

**Mis à jour le** 08/11/2021

**Type d'action** Activités physiques et sportives et défi sportif / Education pour la santé / Forums, congrès, conférences, salons, ... / Journée/semaine de sensibilisation / Opérations de communication / Organisation d'événements

**Le promoteur de l'action**

**Calais Respire**

**Territoire** Régional, Départemental, Local

**Responsable** Jean Paul VASSEUR (Président)

**Telephone** 06 62 02 12 65

**Courriel** calaisrespire@hotmail.fr

**Site Internet** <http://www.calaisrespire.com>

**Adresse** 534 Rue de l'Espérance, Les Attaques 62730, France

## Plus d'infos sur l'association

- Objet de l'association** L'association des insuffisants respiratoires, Calais Respire, « mieux bouger, pour mieux respirer », propose deux séances d'activités physiques adaptées hebdomadaires d'une durée de deux heures dans l'optique de contribuer à la qualité de vie des usagers :
- o Malades, insuffisants ou handicapés respiratoires
  - o D'accompagner les patients dans leurs parcours de soins et de prévention en addictologie
  - o De permettre aux patients de se réinsérer progressivement socialement post hospitalisation psychiatrique.
- A cette fin, elle se donne également pour mission de :
- o Participer à des actions de prévention et de sensibilisation et à défaut les initier afin d'évaluer la santé des usagers, et de promouvoir la santé sur le territoire
  - o Assurer la représentation des malades, insuffisants ou handicapés respiratoires auprès des pouvoirs publics, des administrations, des institutions, organismes et collectivités publics ou privés locaux quelque soit leur forme.
  - o Calais Respire est à l'initiative de la création de la « Maison des usagers et des associations » dans l'enceinte du centre hospitalier de Calais. Le projet de la maison des et des associations est animé par la volonté de développer une philosophie considérant l'utilisateur comme partenaire. Cette maison des usagers et des associations a pour ambitions :
- o Ecouter, informer, orienter l'utilisateur ou les proches aidants dans le parcours de prise en charge.
  - o Assurer la commission des usagers afin de faciliter les démarches et valoriser les représentants des usagers
  - o Faire vivre le projet des associations au sein du service et promouvoir

leurs actions

- o Mener et valoriser les actions de la promotion santé.
- o Valoriser les actions menées en éducation thérapeutique du patient.

**Activités principales réalisées** Calais Respire est une association de patients proposant de multiples activités physiques adaptées suivant les possibilités, les capacités, sensibilités, les motivations des participant.e.s afin qu'ils s'investissent dans le programme de réentraînement à l'effort dans le respect du protocole sanitaire et des gestes barrières.

Ainsi, les usagers s'inscrivent pour assister à la séance afin de limiter le nombre de participant et garantir la distanciation sociale. Le port du masque est obligatoire du parking jusqu'à la zone de pratique individuelle (d'au moins 4m<sup>2</sup>). Les usagers se désinfectent les mains dès leur entrée dans la salle et prennent une lingette afin de désinfecter leur vélo ou leur tapis de marche. Ils conservent leurs effets personnels dans leurs zones de pratique. Ils ont alors la possibilité d'ôter leur masque dès lors que l'activité débute et qu'ils restent dans leur zone de pratique. Une fois l'activité terminée, ils sont dans l'obligation de mettre le masque et désinfectent de nouveau leur matériel. Ils peuvent quitter leur zone de pratique en conservant une distanciation sociale avec les autres usagers, se désinfectent les mains et quittent la salle. Nous leur avons transmis un protocole ainsi qu'une vidéo résumant les gestes barrière à adopter lorsqu'ils viennent en séance en présentiel. Chaque usager signe un formulaire attestant qu'il ait pris connaissance de ce règlement sanitaire et qu'il s'engage à le respecter pour sa propre sécurité et pour la sécurité des autres usagers.

Ce fonctionnement sécurise environ 53% de nos adhérents. Lors de notre phoning de rentrée nous avons réalisé le constat selon lequel la majorité des 47% des adhérents ne venant plus aux séances en présentiel craignent de sortir de leur domicile. A ces 47% d'usager bénéficiant du programme de réentraînement à l'effort en 2019-2020 mais ne pratiquant plus en 2020-2021, nous souhaitons proposer ce

programme de réentraînement à l'effort à domicile, en visioconférence. Les séances d'activités physiques adaptées s'articulent autour de thèmes divers tels que l'endurance (bicyclette ergométrique, tapis de marche, marche nordique, vélo à assistance électrique...), renforcement musculaire, équilibre et prévention des chutes, souplesse à raison une à deux séances d'une heure à Calais et au Pont d'Ardres (commune de Les Attaques). Les usagers bénéficient de moins de séance par semaine puisque nous limitons le nombre de pratiquants dans la salle d'intervention.

Les séances d'activités physiques adaptées réalisées en visioconférence seront similaires à celles proposées au programme de réentraînement à l'effort en présentiel.

**Nombre d'adhérents de l'association au 31 décembre de l'année écoulée** 82

**Nombre de bénévoles** 4

**Nombre de volontaires** 4

**Territoire d'intervention de l'association** Régional, Départemental, Local

**Noms des régions, départements ou villes du territoire d'intervention** Lens  
Béthune  
Lievin  
Boulogne  
Calais

Description de l'action	Information et sensibilisation aux maladies respiratoires et aux dangers du tabagisme lors de la tenue d'un stand dans le Village Santé au Parc de l'Octogone à Coulogne, le 7 novembre 2021, dans le cadre d'une matinée de diverses courses à pied organisées dans la ville et ouvertes aux adultes et aux enfants.
-------------------------	---

Thématiques associées à votre action	Activités physiques / Addictions / Alimentation / Maladies chroniques
Lieu(x) où se déroule(nt) l'action	Coulogne, France
Quand l'action a-t-elle ou va-t-elle débuter ?	30/11/2021
Quels sont vos objectifs par rapport à cette action ?	Sensibiliser aux dangers du tabac et encourager à l'arrêter
Si votre action est terminée, avez-vous atteint vos objectifs ?	Oui
Si votre action est terminée, avez-vous atteint vos objectifs ?	Oui
Type de publics	Tous les publics
Âges	Tous âges
Budget de l'action et/ou détails des postes de dépenses	Fonds propres
Qui sont les financeurs ?	Auto-financement
Territoire concerné par l'action	Urbain
Une évaluation a-t-elle été faite ou est-elle prévue ?	Non
Procédés opératoires utilisés	Statistiques
Un bilan est-il fait ou prévu ?	Non
Si oui, n'hésitez pas à en préciser les modalités (remis en interne, externe, résultats obtenus ou attendus, etc.)	Pas mal de personne s'intéressent à l'arrêt définitif du tabac et repartent avec des flyers et un Kit pour arrêter de fumer
Fréquence de l'action - Est-ce une action :	Pendant le mois de novembre
L'action répond-elle à un appel à projet ou un appel d'offres ?	Non
Utilisez-vous des outils pour soutenir votre action ?	Non

Y a-t-il eu, autour de l'action, des évènements, communications orales, écrites réalisés ?	Relations presse, Sur le site de votre association, Réseaux sociaux, Newsletters internes
Durée prévue	1 journée
Votre action est-elle menée avec d'autres associations de France Assos Santé ?	Oui
Plus précisément, cette action est menée :	Avec l'ensemble des associations du réseau de France Assos Santé
Votre action a-t-elle pu continuer pendant la crise sanitaire liée à la Covid-19 ?	Oui
L'avez-vous adaptée pendant la crise sanitaire ?	Non
L'action s'inscrit-elle dans une politique publique ?	Plans de santé
Plans de santé - Si oui lequel ?	Mois Sans Tabac
La participation des usagers est-elle une modalité intégrée dans votre action ?	Non
Y'a-t-il une dimension consacrée à l'empowerment dans votre action ?	Non
Votre action a-t-elle fait l'objet d'un diagnostic préalable ou d'une analyse des besoins du terrain ?	Oui
Merci de préciser	Arrêt du Tabac
Nombre de consultants impliqués dans l'action	2
Pathologies ou situations de santé à risque abordée(s)	Maladies respiratoires / Toutes pathologies et handicaps

Nombre de bénévoles impliqués dans l'action	2
Nombre de salariés impliqués dans l'action	0
Autres personnes impliquées dans l'action (précisez le nombre svp)	3
Le territoire d'intervention de l'action couvre l'échelle	Locale
Où votre action se déroule-t-elle ?	En extérieur, Action itinérante
L'action concerne-t-elle par exemple :	Un territoire de politique de la ville
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 ?	Non
Existe-t-il un comité de pilotage ?	Non
Existe-t-il un comité technique ?	Non
Existe-t-il d'autres modalités de gouvernance (par exemple si l'action s'inscrit dans un parcours de santé)	Non
Parmi ces outils, utilisez-vous des outils déjà validés ?	Non
Parmi ces outils, utilisez-vous des outils fournis par France Assos Santé ?	Non

Parmi ces outils, utilisez-vous des outils construits par vous ou votre association ?	Non
Parmi ces outils, utilisez-vous des outils de littératie en santé ?	Non
Vous pouvez nous transférer vos outils (documents, pdf, photos, vidéos, etc.)	J'accepte de transférer mon / mes outils
L'action est-elle susceptible d'être transférée sur un autre territoire ?	Oui
Des outils de transférabilité ont-ils été prévus/utilisés ?	Oui
Quels médias ont parlé de votre action ?	Journal local
Quels réseaux sociaux ont parlé de votre action ?	Facebook, LinkedIn