



Observatoire
de la
Santé



Mieux vivre pour tous

Les projets "BOUGER"



Fiche réalisée par l'Observatoire de la Santé du Hainaut, dans l'objectif de soutenir la réalisation d'activités promotrices de santé en terme de "Bouger" dans une démarche positive de promotion de la santé. En travaillant entre autre les compétences des individus, les environnements... soit les différentes stratégies de la Charte d'Ottawa. Au bénéfice de tous les milieux de vie et territoires demandeurs, situés en province du Hainaut, avec une vigilance accrue à réduire les inégalités sociales et territoriales de santé.

Contexte

L'Observatoire de la Santé du Hainaut (OSH) est l'institut de promotion de la Santé de la Province de Hainaut. Ses activités s'inscrivent dans le champ de la santé publique. Par la promotion de la santé, l'institution a pour mission de contribuer à réduire les inégalités sociales et territoriales de santé en Hainaut et de favoriser le mieux vivre au quotidien pour tous.

L'OSH développe différentes activités autour des 3 thématiques : Bouger – Manger – Respirer et ce, dans les différents milieux de vie et territoires.

Les projets "Bouger" accompagnés par l'OSH s'inscrivent particulièrement dans une démarche de développement d'environnements favorables à la pratique d'une activité physique régulière et ce dans une approche positive et accessible à tous, pour entre autres rompre avec la sédentarité. Nous empruntons une porte d'entrée neutre, indispensable et universelle qui constitue le fait de bouger, d'être actif au quotidien.



Objectifs

Les objectifs sont multiples, les principaux étant :

- permettre au public de travailler ses représentations autour de l'activité physique ;
- valoriser le mouvement pour lutter contre la sédentarité et l'inactivité physique ;
- intégrer l'importance d'une activité physique régulière et variée ;
- expérimenter les différentes intensités de l'activité physique et l'importance de l'hydratation lors de l'effort ;
- éveiller à l'importance d'intégrer la marche dans les déplacements quotidiens ;
- permettre aux structures demandeuses de réfléchir à une gestion efficace de leur pratique de l'activité en leur sein ou lors d'événements ;
- faire entendre les voix de la santé publique et de la promotion de la santé dans les prises de décisions politiques en lien avec cette thématique.

Appui de l'Observatoire de la Santé du Hainaut

Nous travaillons dans une optique positive, de manière concertée au sein d'une équipe pluridisciplinaire et dans une démarche de projet.

Les projets "Bouger" sont coconstruits à la suite d'une analyse de votre demande et de l'adéquation entre les besoins du public et nos missions. Il s'agit d'une approche sur mesure d'accompagnement dans la réflexion et la mise en place d'actions.

L'objectif est d'ouvrir la réflexion avec vous et de travailler dans une approche de promotion de santé notamment en interrogeant l'environnement, les différents projets dans lesquels s'intègrent les interventions et les 5 stratégies de la Charte D'Ottawa :

1. élaborer une politique publique saine ;
2. créer des milieux favorables ;
3. renforcer l'action communautaire ;
4. acquérir des aptitudes individuelles ;
5. réorienter les services de santé.

La constitution d'un groupe porteur du projet permet :

- de réfléchir ensemble aux priorités, aux objectifs à atteindre ;
- l'échange d'expériences et la concertation ;
- l'émergence de pistes d'actions diversifiées ;
- d'envisager un travail progressif et cohérent ;
- de viser la circulation de l'information, le développement de partenariats, l'utilisation et la mise à disposition d'outils ;
- l'implication de chacun selon ses missions et possibilités ;
- l'évaluation régulière, tant des actions développées que de la démarche de travail dans une optique de progression.

L'Observatoire de la Santé du Hainaut développe depuis plusieurs années un travail d'accompagnement de projets sur le terrain et de coordination de réseaux d'acteurs. Cette expertise est au service de tous.



S'inspirer

Suite à l'analyse de la demande, le projet "Bouger" se construit et s'adapte aux réalités du terrain, en adéquation avec les besoins du public et nos missions. Il s'agit d'une approche sur mesure !

Voici à titre d'exemple et d'inspiration quelques projets, actions de terrain :

- organiser des marches aux objectifs divers (marche "gourmande", "ainée", "expo"...)
- accompagner la création d'un parcours géocaching sur une commune ;
- sensibiliser les travailleurs d'une institution à adopter des comportements sains incluant un environnement de travail où l'on peut bouger ;
- travailler à un projet global dans une école, via des animations telles que des balades contées, des parcours de psychomotricités, des dynamiques Quiz dans les classes et un accompagnement à l'aménagement de l'environnement de l'établissement ;
- ouvrir la réflexion sur le bouger lors d'une manifestation publique à l'aide de notre outil "Game Truck" ;
- proposer une formation "vie active" à des professionnels afin de les inciter à développer des actions incluant le "Bouger" ;
- réfléchir à un aménagement urbain cohérent avec cette thématique et promoteur de santé ;
- ...



Vous vous sentez prêts à développer un projet "Bouger" ?

N'hésitez pas à nous envoyer votre demande :

- observatoire.sante@hainaut.be
- Observatoire de la Santé du Hainaut - rue Saint Antoine, 1 - 7021 Havré - 065 87 96 00



Observatoire
de la
Santé



Rue de Saint-Antoine, 1
7021 Havré - Belgique



+32 (0)65 87 96 00



observatoiresante.hainaut.be



observatoire.sante@hainaut.be

