

Contexte National

Depuis 2016, la loi de modernisation du système de santé, renforcée en 2022 par la loi visant à démocratiser le sport en France, permettent aux médecins de prescrire de l'activité physique adaptée (APA) aux patients dans les situations suivantes :

- ▶ Reconnus en **ALD** (Affection de Longue Durée).
- ▶ Souffrant d'une **pathologie chronique**.
- ▶ **Porteurs de facteurs de risque** (hypertension artérielle, surpoids, etc.).
- ▶ En **perte d'autonomie**.

Contexte Régional

En **Bourgogne-Franche-Comté**, la prescription d'activité physique adaptée à visée thérapeutique bénéficie depuis **2011** d'un dispositif spécifique : le **Parcours d'Accompagnement Sportif pour la Santé (PASS)**, mis en œuvre par le **Réseau Sport Santé de Bourgogne-Franche-Comté (RSSBFC)** et soutenu par l'Agence régionale de santé (ARS), la Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (DRAJES) et le Conseil régional.

LE PASS SE DÉCLINE EN 2 DISPOSITIFS :

LE PASS COLLECTIF

Pour les patients concernés, à la suite d'un entretien motivationnel un accompagnement est proposé dans une structure sport-santé au sein de **créneaux adaptés** (petit effectif, animateur formé, suivi de la pratique avec bilan...). Le **RSSBFC contribue au financement de l'activité via une aide dégressive** :

- ▶ **1^{ère} année d'inscription** : 50 % du montant de la cotisation (max 100 €).
- ▶ **2^{ème} année d'inscription** : 30 % du montant de la cotisation (max 70 €).
- ▶ **3^{ème} et 4^{ème} années d'inscription** : 10 % du montant de la cotisation.
- ▶ Au-delà, les bénéficiaires peuvent poursuivre leur activité dans la structure sans prise en charge par le RSSBFC.

LE PASS À DOMICILE

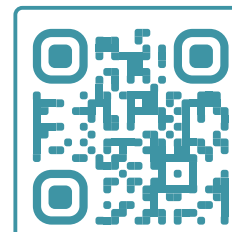
Uniquement pour les patients en perte d'autonomie à risque de chute (GIR 4,5,6), possibilité d'une prise en charge à domicile avec un cycle de 10 séances d'activité physique adaptée individualisées.

Le réseau sport-santé apporte une aide financière afin de laisser un faible reste à charge à payer par le patient.

Outils utiles

Rendez vous sur espas-bfc.fr

Pour découvrir comment améliorer la santé de vos patients grâce à la pratique d'une activité physique ou sportive sur prescription médicale.



Plateforme ESPASS :
<https://espas-bfc.fr>

Cliquer sur l'onglet « Vous êtes un professionnel de santé » pour accéder à l'ensemble des informations et

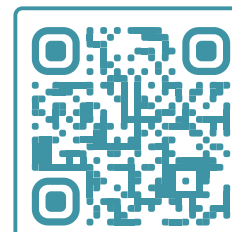
documents utiles, ainsi qu'à une cartographie détaillée de l'offre PASS sur le territoire.



Guide « Haute Autorité de Santé » :
<https://www.has-sante.fr>



Consultation et prescription médicale d'activité physique à des fins de santé. Outil d'amélioration des pratiques professionnelles



Plateforme de services numériques eTICSS (eTerritoire Coordonné Santé Social) :
<https://www.projet-eticss.fr/eticss/>

Scanner le QR code pour demander vos accès au dossier de coordination eTICSS



> 03 81 48 36 52
> contact@rssbfc.fr

alyos.com - octobre 2025

LePASS

Sport et Santé

sur prescription médicale

Accompagner les patients à reprendre une activité physique adaptée.



Le PASS : Parcours d'Accompagnement Sportif pour la Santé.

Introduction

Selon la Haute Autorité de Santé, l'activité physique a des effets bénéfiques tant préventifs que curatifs. Les bénéfices surpassent largement les risques, y compris chez les patients atteints de pathologies chroniques. Elle constitue aujourd'hui une approche thérapeutique à part entière.

Accessible à tous, l'activité physique peut être adaptée à chaque profil, sans nécessité de pratiquer un sport intense ou de viser la performance. L'Organisation Mondiale de la Santé recommande pour les adultes la pratique d'une activité d'endurance modérée 3 à 5 fois par semaine, soit 2h30 en cumulé (30 min/jour avec la possibilité de fractionner).

Il est essentiel de valoriser toutes les formes d'activité physique, quelles que soient leurs durées, dès lors qu'elles provoquent un léger essoufflement ou un peu de transpiration. La régularité est la clé de l'efficacité : pour maintenir les bénéfices sur la santé, la pratique doit s'inscrire dans la durée. En effet, ces effets bénéfiques diminuent dès deux mois d'inactivité.

QUI SOMMES-NOUS ?

Le Réseau Sport-Santé de Bourgogne-Franche-Comté est la ressource régionale dans le domaine du sport-santé. Il agit en faveur de l'accessibilité à l'activité physique pour tous, contribuant ainsi à l'amélioration de la santé et du bien-être des habitants de la région.

En France métropolitaine chez des adultes de 18 à 85 ans

Activité physique
Seul 53% et 70%

atteignent les recommandations de l'OMS en matière d'activités physiques

Sédentarité

Plus d'1 adulte sur 5 déclarait passer plus de 7 heures par jour en position assise

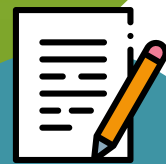
(Prévalences nationales et régionales de l'activité physique et de la sédentarité des adultes : résultats du Baromètre de Santé publique France 2021)

Comment prescrire ?

Dans le cadre du PASS, une prescription médicale attestant de l'absence de contre-indication à la pratique d'activité physique adaptée est nécessaire.

À NOTER :

Avec l'accord du patient, le masseur-kinésithérapeute peut, sauf indication contraire du médecin, renouveler une fois la prescription d'activité physique adaptée à l'échéance de la durée de celle-ci ou du nombre de séances prescrites. Il peut adapter le type d'activité, l'intensité, la fréquence et la durée.



Vous pouvez utiliser le modèle disponible sur le site internet EsPASS

Il est important de distinguer les limitations fonctionnelles des patients afin de pouvoir les orienter vers l'intervenant adapté.

On identifie 4 principaux phénotypes fonctionnels reposant sur différents niveaux d'altération des fonctions locomotrices, cérébrales, sensorielles et de la perception de la douleur.



Aucune limitation



Minime



Modérée



Sévère



Annexe : tableau des phénotypes fonctionnels

	Aucune limitation	Limitation minime	Limitation modérée	Limitation sévère
Fonctions locomotrices				
Fonction neuro musculaire	Normale	Altération minime de la motricité et du tonus	Altération de la motricité et du tonus lors de mouvements simples	Altération de la motricité et du tonus affectant la gestuelle et l'activité au quotidien
Fonction ostéo articulaire	Normale	Altération au max de 3/5 d'amplitude, sur une ou plusieurs articulations sans altération des mouvements complexes	Altération à plus de 3/5 d'amplitude sur plusieurs articulations avec altération de mouvements simples	Altération d'amplitude sur plusieurs articulations, affectant la gestuelle et l'activité au quotidien
Endurance à l'effort	Pas ou peu de fatigue	Fatigue rapide après une activité physique intense	Fatigue rapide après une activité physique modérée	Fatigue invalidante dès le moindre mouvement
Force	Force normale	Baisse de force, mais peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires	Ne peut vaincre la résistance pour un groupe musculaire	Ne peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires
Marche	Distance théorique normale couverte en 6 min 218 + (5,14 x taille en cm) - (5,32 x âge en années) - (1,80 x poids en kg) + (51,31 x sexe)	Valeurs comprises entre la distance théorique et la limite inférieure de la normale (82% de la distance théorique)	Valeurs inférieures à la limite inférieure de la normale	Distance parcourue inférieure à 150 m
Fonctions cérébrales				
Fonctions cognitives	Bonne stratégie, vitesse normale, bon résultat	Bonne stratégie, lenteur, adaptation possible, bon résultat	Mauvaise stratégie de base, adaptation, résultat satisfaisant ou inversement bonne stratégie de base qui n'aboutit pas	Mauvaise stratégie pour un mauvais résultat, échec
Fonctions langagières	Aucune altération de la compréhension ou de l'expression	Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en groupe	Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en individuel	Empêche toute compréhension ou expression
Anxiété/dépression	Ne présente aucun critère d'anxiété et/ou de dépression	Arrive à gérer les manifestations d'anxiété et/ou de dépression	Se laisse déborder par certaines manifestations d'anxiété et/ou de dépression	Présente des manifestations sévères d'anxiété et/ou de dépression
Fonctions sensorielles + douleur				
Capacité visuelle	Vision des petits détails à proche ou longue distance	Vision perturbant la lecture et l'écriture mais circulation dans l'environnement non perturbée	Vision ne permettant pas la lecture et l'écriture / circulation possible dans un environnement non familier	Vision ne permettant pas la lecture ni l'écriture. Circulation seul impossible dans un environnement non familier
Capacité sensitive	Stimulations sensitives perçues et localisées	Stimulations sensitives perçues mais mal localisées	Stimulations sensitives perçues mais non localisées	Stimulations sensitives, non perçues, non localisées
Capacité auditive	Pas de perte auditive	La personne fait répéter	Surdité moyenne. La personne comprend si l'interlocuteur élève la voix	Surdité profonde
Capacité proprioceptive	Equilibre respecté	Déséquilibre avec rééquilibrage rapide	Déséquilibre mal compensé avec rééquilibrage difficile	Déséquilibre sans rééquilibrage Chutes fréquentes lors des activités au quotidien
Douleur	Absence de douleur en dehors d'activités physiques intenses	Douleur à l'activité physique/ Indolence à l'arrêt de l'activité	Douleur à l'activité physique et qui se poursuit à distance de l'activité	Douleur constante avec ou sans activité

En résumé :

Comment faire bénéficier du PASS à vos patients ?

- Réaliser un examen clinique puis compléter le certificat médical de prescription d'aptitude(s) (pour en savoir plus sur le bilan, rendez-vous sur notre plateforme EsPASS : Vous êtes un professionnel de santé).
- Indiquer à votre patient de **contacter le Réseau Sport-Santé** de Bourgogne-Franche-Comté au **03 81 48 36 52**.
- Un **coordinateur s'entretiendra avec lui et l'orientera** vers le professionnel et l'activité les plus adaptés à ses goûts, à son lieu d'habitation et à sa condition physique.
- **Le patient débutera l'activité physique adaptée proposée** et sera encadré par un professionnel formé et adapté à ses limitations fonctionnelles, (cf. tableau ci-dessous).
- **Les encadrants évalueront chaque trimestre les bénéfices de la pratique régulière**, avec une saisie des résultats sur la plateforme eTICSS, outil de coordination à l'échelle régionale. Le prescripteur peut accéder à ses résultats en se connectant sur eTICSS.

Annexe :

tableau des interventions des professionnels et autres intervenants

	Aucune limitation	Limitation minime	Limitation modérée	Limitation sévère
Masseurs Kinésithérapeutes	+/-	+	++	+++
Ergothérapeutes et psychomotriciens (dans leur champ de compétences respectif)	(si besoin déterminé)	(si besoin déterminé)	++	+++
Enseignants en APA	+/-	++	+++	++
Éducateurs sportifs	+++	+++	+	non concernés
Titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualification professionnelle inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+ ¹	non concernés
Titulaires d'un diplôme fédéral inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+ ¹	non concernés

¹ Concernés à la condition d'intervenir dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire