

Mis à jour le 17/04/2019

Type d'action Activité physique adaptée (APA) / Activités physiques et sportives et défi sportif

Le promoteur de l'action

**France Alzheimer Dordogne**

Territoire Départemental

Responsable Geneviève Demoures (Présidente)

Telephone 05 53 27 30 34

Courriel [alzheimer.dordogne@orange.fr](mailto:alzheimer.dordogne@orange.fr)

Site Internet <https://www.francealzheimer.org/dordogne/>

Adresse 2 Rue Emile Counord, Bergerac 24100, France

## Plus d'infos sur l'association

**Objet de l'association** Soutenir les malades souffrant de la maladie d'Alzheimer, ainsi que leurs familles et les proches aidants

**Activités principales réalisées** Pour les malades nous proposons des ateliers mémoire, de cuisine, de gym, de musicothérapie, des ateliers d'éducation thérapeutique. Pour les aidants il y a des séances de formation, des entretiens individuels avec une psy et des activités de sophrologie et yoga et des groupes de parole. Il y a également des ateliers malades/aidants comme les cafés-mémoires, les haltes-relais et les séjours vacances.

**Nombre d'adhérents de l'association au 31 décembre de l'année écoulée** 420

**Nombre de bénévoles** Entre 30 et 40

**Territoire d'intervention de l'association** Départemental

Description de l'action	Ce programme répond à une prescription d'activité physique adaptée pour des personnes atteintes de pathologies neurodégénératives. Il a été conçu par Profession Sport & Loisirs Dordogne qui le met en oeuvre pour l'association France Alzheimer Dordogne. Un temps de pratique est proposé à raison d'une heure par semaine. L'activité physique est adaptée aux pathologies et répond aux objectifs individuels préalablement définis. Toutes les activités physiques peuvent être proposées tant qu'elles sont adaptables à chacun : marche nordique, gymnastique douce, activités de précision, de coordination, tennis, etc. L'évaluation se réalise tout au long des 35 semaines de pratique.
Thématiques associées à votre action	Activités physiques
Lieu(x) où se déroule(nt) l'action	Complexe Sportif La Canéda, 103 Avenue de la Canéda, 24200 Sarlat-la-Canéda / Saint-Méard-de-Gurçon, France / Tennis Club de Boulazac, Rue des Loisirs, 24750 Boulazac Isle Manoire / Thiviers, France / Vergt, France
Quand l'action a-t-elle ou va-t-elle débuter ?	15/05/2017
Autres commentaires	Cindy GAILLARD, Chargée de mission "Sport & Santé" au sein de l'association prestataire " Profession Sport & Loisirs Dordogne" reste à disposition pour tout besoin d'information complémentaire.
Quels sont vos objectifs par rapport à cette action ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Favoriser une réappropriation du corps dans son ensemble</li> <li>- Améliorer la qualité de vie de l'aidé et de l'aidant</li> <li>- Favoriser le maintien et/ou la création de liens sociaux</li> </ul>
Si votre action est terminée, avez-vous atteint vos objectifs ?	Oui
Nombre de bénéficiaires (par an)	Le nombre augmente depuis 2017. La mise en place d'un atelier permet de toucher entre 5 et 10 personnes. A ce jour, 6 ateliers sont ouverts.
Âges	65 à 80 ans, + de 80 ans
Situations socio-professionnelles	A la retraite
Personnes concernées par l'action	Personnes malades

Budget de l'action et/ou détails des postes de dépenses	Le coût d'un programme (Hors frais de déplacement) est de 2 550EUR
Qui sont les financeurs ?	Union France Alzheimer et Conférence des financeurs de la Dordogne
Territoire concerné par l'action	Urbain, Périurbain, Rural
Une évaluation a-t-elle été faite ou est-elle prévue ?	Oui
Un bilan est-il fait ou prévu ?	Oui
Si oui, n'hésitez pas à en préciser les modalités (remis en interne, externe, résultats obtenus ou attendus, etc.)	Oui, des bénéficiaires des ateliers augmentent leurs conditions physiques, ce qui permet de conserver l'autonomie au quotidien.
Fréquence de l'action - Est-ce une action :	Hebdomadaire
L'action répond-elle à un appel à projet ou un appel d'offres ?	Oui
Merci de préciser	Appel à projet de la Conférence des Financeurs de la Dordogne
Durée prévue	Illimitée
L'action s'inscrit-elle dans une politique publique ?	Plans de santé, Plan Régional Sport Santé & Bien-être
Y'a-t-il une dimension consacrée à l'empowerment dans votre action ?	Oui, il y a une dimension consacrée à l'empowerment
Merci de préciser	Oui, car il est question avec l'activité physique adaptée de reprendre confiance en soi, en ses capacités et de gagner en qualité de vie
Votre action a-t-elle fait l'objet d'un diagnostic préalable ou d'une analyse des besoins du terrain ?	Oui

<p>Merci de préciser</p>	<p>Dans un objectif de bonne santé, le développement de l'activité physique est devenu un enjeu de santé public pour tous les âges. Les différents plans et articles scientifiques s'accordent à dire que la pratique d'une activité physique présente un intérêt dans un objectif d'une bonne santé pour tous et plus particulièrement pour les publics dits "fragiles". C'est pourquoi, nous élaborerons des programmes qui répondent aux recommandations des différents plans de prévention existants et qui tiennent compte des préconisations de la littérature scientifique. Nos programmes interviennent sur les axes suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Préserver les fonctions musculaires, articulaires et le capital osseux - Prévenir la perte d'équilibre et les chutes</li> <li>- Favoriser l'état de bien-être, la qualité de vie et les liens sociaux</li> <li>- Préserver les fonctions cognitives</li> </ul> <p>L'élaboration de ces programmes est également menée en tenant compte des actions de prévention sur notre territoire et les programmes viennent en soutien des actions déjà existantes, identifiées lors d'un diagnostic de notre territoire.</p> <p>En 2015, PSL 24 repère un manque d'actions en activité physique à l'attention d'un public souffrant de maladies neurodégénératives : maladie d'Alzheimer, maladies apparentées et maladie de Parkinson. Suite aux divers échanges avec les équipes pluridisciplinaires des accueils de jour de Périgueux et Bergerac, et avec l'association France Alzheimer et ses aidants, nous avons abordés des difficultés rencontrées au quotidien par le couple aidé/aidant. Ces échanges ont permis à PSL 24 de repérer des axes d'intervention pour répondre aux objectifs déclinés précédemment :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Améliorer la qualité de vie de l'aidant grâce à l'amélioration des troubles psycho-comportementaux de l'aidé</li> <li>- Diminuer les mises en difficultés de l'aidant en réduisant les risques de chutes et en améliorant la motricité de l'aidé</li> </ul>
<p>Pathologies ou situations de santé à risque abordée(s)</p>	<p>Maladie d'Alzheimer et apparentées / Maladie de Parkinson / Sclérose en plaque</p>

Nombre de bénévoles impliqués dans l'action	France Alzheimer Dordogne fait appel à l'association Profession Sport & Loisirs Dordogne comme prestataire afin de mettre à disposition un encadrant sur chacun des ateliers. Ces ateliers sont co-encadrés avec un bénévole de France Alzheimer.
Le territoire d'intervention de l'action couvre l'échelle	Départementale
Où votre action se déroule-t-elle ?	Locaux associatifs, Salles/espaces municipaux ou privés, Infrastructures sportives
L'action concerne-t-elle par exemple :	Zone de Revitalisation Rurale
L'action est-elle coordonnée au niveau national ?	Non
L'action est-elle coordonnée au niveau local ?	Oui
L'action s'inscrit-elle dans un parcours de santé (organisation formalisée sur le territoire) ou dans un parcours de soins ?	Oui
Merci de préciser le parcours de santé / de soins dans lequel s'inscrit l'action	Elle s'inscrit dans le parcours de prescription définie en Dordogne par le Réseau Sport Santé & Bien-être piloté par la DDCSPP24 & la DT ARS24. Les bénéficiaires de l'action présente une prescription d'activité physique adaptée pour participer à l'atelier.
Méthode retenue	Interne (auto-évaluation réalisée par votre association)
Quels sont les indicateurs de processus utilisés ?	Observations, retour & sentiments des participants, tests physiques, assiduité, retours des aidants
Quels sont les indicateurs de résultats utilisés ?	On observe les effets de l'activité physique sur l'autonomie de la personne & l'impact que cela a sur la qualité de vie des aidants
Ce bilan a été remis...	Les deux
L'action est-elle susceptible d'être transférée sur un autre territoire ?	Oui