

# PROJET NATATION SANTÉ

## 2025 - 2029

---

Comité Départemental  
Natation Dordogne



**HISTORIQUE**

**03**

**ÉTUDE DE SECTEUR**

**04**

**PEPS DORDOGNE**

**05**

**LE PROJET**

**06**

**L'AVENIR**

**09**

**REJOIGNEZ-NOUS**

**10**

# Sommaire

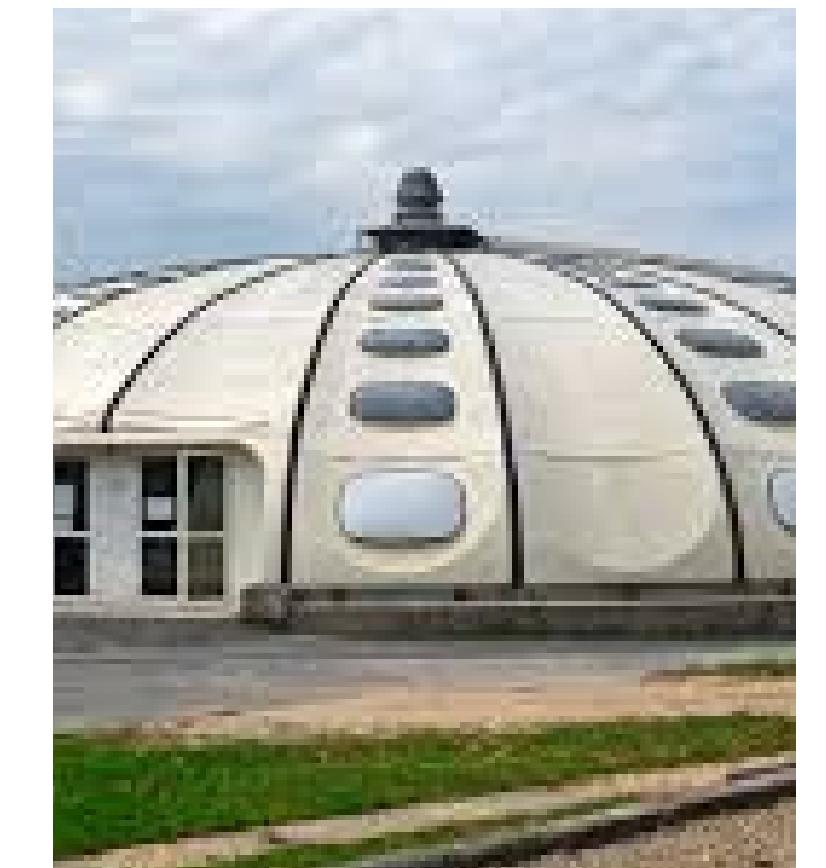
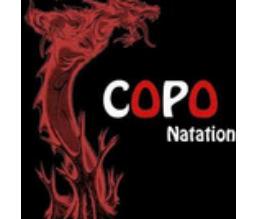


# HISTORIQUE ....

Depuis des années, le Comité Départemental de Natation de La Dordogne encadre les activités aquatiques avec l'aides de 6 clubs de natations :

- Cercle des Nageurs de Bergerac
- Aquatique Club Agglomération de Périgueux
- COPO Natation
- Club Nautique Saint Astier
- Union Sarlat Natation 24
- Natation Artistique Périgueux

Fort de plus de 1300 adhérents chaque année, LE CND24 souhaite mettre en place une nouvelle activité portée par la FFN, avec un éducateur formé : la Natation Santé (NFS)



# ÉTUDE DE SECTEUR

En Dordogne, les pathologies rencontrées sont similaires à celles de la Région Nouvelle Aquitaine.

Le département de la Dordogne a identifié des enjeux de santé autour desquels il souhaite une forte mobilisation :

- développer un parcours de soins sans rupture pour l'usager,
- maintenir l'équité en matière d'accès aux soins et réduire les inégalités,
- promouvoir un environnement sain,
- améliorer l'attractivité du territoire pour les jeunes professionnels.

Pour cela, un **Sport Santé Bien-être 2018-2023** a été lancé, mettant en avant :

- plus de prévention et de promotion de la santé,**
- plus de prises en charge à domicile et d'inclusion au plus près des milieux de vie (personnes âgées ou en situation de handicap et publics vulnérables),**
- plus de prises en charge personnalisées et coordonnées avec une participation active des patients.**



# PEPS DORDOGNE

Au niveau du département de la Dordogne, le sport santé est notamment représentée par l'association PEPS 24 .

Créée le 16 septembre 2019, le Réseau PEPS Dordogne et Nouvelle-Aquitaine ont pour vocation la mise en réseau de l'ensemble des acteurs œuvrant dans le champ du sport, de la santé et plus particulièrement celui de la prescription médicale d'activité physique.

Son objectif, accompagner le développement de la pratique d'activité physique sur prescription médicale en s'appuyant sur un réseau d'éducateurs sportifs référencés.

**L'USN24 c'est donc naturellement rapprochée d'elle afin d'être labellisée dans leur réseau.**

- 1
- 2
- 3
- 4

## Les missions du dispositif PEPS Dordogne (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé)

Promouvoir l'activité physique auprès de personnes porteuses de maladies chroniques ou présentant des risques de les développer.

Favoriser le développement d'une offre d'activité physique adaptée à destination de personnes porteuses ou présentant des risques de développer des maladies chroniques.

Sensibiliser les clubs sportifs et les structures proposant des activités physiques, ainsi que leurs animateurs et éducateurs sportifs, à l'accueil de personnes porteuses de maladies chroniques.

Sensibiliser les professionnels de santé à prescrire l'activité physique comme moyen thérapeutique à des personnes porteuses de maladies chroniques.

# LE PROJET LE NFS, C'EST QUOI...?

Le *Nagez Forme Santé* s'adresse aux personnes atteintes de pathologies chroniques (obésité, diabète, cancer, maladie respiratoire, cardio-vasculaire, neurodégénérative, ostéoarticulaire...) désirant nager pour améliorer leur capital et leur qualité de vie santé mais aussi aux personnes à risques ou en phase post éducation thérapeutique, en prévention primaire, secondaire et tertiaire.

Les spécificités du milieu aquatique offrent de nombreux avantages au bénéfice du pratiquant.

C'est un milieu non traumatisant : résistance de l'eau, adaptation respiratoire et cardiaque.

Cette activité permet l'amélioration et le développement des capacités respiratoires et de la mobilité articulaire, le renforcement musculaire global, l'optimisation des capacités cardio-vasculaires, l'augmentation importante de la dépense énergétique, la diminution des tensions musculaires ainsi que la réduction de stress.

# LE PROJET

## MICRO/MACRO-ENVIRONNEMENT



1

### ENGAGEMENT

Apporter une nouvelle proposition au habitants de la Dordogne en terme de sport santé

2

### ENCADREMENT

Encadrement assuré par une éducateur formé Nagez Forme Santé

3

### COLLABORATION

- Communauté d'agglomération de Bergerac
- CPAM de Dordogne
- l'association PEPS24
- ARS Nouvelle Aquitaine

4

### BUT

Péréniser l'activé via le CND24 ou via les clubs de natation a<sup>prés</sup> formation de nouveaux éducateurs

Suite à des demandes de potentiels adhérents atteints de pathologies comme le cancer ou la lombalgie, nous avons souhaité proposer une section *Nagez Forme Santé*.



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATATION

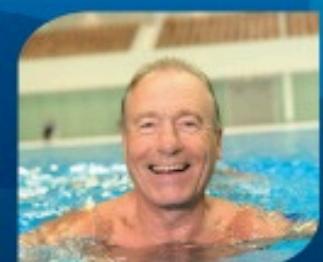
# La natation c'est LE sport santé

Grâce à Nagez Forme Santé, maintenez-vous en forme  
et développez votre capital santé.



## NAGEZ FORME SANTÉ, C'EST :

- Un programme personnalisé
- Un accueil dans des structures agréées
- Des éducateurs formés et qualifiés



# LE PROJET

## MISE EN PLACE

Motivé par des demandes récurrentes depuis la période COVID, le CND24 souhaite mettre en place l'activité *Nagez Forme Santé* sur le département de la Dordogne

Avec l'aide de la Communauté d'agglomération de Bergerac, de la CPAM de Dordogne et de l'association PEPS24, une présentation de cette nouvelle proposition en terme de natation sera mise en place pour le dimanche 7 décembre à la piscine de Bergerac

Le matériel de secours sera bien évidemment mis à disposition de notre éducateur (sac de secours avec oxygène, oxymètre...etc) par la structure

Le but de cette présentation est de faire connaître cette nouvelle activité et de la pérenniser dans les mois et années à venir

# L'AVENIR

## PÉRENNISATION DE LA SECTION ET PARTENARIATS

- Selon nous, la pérennité de la section découlera de l'écoute des personnes qui y adhèreront en leur proposant des séances adaptées de qualité.
- Elle passera également par des partenariats avec les associations locales, départementales, ou tout autre organisme proposant du sport santé.



- L'association PEPS 24 pourra nous intégrer à son annuaire de mise en réseau et à l'ensemble des acteurs œuvrant dans le champ du sport et de la santé en Dordogne ; plus particulièrement celui de la prescription médicale d'activité physique.
- Les professionnels de santé via la CPAM de la Dordogne, auxquels nous aurons présenté l'activité NFS, pourront eux aussi orienter vers nous leurs patients souhaitant s'inscrire dans un parcours sport santé.



**“Engagez-vous  
et rejoignez-nous !”**



Dordogne

