

Mis à jour le 11/07/2022

Type d'action Actions auprès de publics à risques / Actions en ligne / Activité physique adaptée (APA) / Activités physiques et sportives et défi sportif / Education pour la santé / ETP - Education thérapeutique du patient / Loisirs et vacances / Organisation d'événements

Le promoteur de l'action

Calais Respire

Territoire Régional, Départemental, Local

Responsable Jean Paul Vasseur (Président)

Telephone 0662021265

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 4m²). 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**

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	<p>Calais Respiré en partenariat avec UFOLEP ET FFAAIR ont organisé une semaine d'activité physique adaptée aux pathologies respiratoires. 26 patients et 2 éducateurs APA, se sont retrouvés pour un plein d'activités et divers ateliers dans un endroit superbe de l'Île de Noirmoutier. Nous pouvons féliciter ses personnes qui ont bien pratiqué pour leur santé !</p> <p>&nbsp;</p>
Thématiques associées à votre action	<p>Activités physiques / Droits des malades / Education pour la santé / Handicap / Maladies chroniques / Qualité de vie</p>
Lieu(x) où se déroule(nt) l'action	<p>Noirmoutier-en-l'Île, France</p>
Quand l'action a t-elle ou va t-elle débuter ?	<p>12/06/2022</p>
Pathologies ou situations de santé à risque abordée(s)	<p>Affections neurologiques et musculaires / Arthrite rhumatoïde / AVC - Accident vasculaire cérébral / Cancers / Diabète / Handicap physique / Handicap psychique / Maladies cardio-vasculaires / Maladies chroniques / Maladies respiratoires / Obésité et surpoids / Rhumatismes inflammatoires chroniques / Santé mentale / Toutes pathologies et handicaps / Troubles du sommeil</p>