : 01 45 84 68 30

RÉSEAU HIPPOCAMPES
Marie-France MAUGOURD
Fonction : trésorière
Thématique : gérontologie – Alzheimer
reseau.hippocampes@wanadoo.fr

Z.A. Les Gros
Route de Fontenay
91610 BALLANCOURT-SUR-ESSONNE
Tél. : 01 64 93 01 10
Fax : 01 64 93 01 11

RÉSEAU MORPHÉE
Sylvie ROYANT-PAROLA
Fonction : présidente
Thématique : troubles du sommeil
dr.royant-parola@reseau-morphee.fr

2, Grande Rue
92380 GARCHES
Tél. : 01 47 41 17 17

RÉSEAU NEPALE
Odile DAVID
Fonction : directrice
Thématique : soins palliatifs - douleurs - soins de support
nepale@wanadoo.fr

77, rue de Perray
Hôpital des Magnolias
Bât. D 3e étage
91160 BALLAINVILLIERS
Tél. : 01 69 63 29 70
Fax : 01 69 80 64 21

RÉSEAU ONCOLOGIE PARIS EST - ROPE
Jean-Luc MAMOU
Fonction : président
Thématique : oncologie
coordination.rope@gmail.com

2, rue Plichon
75011 PARIS
Tél. : 01 46 36 5128
Fax : 01 58 30 60 29

RÉSEAU ONOF
Karine COSTA
Fonction : directrice
Thématique : cancérologie - soins palliatifs
karinecosta@orange.fr

8, rue Traversière
95000 CERGY
Tél. : 01 30 32 33 85
Fax : 09 70 06 30 41

RÉSEAU OSMOSE
François BOUÉ
Fonction : président
Thématique : cancérologie - soins palliatifs - gérontologie
sleveque@reseau-osmose.fr

20, 22 avenue Édouard Herriot
Bât. Le Carnot - Hall 9
92350 LE PLESSIS- ROBINSON
Tél. : 01 46 30 18 14
Fax : 01 46 30 46 71

RÉSEAU PARIS DIABÈTE
Claire SUZANNE-LAMARRE
Fonction : directrice
Thématique : diabète
paris.diabete@paris-diabete.fr

16, bis rue Lauzin
75019 PARIS
Tél. : 01 45 45 46 56
Fax : 01 45 45 46 27

RÉSEAU PRÉVENTION MAIN IDF
Christian COUTURTER
Fonction : président
Thématique : traumatologie membres supérieurs – handicap
a.montauban@reseaumain.fr

GOMED
79, rue de Tocqueville
75017 PARIS
Tél. : 01 55 25 82 47
Fax : 01 64 43 44 98

RÉSEAU RACYNES
Laura ARASSUS
Fonction : médecin directeur
Thématique : gérontologie et soins palliatifs
contact@reseau-racynes.fr

1, rue de Pontoise
78100 SAINT-GERMAIN-EN- LAYE
Tél. : 01 30 61 70 16
Fax : 01 300 61 71 14

RÉSEAU RÉGIONAL FRANCILIEN DOULEUR EN SANTÉ MENTALE
Dr Djéa SARAVANE
Fonction : chef de service, président de l'Association nationale pour la promotion de soins somatiques en santé mentale (ANP3SM)
Thématique : coordonner, apporter la culture douleur en psychiatrie, former et informerd.saravane@epsve.fr

ANP3SM
Service des Spécialités
Hôpital de Ville-Évrard
202, avenue Jean Jaurès
93330 NEUILLY-SUR-MARNE
Tél. : 01 43 09 30 83
Fax : 01 43 09 32 00

RÉSEAU RESSOURCE
Bénédicte BALLEREAU
Fonction : directrice
Thématique : accès aux soins
ressource.rvh@wanadoo.fr
333, av. du Général de Gaulle
92140 CLAMART
Tél. : 01 46 31 84 57
Fax : 01 46 31 22 38

RÉSEAU REVESDIAB
Pierre VOIZARD
Fonction : directeur
Thématique : diabète
pierre.voizard@orange.fr

4, rue Octave du Mesnil
94000 CRÉTEIL
Tél. : 01 60 86 52 82
Fax : 01 48 99 17 48

RÉSEAU ROPE RÉSEAU ONCOLOGIQUE PARIS EST
Albert SERVADIO
Fonction : trésorier
Thématique : oncologie
coordination.rope@gmail.com

2, rue Plichon
75011 PARIS
Tél. : 01 46 36 51 28
Fax : 01 58 30 60 29

RÉSEAU SCOP
Annick LE ROL
Fonction : médecin coordonnateur
Thématique : cancérologie - soins de support - soins palliatifs
contact@reseauscop.org

2, rue Gaston Paymal
92110 CLICHY–LA-GARENNE
Tél. : 01 47 15 09 79
Fax : 01 47 15 09 82

RÉSEAU UNI-K
Delphine THÉRY DEBORDE
Fonction : cadre administratif
Thématique : cancérologie
d-deborde@ch-meaux.fr

Place Delinselle
Pavillon Camille Guérin
77100 MEAUX
Tél. : 01 78 71 41 15
Fax : 01 60 22 56 77

ROC EST 94 - RÉSEAU D'ONCOLOGIE DE CRÉTEIL ET DE L'EST DU VAL-DE-MARNE
Bruno HOUSSET
Fonction : président
Thématique : cancérologie
sophie.barbareau@chicreteil.fr

40, avenue de Verdun
94000 CRÉTEIL
Tél. : 01 41 78 41 33
Fax : 01 41 78 40 97

SINDEFI-SEP
Fabienne PANZER
Fonction : directrice administrative
Thématique : sclérose en plaques et autres maladies inflammatoires du système nerveux
fabienne.panzer@sindefi.org

Immeuble Créteil Expansion
9-11, rue Georges Enesco
94000 CRÉTEIL
Tél. : 08 10 81 09 81
Fax : 01 42 07 93 68

FFT - Pôle fédéral
Service Développement de la Pratique Tennis
pole-federal@fft.fr