



## CONSTAT INITIAL

Les patients hospitalisés sont plus exposés à la sédentarité et ses conséquences classiques (surpoids voire obésité, isolement social), mais aussi spécifiquement psychologiques.

L'exercice physique ayant des répercussions positives sur le bien-être, que ce soit au niveau de l'état psychologique que de la perception de soi, lutter contre l'inactivité physique permet de contribuer à améliorer l'estime de soi, à limiter les troubles de l'image du corps et à réduire les inquiétudes somatiques.

## SOLUTION ENVISAGÉE

Un « Parcours Santé » va être réalisé en 2018 dans le parc attenant au CHSM de Nice. Conçus par les services du Pôle, les dix modules en bois qui le composent vont être fabriqués par les patients de l'Atelier Thérapeutique Polyvalent.

Chaque module s'accompagnera d'une signalétique adaptée, mentionnant son niveau, les règles à appliquer et des recommandations spécifiques.

Localisé dans le parc, le Parcours Santé permettra de plus de créer un lieu attractif, où parents et enfants pourront s'amuser, se rencontrer autrement en dehors des murs de l'hôpital.

**POINTS FORTS** • Réalisation par les patients eux-mêmes, ce qui permet de déstigmatiser la psychiatrie et la maladie mentale • Réponse à une priorité de santé publique avec une activité à visée thérapeutique • Respect des normes au niveau de la sécurité

**INDICATEURS DE RÉSULTATS** • Une fois le projet terminé, la satisfaction des patients et des usagers sera mesurée, ainsi que la diminution de la sédentarité et de l'indice de masse corporelle, l'amélioration de la qualité de vie et des relations avec les pairs

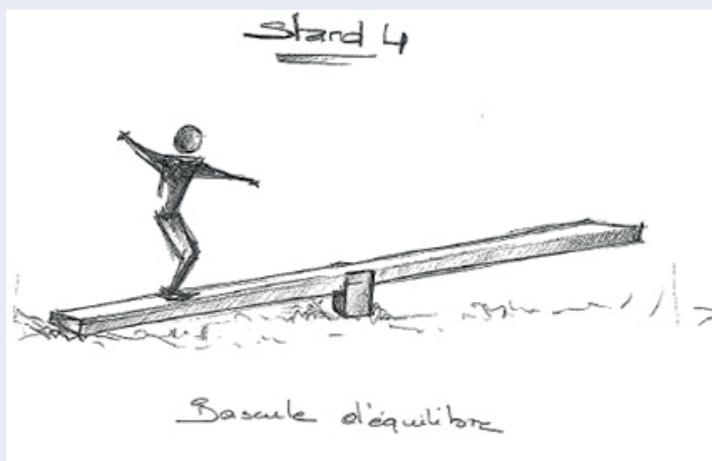


## CHALLENGES RELEVÉS

- Identifier les besoins et trouver la réponse adaptée
- Respecter les normes de sécurité, grâce aux services qualité et sécurité
- Définir le lieu le plus adapté pour implanter le Parcours Santé

## PERSPECTIVES

- Développement des activités de sport adapté au sein du CHSM



Association Hospitalière  
SAINTE-MARIE 190 ANS

**Contact projet :** XXXX, XXX,  
xxxx.yyyy@ahsm.fr

**Contact presse :** Stéphanie Durand, Directeur des Établissements  
Sainte-Marie Alpes-Maritimes, directionsaintemarienic@ahsm.fr