

Notice Form+



// Présentation du Programme santé Atoutform'



Le programme santé Atoutform' a vu le jour au sein de la Fédération Sportive et Culturelle de France. Son objectif principal est de permettre à chacun de découvrir une pratique qui lui est adaptée quels que soient son âge, son état de santé et ses capacités physiques afin de prendre soin de sa santé.

Le programme Atoutform' est une marque protégée et déposée à l'INPI depuis le 25 novembre 2013. Ce dépôt de marque offre à la FSCF le monopole d'exploitation de l'appellation Atoutform', ainsi que de toutes ses déclinaisons possibles.

Ce monopole d'exploitation est valable pour 10 ans sur le territoire français et est renouvelable indéfiniment pour les classes de produits et services pour lesquelles il est à ce jour enregistré. Cela nécessite donc l'établissement de chartes d'engagement avec les associations souhaitant développer le programme. Ces associations peuvent bénéficier d'un accompagnement de proximité par leurs structures territoriales (comité départemental et/ou comité régional).



Le programme Atoutform' se compose de trois thématiques :



Atout+

La thématique **Atout+** constitue la porte d'entrée obligatoire pour toute association souhaitant développer le programme.



Form+

Les thématiques **Form+** et **Bouge+** sont optionnelles, et permettent ainsi à chaque association de développer uniquement les thématiques qui répondent aux besoins de son environnement.



Bouge+

Pour plus d'informations : www.fscf.asso.fr/atoutform



// Contexte Activités Physiques et fragilités de santé



Le premier public visé par la notion de sport santé en France est le public sans fragilité particulière. La fédération a choisi de lui consacrer une thématique : Atout+. Dans un second temps un public dit à besoins spécifiques est également visé par la notion de sport santé, la fédération lui dédie une seconde thématique : Form+.

Ce public comprend toute personne qui de part une maladie, un traumatisme ou un trouble congénital voit ses possibilités d'effectuer des activités physiques diminuées ce qui nécessite un accompagnement et une adaptation personnalisée de ses pratiques physiques et/ou intellectuelles.

De nombreuses données scientifiques ont permis de souligner l'intérêt des Activités Physiques pour améliorer la santé de ces publics.

Ces améliorations se situent à plusieurs niveaux :

- **Amélioration des capacités physiques globales.** Par exemple, en améliorant la force des membres inférieurs, on peut permettre à une personne âgée de pouvoir se lever seule d'un siège ou de monter ou descendre les escaliers et augmenter ainsi son autonomie.
- **Diminution du risque global de survenue des maladies « de surcharge ».** Avec une pratique physique régulière, on diminue les différents facteurs de risque (hypertension artérielle (HTA), hypercholestérolémie, hyperglycémie, surcharge pondérale) réduisant ainsi le risque de maladies cardio-vasculaires comme l'angine de poitrine ou l'infarctus du myocarde, les accidents vasculaire cérébraux, l'artérite, le diabète, etc.
- **Amélioration de la maladie elle-même voire même disparition.** C'est le cas par exemple de l'HTA dans laquelle les activités physiques à elles seules peuvent normaliser la tension et éviter ainsi une prise médicamenteuse. De la même façon, dans le diabète débutant, les activités physiques peuvent normaliser la glycémie.
- **Diminution des risques de récurrence de maladie.** Il est prouvé que dans certaines pathologies (cancer du sein, du colon), la pratique régulière d'activité physique diminue le risque de récurrence de la maladie en cause.

Pour ces raisons, les institutions mondiales et nationales ont mis sur pied différents plans Sport Santé destinés à améliorer la santé globale de ce public fragilisé.

Le Plan National Sport Santé Bien-Être (PN2SBE) est l'un de ces principaux plans gouvernementaux et est maintenant décliné régionalement sur l'ensemble du territoire avec une coopération des Agences Régionales de Santé (ARS), des Directions Régionales de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale (DRJSCS) et des Comités Régionaux Olympiques et Sportifs (CROS). Parallèlement à ces plans, un article de la loi de modernisation du système de santé de Janvier 2016 a institué le sport sur ordonnance. Cet article et ses décrets d'applications définissent les conditions de prescription par le médecin traitant d'activités physiques adaptées pour les patients en Affections Longue Durée (ALD).

Le Comité National Olympique et Sportif (CNOSF) a, pour sa part et avec l'aide des fédérations sportives, publié le MéDicoSport Santé afin d'aider les médecins traitants à prescrire de l'activité physique en fonction des pathologies, mais aussi des souhaits des patients, afin que ceux-ci puissent pratiquer une activité adaptée à leurs capacités dans une association de proximité.

Le Sport Santé pour les publics fragilisés entre donc dans sa phase opérationnelle en France. Ce projet est largement soutenu par les pouvoirs publics et le monde sportif. Les associations en sont la cheville ouvrière et doivent impérativement trouver leur place dans ce dispositif.

Docteur Bertrand Rousseau
Médecin fédéral

// La thématique Form+

La thématique Form+ permet aux associations volontaires déjà engagées dans la thématique Atout+ d'enrichir leur offre d'activités sportives et culturelles en s'adressant à un public fragilisé. Cette thématique est donc à destination des publics fragilisés par la maladie ou l'avancée en âge : personnes en situation de perte d'autonomie, rémission de cancers, surpoids-obésité, pathologies chroniques, handicap, etc.

Pour s'engager dans cette thématique, les associations doivent signer la charte Form+. Pour une meilleure compréhension, les engagements de cette charte sont déclinés au sein de cette notice.

■ VIE ASSOCIATIVE

Attribuer un animateur qualifié pour l'encadrement de l'(des)activité(s) Form+

Une activité physique ou culturelle proposée à un public fragilisé nécessite un encadrement qualifié, un accueil adapté et une connaissance des problématiques associées à ces fragilités de santé. Il est donc nécessaire pour toute création d'une activité Form+, de :

- Recruter un éducateur APA*, capable de mixer les publics dans une même activité proposant différents supports pédagogiques à la pratique.
- Ou de former un animateur déjà en possession d'un diplôme fédéral FSCF (GFD, Randonnée, etc.) ou professionnel (BPJEPS, CQP, etc.), pour qu'il développe les capacités d'adaptation de son activité à un public fragilisé, accueilli en mixité avec d'autres publics.

Ces ressources humaines peuvent être extérieures à l'association ou déjà animateurs d'autres activités dans l'association et intéressées à l'accueil de publics fragilisés.

**Plus de renseignements sur les formations dans la rubrique FORMATION page 8 de la notice.*

Intégrer dans les missions de son(ses) animateur(s) Form+ la participation à la commission FSCF santé de son territoire

Au-delà de son rôle d'animation, l'animateur Form+ est un acteur à part entière du développement de l'activité au sein de son association. A ce titre, il doit prendre part à la communauté des animateurs Form+ de son territoire en participant à la commission FSCF santé de celui-ci. Ainsi il est garant au sein de son association de la cohérence des actions développées avec le programme santé Atoutform' de la FSCF.

Intégrer dans les missions de son référent santé la participation à la commission FSCF santé de son territoire

Afin que les associations engagées dans le développement de la thématique Form+ s'inscrivent dans une dynamique de territoire, elles doivent mobiliser leur référent santé qui assurera le lien régulier entre l'(les)animateur(s) Form+, l'association et la structure fédérale la plus proche. Ce référent devra donc prendre part à la commission FSCF santé de son territoire. Son rôle est de recueillir et transmettre les informations et outils remis lors de cette commission, afin d'impulser le développement des activités Form+ dans son association. Il sera accompagné du(des) animateur(s) Form+ de son association.

Il est primordial que les activités Form+ proposées par l'association soient connues et promues par l'ensemble des membres du comité directeur. De plus celui-ci doit prendre la mesure de l'importance de la formation continue pour les animateurs des activités Form+.



Développer un réseau de professionnels et de structures de santé

Les professionnels de santé libéraux (médecins, kinésithérapeutes, pharmaciens, diététicien(ne)s, infirmières, etc.) ainsi que les structures de santé (centres hospitaliers, centres privés de soin ou de rééducation/réhabilitation, cliniques, etc.) sont incontournables dans la communication avec les personnes porteuses d'une fragilité de santé.

En effet, il est important d'insérer ces professionnels et structures dans la promotion de l'offre d'activités physiques et culturelles adaptées (activités Form+). Ils sont le lien direct avec les patients, futurs pratiquants des activités, et sont à la recherche d'offres adaptées aux problématiques de ces derniers.

Mailler un réseau constitué de ces professionnels et structures autour de l'association est donc primordial pour le développement de l'offre Form+. Pour y parvenir, il est nécessaire de :

- Utiliser les supports de promotion Form+ fédéraux clairs et adaptés aux attentes de ces professionnels de santé.
- Rencontrer autant que possible les structures de santé locales sans hésiter à solliciter le soutien de la fédération pour cette démarche.
- Activer le réseau interne de l'association afin de repérer les professionnels de santé qui le composent, et leur présenter l'offre Form+ de l'association.
- Mobiliser les connaissances personnelles des membres du comité directeur pour leur présenter l'offre Form+ de l'association.

Adopter une démarche de recherche de financements et de partenariats locaux

Le développement d'une activité Form+ nécessite un certain temps avant de trouver un équilibre budgétaire. Pour établir un modèle économique durable, l'association peut s'appuyer dans un premier temps sur les activités bénéficiaires. Cela lui permet de prendre le temps de déployer des partenariats financiers ou logistiques avec :

- Des collectivités territoriales.
- Des structures privées (banques, assurances, mutuelles, entreprises, etc.).
- Des associations caritatives, etc.

Attention cependant à garder une cohérence avec les partenariats fédéraux et régionaux, et à respecter la notion de prévention santé que prône le programme santé Atoutform' et ses thématiques.

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter le service communication-marketing de la FSCF.

Licencier tous les pratiquants et l'animateur de l'(des)activité(s) Form+

Pour être répertoriée et référencée auprès de la FSCF et des institutions comme une activité physique ou culturelle Form+, l'ensemble des pratiquants et animateurs de cette(ces) activité(s) Form+ doit être obligatoirement licencié auprès de la FSCF.



Respecter la terminologie exacte de la thématique Form+

Le programme Atoutform' et ses thématiques sont des marques déposées à l'INPI (Institut National de la Propriété Individuelle). À ce titre, la fédération est donc détentrice des droits d'utilisation de cette marque, qu'elle délègue à ses territoires et à ses associations.

Par la charte Form+, l'association s'engage à respecter la terminologie exacte du programme et de sa thématique Form+ lors de toute promotion. Elle s'engage donc à respecter les éléments suivants :

- Form+ est une « thématique ».
- Form+ s'écrit en minuscules après un F majuscule, et comporte un sigle + placé sans espace après le mot.

Nommer l'(les)activité(s) Form+ proposée(s) dans l'association en accolant le suffixe Form+ au nom de l'activité (Exemple : Randonnée Form+)

Cet engagement vise à faciliter l'identification par le porteur de fragilité de santé des activités proposées par les associations FSCF qui lui sont adaptées.

Porter attention à l'utilisation des éléments de langage propre au sport santé

Le sport santé en France est un domaine qui utilise certains éléments du champ lexical de la santé et du sport, cependant il est très important que les acteurs du programme Atoutform' de la fédération distinguent les dérives éventuelles d'une mauvaise utilisation de ces champs lexicaux.

Il est très important de comprendre que l'usage des termes « rééducation », « réadaptation », « réhabilitation », et leurs synonymes, est réservé aux professionnels de santé. Ces termes ne peuvent donc pas être utilisés par nos associations pour faire la promotion de la thématique Form+, sauf si la notion mise en avant est « l'implication de la thématique Form+ dans la poursuite des bénéfices d'une éventuelle rééducation. »

Il est donc primordial d'utiliser les outils de promotion mis à disposition par la fédération dont les contenus ont été travaillés par un groupe d'experts, ou de soumettre à la fédération vos écrits avant diffusion.

Réaliser une promotion uniforme de la thématique Form+ via les supports communiqués par la Fédération Sportive et Culturelle de France

Afin de renforcer l'identification par le grand public de la thématique Form+ du programme santé Atoutform' sur l'ensemble du territoire national, il est important d'utiliser pour toute communication les supports de promotion communiqués par la fédération (pack communication Form+).

Contenu du pack communication Form+ :

- Flyer de promotion de la thématique Form+.
- Passeport Form+ Pratiquant : outil de suivi du pratiquant de l'activité Form+ par son animateur.
- Passeport Form+ Animateur : outil de collecte des données contenues dans les passeports Form+ pratiquant.

D'autres outils de promotion seront disponibles à la vente auprès de la boutique fédérale (kakémono, goodies, etc.).

L'association pourra également utiliser des supports trames pour réaliser une communication spécifique en insérant son logo et ses coordonnées sur les supports suivants :

- Flyer personnalisable de la thématique Form+.
- Affiche personnalisable de la thématique Form+.

En écho à l'engagement précédent, les supports du pack communication Form+ permettent de mettre à disposition des associations engagées des outils utilisant un vocabulaire adapté pour une promotion adéquate.

Utiliser différents moyens de promotion de son (ses) activité(s) Form+ (affichages, stands, presses, etc.) auprès du grand public

En effet, les supports de promotion proposés par la fédération ne sont pas les seuls moyens de promotion des activités Form+. Il est important que l'association se saisisse de tous les moyens à sa disposition localement pour alimenter le développement de son offre Form+ :

- Affichage : une action simple et efficace consiste à afficher des supports de promotion clairs et concis dans les locaux fréquentés par les adhérents de l'association et leurs familles, ou dans des structures extérieures (commerces, mairies, centres sociaux, établissements sanitaires, etc.).

- Stands : il existe des événements grand public organisés par les collectivités locales ou départementales visant à promouvoir les activités physiques et culturelles comme facteur de santé (salons, forum, colloques, semaine sentez-vous sports, etc.). L'association a sa place dans de tels événements et se doit de se faire connaître pour augmenter sa visibilité en participant à ces derniers. Ces stands peuvent également être envisagés lors des événements internes à l'association (galas, portes ouvertes, journées d'inscription, forums des associations, etc.).
- Presse : la promotion de l'offre Form+ de l'association doit également être faite au sein de la presse locale, qu'elle soit écrite : dans les journaux quotidiens ou hebdomadaires, radiophonique ou télévisuelle : en se rapprochant ponctuellement ou durablement des chaînes de TV et de radio locales.
- Le Web et les réseaux sociaux sont également à ne pas négliger. Cette mission peut éventuellement être confiée à la jeunesse active de l'association, afin de l'impliquer dans une promotion de l'ensemble des activités de l'association, dont l'offre Form+.
- Etc.

Utiliser différents moyens de promotion de son(ses) activité(s) Form+ auprès du réseau local de professionnels de santé

Le réseau local des professionnels de santé peut être contacté par des moyens de promotion un peu différents de ceux du grand public :

- Organiser une conférence rassemblant le réseau des professionnels de santé locaux au sein de l'association peut permettre de défendre en direct l'offre Form+.
- Faire parvenir un courrier postal accompagné de flyers et affiches de promotion de l'offre Form+.
- Engager les élus du comité directeur de l'association dans la promotion de l'offre Form+ de l'association auprès de leurs professionnels de santé personnels.
- Etc.

Favoriser et valoriser la formation continue de son(ses) animateur(s) Form+

Comme indiqué dans le 1er engagement de l'association du paragraphe VIE ASSOCIATIVE de la notice, afin d'être répertoriée comme une activité physique ou culturelle Form+, les animateurs encadrant ces activités doivent obligatoirement :

- Être titulaire d'un diplôme universitaire STAPS mention APA de niveau licence minimum.
- Ou être titulaire d'un diplôme d'animateur sportif (fédéral ou professionnel) et suivre avant l'année de mise en place de l'activité, la formation Module 2 Sport sur ordonnance Form+ et le module de spécialisation spécifique du public accueilli.

En effet, la fédération propose aux animateurs Form+ des associations engagées dans le développement de la thématique, une formation qui aborde :

- L'accueil de publics fragilisés.
 - Le développement d'une activité en direction d'un public fragilisé.
 - L'utilisation des tests de capacités physiques pour la mise en place d'objectifs tout au long de l'année.
- Et plusieurs modules Form+ spécifiques optionnels abordant chacun une fragilité de santé :
- Diabète et surpoids.
 - Cancers.
 - Pathologies cardiorespiratoires.
 - Vieillesse et perte d'autonomie.
 - Cécité.
 - Etc.

Chaque module spécifique confère les compétences d'accueil du public concerné. Pour pouvoir encadrer une activité accueillant simultanément plusieurs fragilités de santé, il est nécessaire d'avoir fait tous les modules spécifiques.

Par ailleurs, l'institut de formation de la FSCF FORMA' propose diverses formations dans le domaine de la santé.

Encourager son animateur à enrichir ses compétences d'encadrement de publics porteurs de fragilités de santé diverses

Afin de permettre à son animateur Form+ de bénéficier d'une formation continue entretenant ses compétences d'accueil de publics présentant des caractéristiques spécifiques, et d'ouvrir ses activités à davantage de public, il est important de l'encourager à suivre les modules Form+ spécifiques. L'association s'engage donc à favoriser un maximum le financement de ces modules de formation.



Identifier les ressources existantes autour de l'association pour la création de l'activité Form+ (publics, locaux, animateurs, financements, etc.)

Afin d'envisager le meilleur développement possible de l'activité Form+, il est important de réaliser avant sa mise en place un état des lieux de son potentiel :

- Profil de la population locale révélant le besoin en activités adaptées.
- Concurrence au sein des autres associations ou structures sociales locales.
- Implantation géographique des structures de santé locales pour y rechercher les futurs pratiquants des activités Form+.
- Disponibilité des animateurs compétents pour l'accueil de ces publics fragilisés.
- Partenariats potentiels locaux pour envisager des financements.

Proposer une ou plusieurs activités adaptées aux besoins spécifiques de publics fragilisés

La thématique Form+ consiste à proposer une ou plusieurs activités physiques et/ou culturelles adaptées à un public fragilisé. Cette activité, encadrée par un animateur titulaire d'un diplôme fédéral ou professionnel et formé spécifiquement à l'accueil de ces publics, peut être proposée à un public mixte (public fragilisé mixé avec un public sans besoins spécifiques), ou à un public identifié par sa fragilité de santé selon le choix de la structure. Dans ce cas de figure, la fédération préconise de limiter le nombre de personnes fragilisées accueillies dans le groupe pour respecter une qualité de suivi individuel.

Dans le cas d'une activité encadrée par un éducateur d'APA accueillant uniquement un effectif de personnes porteuses de fragilités de santé au sein de la même séance, une limite maximale de 12 personnes sera à respecter.

Être acteur du développement local de son(s) activité(s) Form+

Comme évoqué dans les points précédents, l'association doit être actrice de la promotion de son offre d'activités Form+. Elle peut compter sur le soutien de la fédération pour organiser son plan de développement.

Informez chaque saison la FSCF de toute modification concernant l'activité Form+ (planning, nouvelle activité, lieu) ou son encadrement (nom de l'animateur, qualifications)

La fédération au niveau territorial agit également à la promotion active des activités Form+ proposées par les associations auprès du grand public et de ses partenaires. Au titre de son engagement à déployer la thématique Form+, l'association doit donc fournir à chaque début de saison les modifications éventuelles relatives à son offre d'activités Form+ :

- Jour / Horaires / Lieu.
- Création d'une nouvelle activité Form+.
- Animateur / Qualifications / Cursus de formation continue.

Remettre à l'animateur Form+ les outils d'animation FSCF de son activité (passeports Form+) et s'assurer de leur utilisation

Chaque saison, l'association commande* la quantité de passeport Form+ pratiquant correspondant au nombre d'inscrits dans son(s) activité(s) Form+. Pour chaque séance d'activité Form+, l'animateur recevra également un passeport Form+ animateur nominatif.

Ces deux outils sont conçus par la fédération pour permettre :

- A l'animateur de collecter les données relatives aux fragilités et capacités physiques de ses pratiquants.
- Aux pratiquants de transmettre à leur médecin traitant un certificat médical d'absence de contre-indication lié à une fiche de renseignements complémentaires sur leur état de santé, d'apprécier l'évolution de leurs capacités physiques tout au long de la saison, d'obtenir des conseils sur les règles de bonne pratique physique, et de retourner en fin d'année à la fédération leur appréciation sur l'activité Form+ réalisée.

**les modalités d'obtention de cet outil sont à la discrétion de chaque territoire FSCF local (Gratuité ou non)*

Chaque saison, une campagne d'évaluation est lancée sur l'ensemble du territoire national par la fédération pour apprécier le déploiement du programme santé Atoutform', et en faire état aux institutions nationales telles que le ministère de la ville de la jeunesse et des sports et son Pôle Ressource National Sport Santé Bien-être (PRN2SBE), le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF).

Répondre à l'évaluation annuelle de la thématique Form+ déployée par la fédération

De ce fait, les présidents et référents santé des associations engagées dans le déploiement de la thématique Form+ reçoivent chaque fin de saison le lien vers un questionnaire en ligne à renseigner. Ce questionnaire demande un retour qualitatif et quantitatif sur l'offre Form+ proposée par l'association durant la saison.

S'assurer que son animateur Form+ réponde à l'évaluation annuelle de son activité déployée par la fédération

L'animateur Form+ reçoit également par la fédération chaque fin de saison un lien vers un questionnaire en ligne à renseigner. Ce dernier demande un retour qualitatif sur l'activité Form+ qu'il aura encadrée durant la saison.

Transmettre à la fédération la fiche d'évaluation de la satisfaction du pratiquant contenue dans son passeport Form+

La satisfaction des pratiquants des activités Form+ est également appréciée via la fiche d'évaluation contenue dans leur passeport Form+ pratiquant. L'animateur Form+ doit donc solliciter ses pratiquants afin qu'ils lui retournent cette fiche d'évaluation en fin de saison. Il devra ensuite les saisir en ligne en complétant un formulaire par pratiquant.



LA FÉDÉRATION SPORT ET CULTURE

Reconnue d'utilité publique, la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) rassemble depuis 1898 des associations partageant un projet éducatif commun basé sur des valeurs d'ouverture, de respect, d'autonomie, de solidarité et de responsabilité. Forte de ses 222 000 licenciés et 1500 associations affiliées, l'engagement de la FSCF s'exprime au travers d'une offre d'activités variées dans les domaines sportifs, artistiques et culturels. Les activités sont ouvertes à tous sans distinction, quels que soient le niveau et la forme de pratique souhaités : initiation, découverte, loisir et/ou compétition et donnent lieu chaque année à de nombreuses manifestations et rencontres nationales. La fédération dispense et délivre des formations pour garantir la qualité de ses intervenants, animateurs, entraîneurs, professionnels et/ou bénévoles (Brevets Fédéraux, BAFA/BAFD, BPJEPS, etc.).

La FSCF attache une attention particulière à la promotion du sport, vecteur de santé et de bien-être. Outre le cadre réglementaire et sécuritaire, la FSCF s'est notamment donnée pour mission de participer à l'effort collectif pour l'amélioration de la santé de la population par la pratique régulière d'une activité physique.



Pour toutes demandes de renseignements sur le programme santé Atoutform' :
www.fscf.asso.fr/atoutform ■ atoutform@fscf.asso.fr

Fédération Sportive et Culturelle de France
22 rue Oberkampf ■ 75011 Paris
T +33(0) 1 43 38 50 57
F +33(0) 1 43 14 06 65
fscf@fscf.asso.fr ■ www.fscf.asso.fr