

Édito

Dans une société de plus en plus sédentaire, la promotion de la pratique des activités physiques ou sportives s'affirme comme un facteur de santé publique.

Il fallait donc un rendez-vous fédérateur des acteurs du sport santé en France, qui réponde à toutes les questions-clés sur l'activité physique ou sportive et son impact sur la santé.

Plus qu'un salon, un lieu pour présenter un véritable écosystème. Un temps précieux pour rencontrer, échanger, voir et apprendre. Tout le monde est concerné!

Christian Nicolaÿ
Directeur du salon



Le salon **Soi+** sport santé



Soi+ sport santé

Un rendez-vous indispensable

L'événement fédérateur n'existait pas : nous l'avons inventé.
Le 1^{er} rendez-vous national des acteurs du sport santé !

Au-delà des mots, qu'est ce qui est réellement mis en œuvre, qui se mobilise, quelles sont les opportunités... les résultats ?

Quels sont réellement les bienfaits de l'activité physique ou sportive sur la santé, la société ?
Comment mieux prévenir, pratiquer et récupérer ?

Comment rendre les acteurs autonomes et compétents dans leur pratique ?

Comment accompagner, motiver, soutenir les pratiquants ou aspirants pratiquants ?

Soi+ sport santé
c'est 2 jours :

- D'échanges entre public, entreprises et professionnels de santé,
- D'information pour comprendre les enjeux de l'activité physique ou sportive pour la santé de chacun, pour les pouvoirs publics, l'économie,
- De rencontres, de démonstrations, de conférences, d'ateliers, pour partager, apprendre les meilleures pratiques et solutions.

Des thèmes étudiés pour répondre aux besoins des pratiquants et des visiteurs.

-----→ **mieux prévenir**

-----→ **mieux pratiquer**

-----→ **mieux récupérer**

Des animations

**Pour échanger,
se former et s'entraîner**

Des démonstrations (Training center) et de prises de parole (Agoras)

Organisés pour que les exposants et les partenaires présentent leurs conseils, innovations, techniques et stratégies. Que ce soit dans la pratique d'une activité physique loisir ou sportive en compétition, il y a un **avant** : l'échauffement, l'attitude mentale juste, la connexion tête-corps... – un **pendant** : la gestion de l'effort intelligente – et un **après** : la récupération. Quels sont les fondamentaux à respecter ? et comment conserver les bienfaits dans son quotidien ?

La marche *Solidaire en peloton*™

Un événement au profit de la fondation ARSEP
« Aide à la recherche à la sclérose en plaque ».

L'activité physique à la portée de tous
Samedi 7 Octobre 2017 à 9h00.

Une occasion de mettre en application les fondamentaux présentés sur le salon.

La journée nationale de la *marche nordique*

Des démonstrations et des ateliers organisés par la Fédération Française d'Athlétisme en partenariat avec le salon le samedi 7 Octobre à 9h30.

Une initiation durant laquelle les coaches athlé santé feront découvrir une activité idéale pour prendre soin de soi.

Le salon s'adresse à tous les publics, pratiquants ou aspirants pratiquants à qui une activité physique a été fortement conseillée ou qui souhaitent plus ou mieux pratiquer :



Particuliers :
de l'enfant
au sénior...



**Personnes atteintes
de pathologies**
en phase de rééducation ou de remise en forme, etc.



**Professionnels
du sport :**
enseignants,
coachs,
dirigeants...



**Professionnels
de santé et
du bien-être :**
médecins,
kinés, ostéo,
naturopathes...



Institutionnels :
fédérations,
associations,
collectivités
et organismes...



Entreprises :
DG, DRH,
services généraux
et achats,
CE, médecine
du travail...

Des conférences

Pour sensibiliser,
former et témoigner

Vendredi 6 oct. 2017

La politique sport santé

09h00 Ouverture du Salon

Animée par **Yann Lavoix**, journaliste
Christian Nicolaÿ, directeur du salon

09h15 Etat des lieux de l'activité physique et de la sédentarité en France
Corinne Praznocy - Directrice de l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité (ONAPS)

10h00 Politique de prévention publique
Plan National de Nutrition Santé et plan d'Obésité

Vincent Alberti - Expert en activité physique et politique publique, Président de Sport Santé Conseil

Le sport sur ordonnance

10h45 Le sport sur ordonnance

Valérie Fourneyron - Ancienne Ministre de la Jeunesse et des Sports.

Pr Martine Duclos - Chef de service Médecine du sport CHU Clermont-Ferrand, Présidente du comité scientifique de l'ONAPS, conseil au PNR2SBE

Le financement du sport santé

11h30 Quels sont les financements existants ou envisageables ?

Thierry Tsagalos - responsable des réseaux Sport Santé, Carlabs

Thierry Fauchard* - Chargé de mission à la Mutuelles des Sportifs

Ronan LeJoubioux* - Directeur général de la CCMO

Représentant du Groupe Pasteur Mutualité

12h15 Sport Santé et aménagement du territoire : Exemples de déploiement dans les territoires et par les collectivités locales
Gilles Bouilhaguet, Directeur de projet Biarritz Sport Santé

Jean-marc Sène - Médecin équipe de France Olympique de Judo, spécialiste du sport santé en pratique de ville

Frédéric Le Cren - Directeur de recherche et partenariat, Fédération Française de Sports pour Tous

Les réseaux sport santé

14h00 Comprendre les réseaux sport santé pour orienter les patients ou répondre à une pratique sportive personnelle
Dr Jean-Luc Grillon - Médecin de sport

auprès de la DRJS

Dr Pierre Billard - Médecin Consultant, Pôle Sport DRJSCS IDF

Sport en entreprises

14H45 Le sport au service de la santé des salariés et de la performance de l'entreprise.

Julien Pierre, Maître de conférences, faculté des sciences et du sport de Strasbourg

Exemple de "Solution santé globale"
Michel Rota - Directeur Général de Wellness Training

Philippe Lamblin, DRH du groupe Avril
Dr Yves Pages - Président

Les fondamentaux de l'Activité physique ou Sportive (Partie 1)

15h45 Comment réussir son "burn out" du 1er coup !

Philippe Leclair - Consultant expert en développement de performances, fondateur de la Stratégie de la Réussite, ancien champion du monde de course à pied, préparateur mental
La nutrition et la récupération : la gestion du sommeil

Dr François Duforez - Médecin à l'Hôtel-Dieu, spécialiste du sommeil.

17h30 Fin des conférences : Jour 1

Samedi 7 oct. 2017

Les formations

10h00 L'encadrement des activités (APS-APA) : Quels diplômes, quelles formations complémentaires

Quelles compétences pour quel public ?
La responsabilité civile des encadrants (BPJEPS, STAPS, APA...)

Jacques Bigot - Responsable du Pôle National Ressources Sport Santé - Ministère des Sports

Claire Pontais - SNEP FSU
Représentant de la Fédération Française d'Athlétisme

Les démarches qualité ?

10h45 Les démarches privées

Quel référentiel commun ? Les labels sport santé

Michel Rota - Administrateur à l'Union Sport & Cycle et Directeur Général de WellenestTraining

Présentation du label Fitness santé
Dr Yves Pages - Président de la Société Française de Sport Santé (SF2S),

cardiologue, cofondateur du "Label Salles Sport Santé"

Témoignage d'un directeur de salles labellisées - Élanica,
Représentant de la Fédération Française d'Athlétisme

11h30 Les démarches associatives

Les démarches qualité au sein des Fédérations, les bilans et choix des tests d'évaluation

Dr Karim Belaïd - Diabétologue
Témoignages de fédérations et associations de patients

Les fondamentaux de l'Activité physique ou Sportive (Partie 2)

12h15 Le Sport Santé en prévention : pour quels résultats ?

Les bienfaits de l'APS dans le cadre de la prévention tertiaire :

APS et Sclérose en Plaque

Bernard Gentric - Vice-Président de la Fondation ARSEP
APS et Cancer

Nicolas Granger - Entraîneur en natation meilleur nageurs Masters du Monde 2012/2014

Jean-Marc Descottes - Directeur Général de la Cami Sport et cancer

14h00 Comment pratiquer une APS de façon intelligente ?

Philippe Leclair - Consultant expert en développement des performances
Dr Eric Favory - Médecin du sport, d'équipes de France d'Équitation, ex-attaché en médecine du sport au CHU Cochin Port-Royal, ex-attaché de l'INSEP-Paris

14h45 Prévention des troubles Musculo-squelettiques

Intervention de Kinésithérapeutes

15h30 Le sport santé en prescription thérapeutique - Quelle APS pour quelle pathologie ? Coeur - Obésité - Diabète
Dr Gilbert Peres - ancien chef de service de physiologie et médecin du sport CHU Pitié-Salpêtrière, Dir. enseignement nutrition du sportif et sport santé, Université Pierre et Marie Curie, Paris Descartes

16h00 Le sport santé à l'école

Christian Couturier - Pr. agrégé d'EPS, Secrétaire National du Syndicat National d'Éducation physique (SNEP-FSU), et du Centre National d'EPS et Société.
Représentant du Ministère de l'éducation Nationale*

16h45 Clôture du Salon

* en cours de confirmation

Constats et enjeux

Activité physique ou sportive au quotidien

Des réponses pour chacun et pour tous

67%



Le manque de temps et de motivation sont les principaux freins

des pratiquants, hommes et femmes, sont motivés par les sujets : Equilibre de vie, confiance en soi, apparence...

Les français attendent que l'offre d'activité physique s'intègre à leur quotidien et à leurs contraintes de temps, de distance et d'argent

Peu de français connaissent l'importance de la récupération lors de l'activité physique ou sportive :

75%



des enfants ont une activité physique insuffisante



2 français sur 3 pratiquent moins de : **3 h / semaine**

42%

font moins de : **10 mn d'activité physique / jour**

Activité physique ou sportive en entreprise

Des solutions pour renforcer la pratique sportive sur le lieu de travail

Des salariés bien dans leur corps, bien dans leur tête... sont aussi bien au travail (diminution de l'absentéisme, augmentation de la capacité de travail, etc.)

81%



des entreprises qui offrent du sport ont une meilleure image

Seuls 13% des Français qui pratiquent une activité le font sur leur lieu de travail

Le sport comme outil de management : cohésion, confiance en soi, amélioration de la relation entreprise/salariés

52%



des 25 à 34 ans disent « subir un stress élevé »

95% des cadres stressés seraient prêts à chercher un emploi ailleurs

Soi+

Une opportunité inestimable pour montrer et démontrer, les pratiques et solutions pour évacuer le stress

Activité physique ou sportive, ville et collectivités

Des idées pour renforcer la place du sport

1



Aménager l'espace urbain (pistes cyclables, circuits pédestres, parcours santé...)

2



Accroître la place du sport à l'école et à l'université

3



Sensibiliser les citoyens sur les conséquences de l'inactivité sur la santé

4



Faciliter l'accès aux infrastructures municipales et collectives. Des municipalités ont fait le pari du sport pour améliorer le vivre ensemble

Responsables de collectivités locales, citoyens, associations, venez partagez vos expériences et enrichir la vôtre !

Activité physique et maladie

Un vrai enjeu de société

Les effets bénéfiques des activités physique ou sportive sur la santé sont connus depuis l'Antiquité, et confirmés par toutes les études épidémiologiques modernes.

→ L'activité physique joue un rôle capital dans la prévention comme dans le soin, y compris pour les maladies les plus graves comme le cancer, le diabète, la maladie d'Alzheimer, handicap, sclérose en plaques...

→ Les activités physiques et sportives améliorent la qualité de la vie des personnes atteintes de pathologies chroniques stabilisées

→ L'avènement du sport sur ordonnance montre la prise de conscience des institutions quant au rôle préventif et curatif de l'activité physique ou sportive



L'activité physique permet de diminuer la consommation de médicaments



L'activité physique est de plus en plus perçue comme un « médicament » par la médecine

→ La formation est une composante capitale pour la sécurisation de la pratique sport-santé.

Nos ambitions



2 jours

pour tonifier autrement sa santé



5 000 m²

d'exposition, de zone de training center et de conférences



65

exposants



10 000

visiteurs



- Des conférences
- Des démonstrations
- Des agoras (mini conférences)

www.soiplus.com

Contact Presse :

Agence 15Love

15love@15love.net

01 80 88 52 88

Un événement
organisé par :



Tuakana

Partenaires



Sources
Organisation Mondiale de la santé
Expertise collective Inserm - Contextes et effets sur la santé - 2008
Baromètre de la santé des Français réalisé par « TNS SORES » pour le « Groupe Axa »
Enquête Cadremploi présentée dans le JDD du 24 Novembre 2013
Conception graphique et illustrations : Studio Ravages - 2017