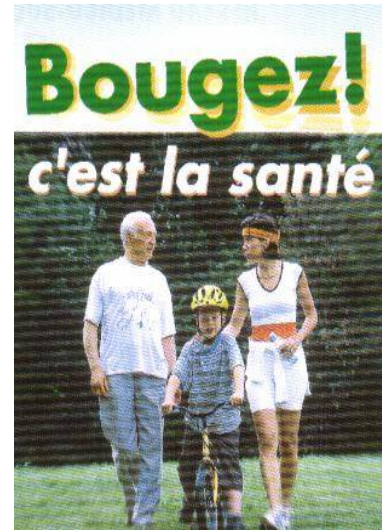


☒ HISTORIQUE DU SALON « BOUGEZ, C'EST LA SANTE® »

Ce salon est né en 2002 d'une collaboration entre l'IRBMS et la CRAM, dans un souhait d'organiser une rencontre, un dialogue, entre le grand public et les professionnels de santé.

La 1^{ère} édition de septembre 2002, qui s'est tenue au Forum des Sciences de Villeneuve d'Ascq, a été un succès, avec près de 180 personnes.

Les préoccupations des visiteurs vis à vis de leur état de santé, des bienfaits de l'activité physique, et leurs souhaits d'une meilleure hygiène de vie, nous ont incité à renouveler l'opération en 2003 et 2004, tout en gardant la même formule, orientée vers le dialogue entre le public et les professionnels de santé.



☒ ORGANISATION ET OBJECTIFS

Ce salon, qui s'est tenu au Palacium de Villeneuve d'Ascq les 2 et 3 octobre 2004, a réuni près de 550 personnes autour d'un thème exclusivement consacré à la « prévention santé ».

Chaque visiteur avait un libre accès à différents ateliers sous forme d'un parcours original. Ces ateliers étaient tous tenus par des professionnels de santé, avec la collaboration des Professeurs Thévenon, Herbaux et Houvenaghel, et s'orientaient autour de :

- Alimentation et activité physique
- Enfant et activité physique
- Diabète et activité physique
- Coeur et poumons
- Vieillesse et ostéoporose
- Pratiques physiques et bon équipement
- Pass pour la forme

Ce dernier atelier intitulé « Pass pour la forme » terminait le parcours et permettait à chaque visiteur de rencontrer un médecin, sur le principe d'une consultation médicale gratuite, pour faire la synthèse des ateliers précédents et ré-orienter le visiteur vers de nouvelles habitudes de vie, et éventuellement vers leur médecin traitant.

☒ PARTICULARITES DU DISPOSITIF 2004

Les ateliers de dépistage ont été maintenus, en proposant le dosage de la glycémie, l'indice de masse corporelle, des tests de dépistage d'anomalies visuelles, des tests d'évaluation d'une carence calcique ...

Nous avons maintenu l'originalité de ce salon, qui repose sur la rencontre avec des professionnels de santé par l'intermédiaire d'un dialogue médical partant d'une base de prévention générale pour déboucher secondairement sur des conseils personnalisés.

L'édition 2004 s'est déroulée dans la salle de sports « Le Palacium » de Villeneuve d'Ascq, restructurée pour accueillir notre parcours santé. Cette salle présente l'avantage d'offrir un espace important, qui permet d'agrémenter notre dispositif par différentes animations : un espace Accueil, un Bar à Eaux, un marché de Fruits et Légumes frais, un espace d'éveil pour les enfants, un espace Calendrier ...

A l'inverse, une telle salle nécessite des efforts de décoration spécifique pour la rendre plus conviviale et atténuer la connotation sportive au profit d'une image de santé et d'activités physiques.

☒ ATELIERS ET ASSOCIATIONS PRESENT(E)S

- **Prévention et dépistage du diabète**, avec la Maison du Diabète de Marcq en Baroeul
- **Dépistage du cholestérol**, avec le soutien des laboratoires Pfizer
- **Dépistage des troubles de la vue**, avec APESAL (Association de Prévention et d'Education Sanitaire d'Actions Locales de Roubaix)
- **Ostéoporose**, avec des médecins spécialisés
- **Hypertension artérielle, autodépistage**, avec des médecins spécialisés
- **Lutte contre le tabagisme**, avec l'association Eclat (Espace de Concertation et de Liaison Addictions Tabagisme)
- **Bien gérer sa retraite sportive**, avec le Comité Départemental de la Retraite Sportive du Nord
- **Maintien des capacités physiques chez les personnes âgées**, avec l'association Siel Bleu (Sport, Initiative et loisirs bleus)
- **Nutrition et équilibre alimentaire**, avec la participation de diététiciennes
- **Podologie et pédicurie**, avec l'Institut de Formation en pédicurie et podologie de la région sanitaire de Lille
- **Entraînement physique dans le monde moderne**, tests d'évaluation condition physique, avec le Comité Régional E.P.M.M. Nord/Pas-de-Calais
- **Prévention de l'obésité avec calcul de l'I.M.C.** (indice de masse corporelle) par des médecins spécialisés
- **Dépistage des facteurs de risque cardio-vasculaires pour les pratiquants sportifs** avec les médecins de l'IRBMS
- **Enfant et activités physiques, sensibilisation**, avec le Service du Professeur HERBAUX, Hôpital Mère et Enfant CHU de Lille
- **Dépistage de l'asthme et évaluation des capacités respiratoires, spirométrie)** par les médecins de l'IRBMS
- **Connaître la randonnée**, avec le Comité Départemental du Tourisme du Nord

- **Espace échauffements et étirements**, avec les conseils de spécialistes et de kinésithérapeutes
- **Prévention Santé**, par le Conseil Général du Nord

Les nouveautés de cette année :

- **Présence de Ec'eau Bus**, avec animations interactives pour mieux comprendre les qualités de l'eau et son rôle dans le fonctionnement du muscle et son intérêt dans l'alimentation et la vie courante
- **Gérer le handicap**, démonstration de circuits adaptés et mise en place d'un parcours de sensibilisation, par l'Office Municipal des Sports de Villeneuve d'Ascq
- **Sport Santé, Dopage**, CROS
- Samedi 2 Octobre, de 15 H 00 à 18 H 00 : **animations gratuites d'initiation à la pratique du roller** (équipement prêté sur place), par l'Association RIDE ON LILLE – VILLENEUVE D'ASCQ (50 personnes max.)
- Dimanche 3 Octobre de 10 H 00 à 12 H 00 : **Randonnée Vélo** d'une dizaine de kilomètres par l'association Droit au Vélo. Inscriptions gratuites – Matériel non fourni (25 personnes max)
- Dimanche 3 octobre de 11 H 00 à 13 00 : **Découverte de la Randonnée Prévention Santé**, par la Maison du Diabète (30 personnes max.)
- Dimanche toute la journée : **démonstration et initiation au Mini-Tennis et Tennis Evolutif**, par un Moniteur Breveté d'Etat
- Samedi et dimanche : **démonstrations et apprentissage aux Gestes qui sauvent**, par l'équipe de secours de Villeneuve d'Ascq

Les autres points forts :

- **Présentation d'un atelier de consommation Eaux et Fruits et Légumes.** Dégustation gratuite. Découverte des bienfaits de la consommation des fruits et légumes par l'association Aprifel.
- **Le Pass'Forme Santé** : conseils des bonnes pratiques par des médecins du sport de l'ARFORMES et de l'IRBMS
- **Jeux Tombola et cadeaux** pendant les deux jours
- **Animations enfants** : équilibre, coordination, concours divers
- Remise à chaque participant du **calendrier 2005 « Bougez, c'est la Santé® »**, réalisé par l'IRBMS et la CRAM Nord-Picardie.
- **Coupons pratiques** pour réaliser des séances d'essai dans différentes disciplines sportives, offerts par plusieurs clubs villeneuvois

☒ CONCLUSION

Le troisième salon « Bougez, c'est la Santé® » est une opération globalement satisfaisante.

On constate toutefois que la fréquentation plafonne après 3 ans d'existence, en rapport très probablement avec un manque de communication pour assurer la promotion de l'événement.

Il semble donc nécessaire de mettre en œuvre des moyens suffisants et de réviser l'organigramme de ce type d'action, pour en assurer la pérennité.

Ce salon met en évidence l'inter-relation entre les problèmes de santé, l'hygiène de vie générale, et la pratique d'activités physiques et sportives.

L'originalité de ce salon repose avant tout sur la multiplicité des ateliers proposés, la rencontre avec les professionnels de santé, les conseils personnalisés à chaque visiteur en fonction de leur état de santé et de leurs habitudes vie. La qualité des échanges avec les professionnels de santé semble avoir séduit la majorité du public. Ceci s'inscrit dans le cadre d'une compétence spécifique des intervenants.

Les connaissances de ces paramètres devraient déboucher sur des actions de prévention plus pertinentes pour inciter les gens à « se bouger pour leur santé ».