



# CONFERENCE DE CONSENSUS SUR LE DIABETE A LA REUNION ET A MAYOTTE



*Soyons plus fort que le diabète !*

## FICHE ACTION

### Activités physiques adaptées

<b>Nom l'opérateur</b>	<b>Association Diabète Nutrition 974 (ADN 974)</b>
<b>ORIGINES DE L'ACTION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-importance du diabète à La Réunion</li> <li>-l'activité physique est un traitement efficace pour la prise en charge et la prévention du diabète (notamment type 2)</li> <li>-besoin d'activités et format de cours adaptés avec enseignants formés</li> </ul>
<b>LES OBJECTIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Prévenir apparition de la maladie ou éviter complications</li> <li>-Proposer des activités adaptées aux personnes diabétiques, pré-diab. ou avec facteurs de risque de diab. ou maladie cardio-vasculaire.</li> <li>-Favoriser accessibilité de ces publics -proximité/prix</li> </ul>
<b>LA MISE EN OEUVRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-création de partenariats (mise à disposition de locaux/ lieux publics)</li> <li>-constitution des groupes à l'initiative des adhérents ADN974 ou par la circulation d'informations auprès de nos partenaires</li> <li>-cours d'1h hebdomadaires - 16 personnes maximum</li> <li>-enseignants en activités physiques adaptées répartis par secteur Est / Ouest / Nord / Sud</li> <li>-plannings et communication par facebook, blog, veille téléphonique, flyers</li> </ul>
<b>RESULTATS QUANTITATIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 680 pratiquants aux activités physiques en mars 2016</li> <li>- 1045 séances d'AP dispensées en 2015</li> <li>-17 communes concernées sur 24</li> </ul>
<b>RESULTATS QUALITATIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-une activité plébiscitée qui suscite l'ouverture permanente de nouveaux créneaux</li> <li>-un fort investissement des pratiquants dans la vie associative : mise en place de randonnées trimestrielles (+ de 150 personnes)</li> <li>- demandes importantes viennent des lieux isolés et des hauts de l'île (problème = temps de déplacement)</li> </ul>
<b>LES POINTS FORTS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-une équipe d'intervenants qualifiés : licence STAPS APA ou exceptionnellement BPJEPS Activités Physiques pour Tous (APT)</li> <li>- activités qui évoluent en fonction du public et des formations des intervenants = offre diversifiée (marche nordique, pilate...)</li> <li>-suivi de la condition physique de chaque pratiquant qui lui permet de s'auto-évaluer et nous permet de vérifier l'efficacité de nos actions</li> </ul>
<b>LES POINTS FAIBLES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-dépendance aux municipalités pour l'accès aux installations sportives</li> <li>-beaucoup de temps et de budget consacrés aux déplacements</li> </ul>
<b>LES PISTES D'AMELIORATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-diversifier les publics avec facteurs de risques accueillis</li> <li>-améliorer le suivi et la dynamique des partenariats</li> <li>-recherche de financements publics pour acquisition de matériel</li> </ul>