

« Rando Santé »



Contexte et Description

Les bénéfices de l'activité physique et sportive pour les personnes en situation de handicap sont bien connus, mais moins d'une sur deux pratique une activité sportive régulière.

Pour répondre à ce besoin et toucher le public le plus éloigné de la pratique, le CDSA33 a mis en place le projet « Rando Santé ». Il s'articule autour de randonnées proposées sur le territoire girondin, en partenariat avec la FFRandonnée Gironde.



Objectifs

- * Evaluation de la condition physique grâce aux tests du programme « Bouger avec le Sport Adapté » en début et fin de saison sportive
- * Evolution des représentations sociales des sportifs et encadrants concernant les APS
- * Mise en relation auprès des clubs de la FFRandonnée Gironde



Résultats

- Amélioration de la santé (bien-être mental, physique et social)
- Poursuite de la pratique en ESMS via l'éducateur sportif
- Renforcement et maintien des capacités physiques
- Pratique conventionnée au sein d'un club
- Encourager l'engagement bénévole des sportifs
- Sensibilisation des clubs au handicap



Leviers

- + Facilité de mise en œuvre
- + Appétence du public pour l'activité
- + Richesse du maillage territorial et de l'offre de pratique sur le territoire girondin



Freins

- Moyens financiers limités des ESMS
- Problématiques de déplacement de nos sportifs (dépendant de quelqu'un)
- Problématiques institutionnelles liées aux ressources humaines en ESMS
- Méconnaissance de la part des professionnels d'ESMS des bienfaits de la pratique d'APS

