

## OBJECTIFS COMMUNS DES APA

- \* Améliorer ou maintenir sa condition et sa santé physique, ses capacités motrices et fonctionnelles,
- \* Prendre du plaisir à faire,
- \* Tisser du lien social,
- \* Pratiquer une activité physique en dehors du cadre habituel,
- \* Respecter les règles sociales et sportives,
- \* Améliorer la confiance en soi et l'estime de soi,
- \* Apprendre à gérer ses émotions.



## Les Activités Physiques Adaptées (APA) au CH La Chartreuse

### CIAMM (Centre Intersectoriel d'Activités à Médiations Multiples)

**Contacts :**

**Olivier Peillard** (Cadre de santé )  
 olivier.peillard@chlcdijon.fr / 03 80 42 49 84

**Emilie Honiat** (Éducatrice APA)  
 emilie.honiat@chlcdijon.fr / 03 80 42 54 24

## QU'EST-CE QUE L'APA ?

L'Activité Physique Adaptée est une médiation thérapeutique qui vise au mieux-être physique, mental et social du patient.

Elle est proposée, sur prescription médicale, aux patients, hospitalisés ou suivis en extra-hospitalier, quels que soient leur pathologie (en dehors des phases aiguës) et leur mode d'hospitalisation.

Les médiations sont une composante de la prise en charge du patient et s'inscrivent dans un projet global de soins.

Les activités dispensées sont prescrites par un médecin de l'établissement en concertation avec le patient et l'équipe soignante.

## HISTORIQUE DES APA AU CH LA CHARTREUSE

L'apparition des APA date de 1972.

En 1973, la construction d'un gymnase au sein du CH permet d'implanter les APA dans la vie de l'hôpital.

En 1991-1992, un projet institutionnel est élaboré.

En 2011, un médecin psychiatre référent est nommé.

En 2016, l'équipe APA est rattachée au CIAMM (Centre Intersectoriel d'Activités à Médiations Multiples) et une éducatrice APA est embauchée.

## LES APA PROPOSÉES

Chacune a des objectifs et un public qui lui sont propres.

Les activités hebdomadaires sont :

- \* La randonnée,
- \* Les jeux de raquettes,
- \* L'éveil corporel,
- \* Les jeux aquatiques,
- \* Les jeux de coopération / sports collectifs,
- \* Le vélo,
- \* L'escalade.

D'autres activités ou événements sont organisés une ou plusieurs fois dans l'année :

- \* Les stages de voile,
- \* Le séjour « sport »,
- \* La rencontre interrégionale autour d'un ballon de football,
- \* La journée « Olympiades ».

## L'ÉQUIPE APA DU CH LA CHARTREUSE

Elles est constituée d'un psychiatre et d'un cadre de santé référents, d'une éducatrice APA (master 2 STAPS) et d'une trentaine d'encadrants qui travaillent dans différentes unités de soins de l'hôpital (infirmiers, aides-soignants et ergothérapeute).