



GOVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Thème 2 : LES BIENFAITS DU SPORT POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Enjeu : mettre en lumière et objectiver les bienfaits de la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap

CONTEXTE :

Près de 12 millions de personnes sont touchées par le handicap en France, et le rapport entre santé et handicap est très variable. En effet, si certaines affections associées au handicap entraînent une santé plus fragile et des besoins importants, d'autres non.

En tout état de cause, les personnes en situation de handicap ont des besoins pour assurer leur bonne de santé communs à toute personne, et elles doivent pouvoir accéder aux soins de la même manière.

Les recommandations sur la pratique d'une activité physique, établies par Santé publique France à partir du rapport de l'Anses de 2016 (sur l'actualisation des repères du PNNS relatifs à l'activité physique et la sédentarité), concernent également les personnes en situation de handicap : <https://www.mangerbouger.fr/Bouger-plus/Bougez-plus-a-tout-age/Personnes-en-situation-de-handicap>

Par ailleurs, la Haute Autorité de santé souligne l'importance d'une pratique d'activité physique et sportive régulière pour prévenir et lutter contre la sédentarité, ses effets délétères sur la santé mais aussi pour prévenir les maladies chroniques (dont les ALD) et également comme thérapeutique non-médicamenteuse pour ces pathologies. Ces constats sont tout autant vérifiés pour les personnes en situation de handicap.

Plus de détails : voir mesure 14 de la SNSH :

<https://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/actualites/article/presentation-des-mesures-phares-de-la-strategie-nationale-sport-et-handicaps>

DES EXEMPLES CONCRETS, DES OUTILS :

Le programme « Bougez avec le sport adapté » :

<https://sportadapte.fr/pratiquer/formes-de-pratique/sport-sante/>

<https://youtu.be/DZVcabQeKGA>

Le handisport sport-santé :

<https://www.handisport.org/le-handisport-sante/>

AUTRES RESSOURCES :

Article dans le magazine « Doc du sport » (p.36) :

<https://www.docdusport.com/jeunesse-sante-2021/>

Siel Bleu :

<https://www.sielbleu.org/>