

# INSPIRE

## Présentation



# TREMPLIN SANTÉ

## Présentation

INSPIRE est un projet de lutte contre les addictions dans le mouvement sportif financé par l'ARS Grand Est et soutenu par la Mildeca.

### Nos actions

#### 1 Les lieux sans tabac

La promotion de lieux sans tabac comme environnement favorable répond à la problématique du tabagisme passif et permet de préserver l'environnement.

Le CDOS vous accompagne dans la mise en place de ces lieux à travers la création de signalétique.



#### 2 Les formations

Former le mouvement sportif à la médiation des comportements addictifs et au sujet des compétences psychosociales permet d'accompagner les clubs en leur donnant les connaissances et outils nécessaires à la gestion d'une situation problématique.

#### 3 Le recensement

Orienter vers les établissements de prise en charge en addictions.

Les temps forts comme le Moi(s) sans tabac et la journée mondiale sans tabac sont également des occasions de diffuser des campagnes de sensibilisation.



#### 4 Diffusion de l'information auprès des jeunes

Valoriser les compétences psychosociales permet aux jeunes de prendre conscience de l'ensemble des bienfaits de la pratique d'activité physique pour la santé, tant sur le plan physique que mental et social.

Le CDOS élabore un livret illustrant l'ensemble des compétences psychosociales développées par la pratique sportive à destination du public jeune.

Ce dispositif a pour objectif principal de favoriser le lien social des publics les plus éloignés de la pratique d'activité physique.

Tremplin Santé fait pratiquer de l'activité physique au public sur place dans son établissement (CADA, EHPAD, CSAPA, CHRS etc.) dans le but d'entretenir le capital santé (physique et mentale), de préserver l'autonomie et de lutter contre les situations de fragilité sociale.

### La cible principale de Tremplin Santé

- Les personnes âgées
- Les personnes vivant en EHPAD
- Les personnes ayant des addictions et fréquentant un centre spécifique
- Les demandeurs d'asile
- Les bénéficiaires de la protection internationale

### Les avantages pour les collectivités

- Permettre l'accès à la pratique
- Permettre aux pratiquants de bénéficier des bienfaits de la pratique sur la santé physique, mentale et sociale
- Lutter contre l'isolement
- Maintenir en forme/ maintenir l'autonomie
- Développer l'offre d'activité
- Dynamiser le territoire



Sur devis

# INTERVENTION SPORT SANTÉ



Nous mettons également en place des interventions sport santé auprès du public jeune (milieu scolaire et clubs).

Plusieurs points sont évoqués :

- réflexion autour des notions de sport et d'activité physique
- échange autour de la santé, la nutrition, l'hydratation, le sommeil ou encore les écrans



Les avantages pour les collectivités :

Aborder avec le public les notions de sport et d'activité physique, de nutrition, d'hydratation, de sommeil et d'écrans.

Promouvoir les bienfaits de l'activité physique.

Développer les actions d'éducation à la santé notamment auprès du public scolaire.

## CONTACTEZ-NOUS

Téléphone : 03.83.67.43.43

Mail : [secretariat@cdos54.fr](mailto:secretariat@cdos54.fr)

Site web : [www.cdos54.fr](http://www.cdos54.fr)



CDOS 54



cdos54



CDOS 54



CDOS 54

## NOS PARTENAIRES



# PÔLE SANTÉ PRÉVENTION