



DRAJES - Délégation Régionale Académique  
à la Jeunesse, à l'Engagement  
et aux Sports



Pour une France  
en forme



## BOUJE SE SANTE



*BOUJE SE SANTE* avec les P3S :

**Parcours Sportifs de Santé Sécurisés.**

Dr André ATALLAH, Cardiologue au CH de Basse-Terre, médecin du sport, référent pour la Guadeloupe du Collectif PUFF, Pour Une France en Forme

Président du Groupe HTA-Guadeloupe

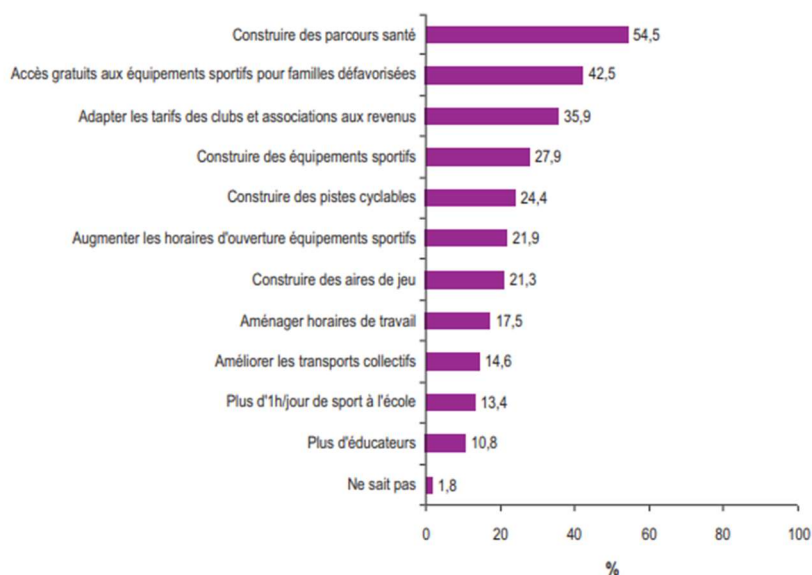
## INTRODUCTION :

La Guadeloupe est souvent présentée comme une « terre de champions » et voit naître, en effet, de nombreux sportifs parvenant au plus haut niveau. Elle véhicule ainsi l'image d'un territoire où l'activité physique et sportive est massivement pratiquée. Toutefois, ces sportifs de haut niveau ne sont pas le reflet fidèle de la pratique sportive par l'ensemble de la population.

L'étude APHYGUAD\* (*Facteurs déterminants la pratique de l'Activité Physique en Guadeloupe en population générale* ; Atallah et al, Sciences et Sports 2011) montre que seuls 60% (des 15 ans et plus) de la population atteint le niveau d'activité physique favorable à la santé (niveau atteint par 50% des femmes et 70% des hommes), à savoir l'équivalent de 30 minutes de marche par jour.

**Seul 40% de la population adulte en Guadeloupe atteint le SMIG\* (Acronyme du Dr André ATALLAH : Sport Minimum Indispensable aux Gens = Au moins 30 minutes d'activité physique modérée par jour**

Lors de cette étude APHYGUAD, concernant les mesures proposées pour favoriser la pratique sportive, la majorité de la population estime que la construction de parcours de santé sécurisés favoriserait l'activité physique (54,5 %) (Fig. 7). C'est la mesure la plus souvent citée, aussi bien par les hommes que par les femmes. Une part importante de la population suggère ensuite des mesures en faveur des foyers les plus modestes. En effet, plus de quatre personnes sur dix pensent qu'il faudrait rendre gratuit l'accès aux équipements sportifs pour les familles défavorisées (42,5 %) et plus d'un tiers qu'il faudrait adapter le tarif d'adhésion dans les clubs et les associations sportives en



**Figure 7** Proportion de la population guadeloupéenne de 15 ans ou plus qui pense que les mesures suivantes favoriseraient la pratique sportive.

## Le dispositif P3S :

Il s'agit d'un dispositif qui a fait sa preuve, qui a été évalué. Des réunions de travail ont eu lieu entre Le Groupe HTA-Guadeloupe, le Conseil Régional de Guadeloupe, et l'ARS. Le conseil

Régional a confirmé sa volonté de remettre aux normes ces P3S. Un budget a été voté en commission permanente. Une convention de partenariat sera signée entre le Groupe HTA-Guadeloupe, l'ARS et le Conseil Régional. Il est prévu aussi une signature de convention avec les communes, qui devront assurer l'entretien de ces P3S « remis » à neuf par le Conseil Régional. La coordination/animation restant assurée par le Groupe HTA-Guadeloupe. Ce dispositif a été labélisé PNNS.

La gratuité, la proximité, la présence des Educateurs, la simplicité des Ateliers (norme AFNOR et tous au sol, peu exigeants sur le plan de la condition physique, fait que le public que nous souhaitons atteindre a répondu présent (sédentaires, femmes surtout, pas de moyens financiers pour aller en salle). NB : à ce type de public, et à ceux avec moyens financiers limités la prise en charge de l'inscription en salle a été proposée par le Groupe-HTA...sans grand succès.

Les parcours sont constitués de deux parties :

- un parcours permettant la marche et pouvant être utilisé pour réaliser un échauffement et de la gymnastique ;

- un ensemble de huit ateliers d'activité physique favorisant l'endurance (Vélo Elliptique, Vélo, Marcheur, Twister, Barreur, Combiné Stepper / Twister, Duo Porteur/ Pousseur, Rameur). Il s'agit d'ateliers favorisant l'endurance (rameur, vélo à bras, vélo, barreur, marcheur), et non pas des activités statiques, non adaptées (voire nocives) pour les personnes sédentaires (tels que les barres parallèles, arceau, barre de traction). Un encadrement par des éducateurs sportifs et Professeurs Activité Physique Adaptée (APA), formés dans le domaine « Sport-Santé » est proposé. Leur financement a été assuré par l'Agence Régionale de Santé de Guadeloupe (ARS). La coordination du dispositif est assurée par le groupe HTA-GWAD.

### La description des Appareils Cardio-Training

**a) Le vélo elliptique**



**b) Vélo**



**c) Twister**



**d) Le rameur**



**e) Le barreur**



**f) Le marcheur**



### g) Combiné stepper/Twister



### h) Duo porteur/pousseur



## CONCLUSION :

L'originalité de ce projet, est la proximité et la gratuité d'accès à ces installations. L'encadrement de groupe par des éducateurs formés à cette pratique est une source de motivation pour cette population sédentaire. Le groupe est un facteur d'encouragement à la pratique d'une activité physique. Nous rappelons que la population cible, n'est pas celle sportive, mais celle sédentaire. Une évaluation du dispositif a été réalisée, (enquête sur le terrain des utilisateurs et éducateurs) confirmant l'efficacité du dispositif. Une première journée de lutte contre la sédentarité a été réalisée dans toutes les communes autour de ces P3S et a connu un vif succès (3000 participants). Ce projet pourrait être étendu à d'autres régions. En juin 2015, l'Agence Régionale de Santé a commandité une étude sur « La sensibilisation au surpoids et à l'obésité en Guadeloupe et dans cette étude, une question a été posée sur les P3S. 42% de la population va sur les P3S pour faire de l'exercice. L'engagement de tous les partenaires politiques et institutionnels a permis la réussite de cette action qui a obtenu le label PNNS (Programme National Nutrition Santé).

Science & Sports (2011) xxx, xxx–xxx



Disponible en ligne sur  
ScienceDirect  
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France  
EM|consulte  
www.em-consulte.com



ARTICLE ORIGINAL

## Facteurs déterminant la pratique de l'activité physique en Guadeloupe en population générale : résultats de l'enquête Aphyguad

*Physical activity carried out in a general population of Guadeloupe (FWI), determining factors: Results from APHYGUAD study*

A. Atallah<sup>a,\*</sup>, S. Pitot<sup>b</sup>, J. Savin<sup>c</sup>, N. Moussinga<sup>a</sup>, P. Laure<sup>d</sup>

<sup>a</sup> Service de cardiologie, centre hospitalier de la Basse-Terre, 97100 Basse-Terre, Guadeloupe

<sup>b</sup> Observatoire régional de la santé en Guadeloupe, 97100 Basse-Terre, Guadeloupe

<sup>c</sup> Direction départementale de la jeunesse et des sports de Guadeloupe, 97100 Basse-Terre, Guadeloupe

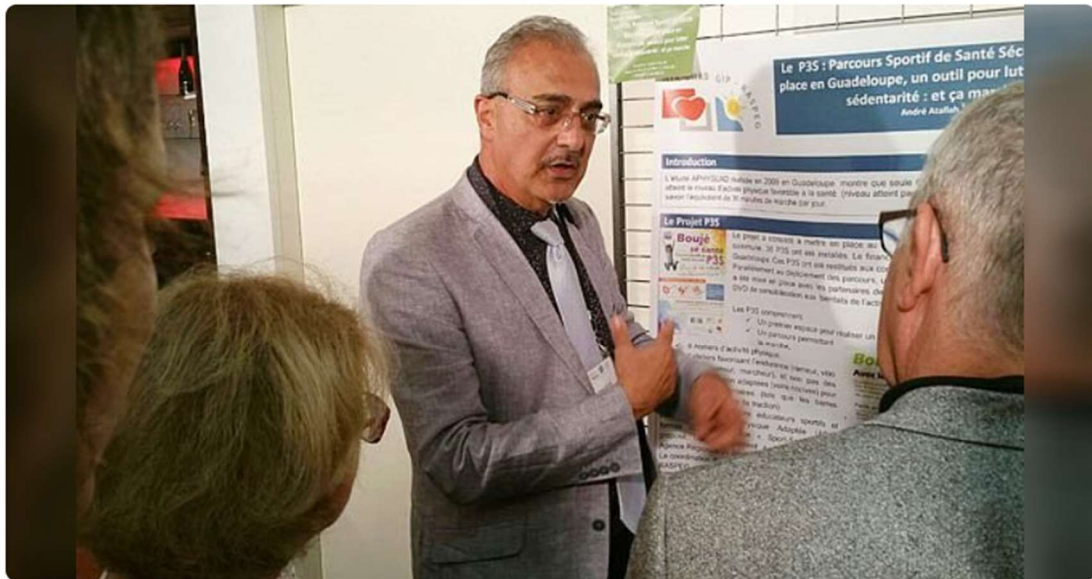
<sup>d</sup> Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale de Lorraine, 54000 Nancy, France



# Les Parcours sportifs de santé sécurisés à l'honneur

M.G.

mardi 4 octobre 2016



Le programme de Parcours sportifs de santé sécurisés a retenu l'attention au congrès du Groupe exercice, rééducation et sport (Gers) de la Société française de cardiologie (SFC).

***Le programme de Parcours sportifs de santé sécurisés (P3S) a retenu l'attention du comité scientifique de la Société française de cardiologie qui était réuni en congrès, la semaine dernière, en Bretagne.***

Après avoir été récemment distingué par l'Agence santé publique France qui lui a attribué le label PNNS (Programme national nutrition santé), le dispositif des Parcours sportifs de santé sécurisés (P3S) a été présenté au congrès du Groupe exercice, rééducation et sport (Gers) de la Société française de cardiologie (SFC), qui se tenait jeudi et vendredi, à Rennes (Bretagne). Le projet, cher au Dr André...



Les usagers des parcours santé peuvent être encadrés par des éducateurs sportifs et professeurs d'activité physique adaptée, à raison de deux heures par semaine.

---

***Le dispositif P3S (parcours sportifs de santé sécurisés) vient de se voir attribuer le label PNNS (Programme national nutrition santé).***

---



PENSEZ À VOUS HYDRATER PENDANT L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

# JOURNÉE SPORT SANTÉ

SUR LES PARCOURS SPORTIFS DE SANTÉ SÉCURISÉS P3



DIMANCHE 25 JUI



RDV À 7H

EN PRÉSENCE D'UN ÉDUCATEUR SPORTIF

CONSULTER LE PROGRAMME  
PAR COMMUNES\*

\*PROGRAMME PAR COMMUNES CONSULTABLE SUR LE SITE DES PARTENAIRES E  
DE LA RÉGION GUADELOUPE

SPORT SANTÉ

ACTIVITÉ

BONHEUR







Cette action contribue au PMS

# Boujé sé santé

avec les **Parcours Sportifs de Santé Sécurisés P3S**



*"Boujé sé méyé médikaman nou ni"*

**Le tiercé gagnant pour votre santé**



Pour des préadolescents et adolescents au moins 1h d'activités physiques par jour.

## DES Animations sportives gratuites

sont mises en place dans **vos communes**. Un coach sera là pour vous guider !

Consulter les horaires et les dates des animations sur le site de HTA-GWAD

[www.hta.gwad.com](http://www.hta.gwad.com), sa page Facebook "Boujé sé santé" ou contacter la mairie de votre domicile.

**Animations organisées sur les lieux des Parcours Sportifs de Santé Sécurisés P3S dans les communes concernées.**

Présence d'un éducateur sportif dans votre commune :

Les : .....

De : ..... h .....

A : ..... h .....



Programme coordonné par le groupe HTA-GWAD. Pour plus d'informations :

☎ 0590 80 86 87

🌐 [www.htagwada.com](http://www.htagwada.com)



**Lieux d'implantation des P3S et horaires de présence des éducateurs, professeurs d'APA (Activité Physique)**

Lots	Communes	Sites	Propriétaire présumé	Adresses	Jours, Horaires animateurs	Nom animateur, Tél, organisme
Lot 1	ABYMES	Palais Royal, Pointe d'or	Ville des Abymes	Monsieur Eric JALTON Maire de la commune des Abymes Rue Achille René Boisneuf 97139 Les Abymes	Lu, Ma 7 H	Lydia, FRENET 0690 59 22 67
	ABYMES	UAG-FOUILLOLE	Audalbert KANCEL & Christiane LUNION	Mme Audalbert WENCESLAS KANCEL - Mme Christiane KANCEL 1205 Leroux 97190 LE GOSIER	Les soirs *	Etudiants UFR Staps
	ABYMES 2 <sup>me</sup> site	Raizet	SEMAG	SEM D'AMENAGEMENT DE LA GUADELOUPE IMM LA ROCADE A GD CAMP GRAMP CAMP 97139 LES ABYMES	Me, Ve, 7 H	Lydia, FRENET 0690 59 22 67
	BAIE MAHAULT	La Friche – Fond Richer Birmingham	SAS SGB	SAS SGB SOCIETE GUADELOUPEENNE DE BETON BP 2078 97192 Jarry cedex	Me : 7 H Sa : 6 H 30	Françoise MIROITE 0690 76 16 03
	DESHAIES	Guyonneau, Stade municipal	Ville de Deshaies	Madame Jeanny MARC Maire de la commune de Deshaies 238, boulevard des Poissonniers 97126 Deshaies	Lu 7 H 30 Ve 17 H	Myriam BENJAMIN 0690 95 17 50
	GOSIER	Anse Dumont	Ville du Gosier	Monsieur Maire de la commune du Gosier Boulevard du Général De Gaulle, D119 97190 Le Gosier	<b>Ma 8 H</b> <b>Anse Dumont</b>	Mathieu PARRAT 07 85 69 59 14
	LAMENTIN	Bourg - Parc de la verdure	Ville du Lamentin	Monsieur Jocelyn SAPOTILLE Maire de la commune du Lamentin Rue de la République 97129 Lamentin	Ma 7 H 30 Je 17 H	Myriam BENJAMIN 0690 95 17 50
	POINTE A PITRE	Quartier Lauricisque	Ville de Pointe-à-Pitre	Monsieur Harry DURIMEL Maire de la ville de Pointe-à-Pitre Place des Martyrs de la Liberté 97123 Pointe-à-Pitre cedex	Ma 16 H Ve 9 H	Mathieu PARRAT 07 85 69 59 14
	POINTE-NOIRE	Petite Plaine	Ville de Pointe Noire	Monsieur Camille ELISABETH Maire de la commune de Pointe-Noire 383 Place de la Liberté 97116 Pointe-Noire	Lu 17 H 15 Me 17 H 15 Ve 17 H 15	Michel OBERTAN 0690 95 17 50
	SAINTE-ROSE	<b>Bord de mer</b>	Etat (50 pas)	Direction de l'immobilier de l'Etat BP 561 97100 Basse-Terre cedex	Me 7 H 30  Me 15 H	Myriam BENJAMIN 0690 99 91 20 Germaine GRUEL 0690 56 59 62

Lot 2	BAILLIF	Stade municipal Pères blancs	Ville de Baillif	Madame Marie-Yveline PONCHATEAU Maire de la commune de Baillif Le Bourg 97123 Baillif	Ma 7 H Je 7 H	Michelle MORISSET 0690 71 69 69
	BASSE TERRE	Conseil régional	Région Guadeloupe			
	BASSE TERRE	C.H.B.T	CHBT	Madame Virginie GOMEZ Directrice générale du Centre Hospitalier de la Basse-Terre (CHBT) Avenue Gaston Feuillard 97100 Basse-Terre	Lu 17 H Me 6 H 30	Sophia BOUBEKER 0633 48 81 38
	BOUILLANTE	Falaise	Région Guadeloupe		Me 7 H 30 Ve 7 H 30	Michelle MORISSET 0690 71 69 69
	GOURBEYRE	Rivière sens	Conservatoire du littoral	EPA CONSERVATOIRE DE L'ESPACE LITTORAL ET DES RIVAGES LACUSTRES CORDERIE ROYALE/BP10137 RUE AUDEBERT 17300 ROCHEFORT	Ma 17 H 45 Me 7 H	Nadine GERNIGON 0690 71 73 08
	SAIN'T-CLAUDE	Ducharmoy	Ville de Saint Claude	Madame Lucie WECK Maire de la commune de Saint-Claude Rue du Maréchal Foch 97120 Saint-Claude	Me 17 H Je 17 H 15	Nadine GERNIGON 0690 71 73 08
	VIEUX FORT	Section Beurivage (rue de la Rigolette)	Ville de Vieux Fort	Monsieur Héric ANDRE Maire de la commune de Vieux-Fort Place Marie Eusèbe 97141 Vieux-Fort	Ma 15 H Sa 7 H	Germaine GRUEL 0690 56 59 62 M/Hélène CALISTE 0690 35 53 25
	VIEUX HABITANTS	Navarraine	Ville de Vieux Habitants	Monsieur Jules OTTO Maire de la commune de Vieux-Habitants Boulevard des Habissois Souverains 97119 Vieux- Habitants	Ma 7 H 15 Je 7 H 15	Michelle MORISSET 0690 71 69 69
Lot 3	ANSE BERTRAND	Boulevard sac de l'aiguille	Etat (50 pas)	FRANCE DOMAINE/CDFP Desmarais BP 561 97100 Basse-Terre cedex	Ma 16 H 30 Ve 16 H	Lydia ROMIL 0690 50 46 05
	MORNE-A- L'EAU	Belle espérance	Ville de Morne à l'Eau	Monsieur Jean BARDAIL Maire de la commune de Morne-à-l'Eau 1 rue Shoelcher 97111 Morne-à-l'Eau	Me 17 H Sa 7 H	Mathieu PARRAT 07 85 69 59 14 Isabelle ROUCE 0690 93 66 80 Didier
	MORNE-A- L'EAU	Lasserre	Ville de Morne à l'Eau	Monsieur Jean BARDAIL Maire de la commune de Morne-à-l'Eau 1 rue Shoelcher 97111 Morne-à-l'Eau	Lu 17 H 15 Je 17 H 15	Olivia MIATH 0690 82 95 22 Lydia ROMIL

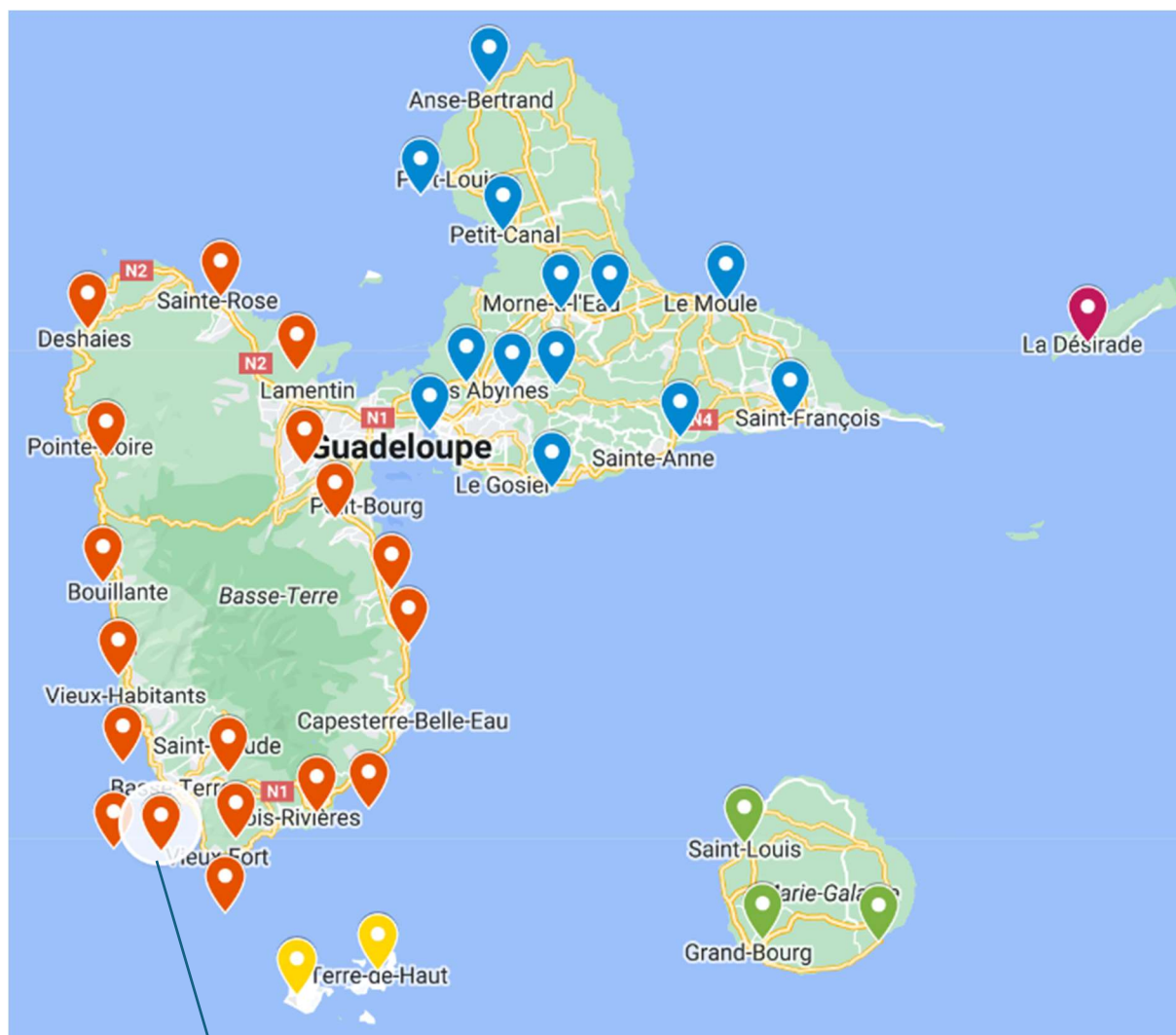
						0690 50 46 05
	MOULE	Parc archéologique de Morel	Etat	PARC DE LA PREFECTURE BP 561 97100 BASSE TERRE CEDEX	Lu 17 H Me 17 H	Didier HOLLANDER 0690 51 77 26
	PETIT CANAL	Face à la résidence : An paletuyve la	Etat (ministère des finances)	FRANCE DOMAINE/CDFP Desmarais BP 561 97100 Basse-Terre cedex		
	PORT LOUIS	Maison des aînés	Etat	FRANCE DOMAINE/CDFP Desmarais BP 561 97100 Basse-Terre cedex	Je 7 H	Lydia ROMIL 0690 50 46 05
	SAINT-FRANCOIS	Secteur : Raisins Clairs	Ville de Saint François	Monsieur Bernard PANCREL Mairie de Saint-François Place de l'Eglise 97118 Saint-François	Lu 17 H Je 17 H	DEVARIEUX Sinthia 0690 84 94 56
	SAINTE- ANNE	Quartier de Bois Jolan French	Ville de Sainte Anne	Monsieur Christian BAPTISTE Maire de la commune de Sainte-Anne Place Shoelcher 97180 Sainte-Anne	Je 6 H 30 Ma 17 H	Sandra HERNANDEZ 0690 74 77 32 Didier HOLLANDER 0690 51 77 26
Lot 4	CAPESTERRE B/E	Nouveau site (Chemin des Galbas)	SCI KRIBISH	Monsieur Jean-Philippe COURTOIS Maire de la commune de Capesterre Belle-Eau Avenue Paul Lacavé 97130 Capesterre Belle-Eau	Ma 16 H Ve 9 H 30	Germaine GRUEL 0690 56 59 62
	PETIT BOURG	Quartier Saint-Jean	SA HLM	SA HLM DE LA GUADELOUPE BATE ETG 6 RES HORIZON BP 446 RES VATALE 97110 POINTE A PITRE	Lu 6 H Je 16 H	Germaine GRUEL 0690 56 59 62
	TROIS RIVIERES	Résidence : ALLOUA TOUNA	SA HLM	SA HLM DE LA GUADELOUPE BP 446 RES VATALE POINTE A PITRE	Sa 8 H 30 Me 15 H 15	Marie-Hélène CALISTE 0690 35 53 25 Nadine GERNIGON 0690 71 73 08
	TROIS RIVIERES	Anse des Pères	Ville de Trois Rivières	Monsieur Jean-Louis FRANCISQUE Maire de la commune de Trois-Rivières Place du Capitaine Moïse Bebel BP 76 97114 Trois-Rivières	Ma 6 H 30 Ve 6 H 30	Germaine GRUEL 0690 56 59 62
Lot 5	CAPESTERRE M/G	Stade municipal Feuillère	Etat	FRANCE DOMAINE/CDFP Desmarais BP 561 97100 Basse-Terre cedex		



DESIRADE	Parc à FIFI	Mme Saturnine Georges BELSON	Mme BELSON Saturnine GEORGES JOFFRE VVE 1635 A Chemin de Barbotteau 97170 PETIT-BOURG		
GRAND BOURG	TIVOLI	Ville de Grand Bourg	Madame Maryse ETZOL Maire de la commune de Grand-Bourg Place Shoelcher BP 47 97112 Grand-Bourg de Marie-Galante		
GRAND BOURG	Centre hospitalier de M/G	Ville de Grand Bourg	Madame Maryse ETZOL Maire de la commune de Grand-Bourg Place Shoelcher BP 47 97112 Grand-Bourg de Marie-Galante		
GRAND BOURG	Bourg Buckingham	Département	DEPARTEMENT DE LA GUADELOUPE BD GENE RAL FELIX EBOUE 97100 BASSE TERRE		
SAINT- LOUIS	Centre Bourg	Ville de Saint Louis	Monsieur François NAVIS Mairie de la commune de Saint-Louis Avenue des Caraïbes 97134 Saint-Louis		
TERRE DE BAS	Secteur du Stade	Ville de Terre de Bas	Madame Rolande NADILLE-VALA Maire de la commune de Terre-de-Bas Place du 09 août 1882 97136 Terre-de-Bas		
TERRE DE HAUT	Nouveau site (allée morne Morel)	Ville de Terre de Haut	Monsieur Louly BONBON Maire de la commune de Terre-de-Haut 2 place Hazier du Buisson 97137 Terre-de-Haut	Lu 17H30	Samuel PETER

[www.htagwada.com](http://www.htagwada.com):

## Site du Groupe HTA-Guadeloupe



P3S Basse-Terre

description

Centre Hospitalier de Basse-Terre  
17h00

Lundi

Mercredi 6h30

**En cliquant sur la ville, on a le lieu du P3S et les horaires de présence du Professeur d'APA**