

## **CP - Lancement du dispositif Pass'Sport Santé Colmar 2022/2023**

**Dès cet été, la Ville de Colmar relancera son dispositif Pass'Sport Santé (PSS) 2022/2023, en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé Grand Est et le Réseau Santé Colmar. Au programme, de nouvelles activités sportives pour tous les âges (à partir de 18 ans).**

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), la sédentarité est à l'origine chaque année de 2 millions de décès dans le monde et de nombreuses pathologies chroniques. De même, l'inactivité physique est responsable de 10% des décès en Europe. Le sport est ainsi indissociable de bonne santé, et la Ville de Colmar s'approprie pleinement ce constat pour développer une politique locale dynamique en faveur de la pratique d'activités physiques et sportives.

Pass'Sport Santé Colmar s'inscrit dans ce contexte et témoigne le soutien de la municipalité à la pratique du sport dans toutes les disciplines existantes, ainsi que le développement de l'ensemble des clubs présents sur le territoire. Un engagement qui coule de source pour la Ville de Colmar, sélectionnée par le comité d'organisation des Jeux Olympiques de Paris 2024 en qualité de « Centre de préparation aux Jeux Paris 2024 ».

## Les objectifs

Pass'Sport Santé a deux ambitions : d'une part renforcer la pratique d'une activité physique et sportive chez les personnes sédentaires (dès 18 ans) et chez les seniors (dès 60 ans) ; de l'autre développer l'activité physique adaptée à des fins thérapeutiques, pour soigner par exemple obésité et diabète...

L'objectif est de progresser dans une activité sportive tout en favorisant l'écoute de son corps. Ce sont des éducateurs sportifs formés à cette démarche qui prendront en charge les personnes concernées. Dans les groupes qui seront constitués, la convivialité, elle aussi, sera de mise !

## Qui peut bénéficier de ce dispositif ?

Le dispositif est **réservé aux habitants de Colmar**, sous conditions d'être **adulte sédentaire ou sénior (+ de 60 ans)**.

À ce titre, les personnes éligibles pourront accéder gratuitement à des équipements sportifs municipaux soit pour une saison sportive (30 séances environs de septembre à juin) au sein d'une des associations colmariennes du dispositif, soit sur des animations « Ville » de 12 séances par cycle.

Les habitants atteints de pathologies (personnes obèses, diabétiques, atteintes d'un cancer, présentant des troubles psychologiques, etc.) pourront également accéder au dispositif sur les créneaux labélisés « prescri'mouv ».

Pour l'année 2021/2022, plus de 120 personnes ont pu bénéficier du dispositif au sein de 10 associations et 2 animations de la Ville. Pour cette deuxième édition, de nouvelles activités seront proposées, notamment : natation, Qi Gong, initiation haltérophilie, cross fit, hockey sur glace, Tai Ji Quan, marche nordique... et d'autres encore !  
**(Liste exhaustive des activités sur [colmar.fr/pss](http://colmar.fr/pss))**

## Comment s'inscrire ?

Les habitants souhaitant bénéficier du dispositif sont invités à **contacter le Réseau Santé Colmar au 03 89 23 05 55 dès le lundi 4 juillet** pour prendre un rendez-vous. Le RSC leur fera réaliser un bilan et les orientera vers l'activité sportive adaptée à leurs besoins.

Les activités débuteront à la mi-septembre et nécessiteront **un certificat médical du médecin traitant.**

## Une activité physique régulière et adaptée ? Que de bienfaits !

*(Rapport d'expertise collective A.N.S.E.S. publié en 2016)*

- Augmentation de la qualité et de la quantité de sommeil
- Réduction de 29 à 41 % du risque de mortalité précoce (15 minutes de pratique quotidienne pourraient déjà la réduire de 14 % !)
- Réduction de 60 % du risque d'accident vasculaire
- Diminution du risque de cancer
- Prévention de l'arthrose
- Réduction jusqu'à 45 % du risque de maladie d'Alzheimer
- Éloignement de l'anxiété et de la dépression
- Pour les plus de 65 ans : amélioration de l'équilibre et diminution des risques de chute

### CONTACT PRESSE

Manon Lovasz - Attachée de presse  
Ville de Colmar - Colmar Agglomération  
06 79 80 49 18  
manon.lovasz@colmar.fr