



## **CHARTRE SPORT-SANTÉ BIEN-ÊTRE**

### **Pour le développement du Sport-Santé en Ile de France**

**L'association : .....**

**S'engage à :**

- 1) Proposer des activités adaptées et encadrées par des éducateurs formés au Sport-Santé**
- 2) Promouvoir l'activité physique adaptée en direction des personnes atteintes de pathologies ou maladies chroniques et/ou en situation de handicap**
- 3) Promouvoir l'activité physique quotidienne et réduire la sédentarité**
- 4) Promouvoir l'inscription des pratiquants dans une démarche d'activités physiques et sportives quotidiennes conformément aux recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS)**
- 5) Promouvoir les recommandations en matière d'alimentation conformément au Programme national Nutrition santé (PNNS)**
- 6) Mettre en place un suivi de la progression du pratiquant par des outils adaptés**
- 7) Evaluer l'impact des programmes d'activités à travers des indicateurs mesurables au minimum au début et fin de programme:**
  - ✓ évaluation de la condition physique par des tests explorant la force, la souplesse, l'endurance, l'équilibre,
  - ✓ une évaluation du niveau d'activité physique et de qualité de vie par questionnaires
- 8) Promouvoir les comportements favorables à la santé par le sport et mettre en place des actions pour lutter contre le dopage et les addictions au tabac, à l'alcool et aux drogues**
- 9) Promouvoir les actions sur le site internet régional « santeparlesport »**

**Signature**