


BILAN D'ACTIVITÉ

SAISON
2024-2025

Nîmes Sport Santé est une association connue et reconnue pour son implication dans les champs du **SPORT**, du **HANDICAP**, et de la **SANTÉ**.

Elle a pour mission principale d'améliorer la santé et contribuer au bien-être physique, mental et social des personnes par la pratique d'activités physiques adaptées.

Au travers de ses différents pôles d'activités, l'association tente de répondre aux préoccupations sanitaires actuelles, par la mise en place d'ateliers, de programmes, dispositifs, journées de sensibilisation, etc. N2S a été reconnue Maison Sport Santé par le Ministère des Sports et le Ministère des Solidarités et de la Santé en 2020.

Ce document vise à présenter les projets et actions mis en place sur la saison 2024/2025. Les actions sur lesquelles le dispositif mobile de la Maison Sport -Santé était présent sont identifiées par un visuel de la MSS mobil' : 

SPORT THÉRAPIE
SPORT BIEN-ÊTRE
SPORT SÉNIORS
SPORT ADAPTÉ
SPORT INSERTION
ÉCOLE DE SPORT
SPORT FORMATION
SPORT ENTREPRISE
SPORT RECHERCHE

NÎMES SPORT SANTÉ

420 avenue de la bouvine
Résidence Le Neptune 30900 Nîmes

asso@nimessportsante.fr

06 31 41 83 00

www.nimessportsante.fr

GÉNÉRALITES & VIE ASSOCIATIVE



➤ VIE ASSOCIATIVE

Assemblée générale 2025

Cette année, l'assemblée générale s'est déroulée le vendredi 28 mars 2025, et a permis de faire état des activités de l'association, valider les comptes après présentation des rapports financiers, et présenter les projets futurs.

Conseil d'administration & Bureau

Le Conseil d'administration (CA) s'est réuni 8 fois en présentiel cette saison. Le bureau a géré tout au long de la saison les affaires courantes de l'association.

2 commissions sont actives : *une commission ressources humaines, une commission finance*

➤ FINANCE



De façon générale l'association doit diversifier ses sources de revenus et rechercher des fonds autres que les subventions des pouvoirs publics. Elle est en 2024 dépendante à 59,30 % (contre 56,09% en 2023).

L'association développe certains pôles d'activités et les prestations aux structures afin d'équilibrer son modèle économique.

L'association a fait appel cette saison à un cabinet comptable. La gestion financière et comptable liée à l'activité croissante de l'association devenait une charge trop lourde à gérer pour les dirigeants bénévoles. L'association a fait appel au cabinet CBA Conseil basé à Nîmes.



L'association est toujours suivie par le cabinet BC2G (commissaire aux comptes) afin de certifier les comptes associatifs.



Nîmes Sport Santé remercie chaleureusement l'ensemble des soutiens reçus cette saison de la part de :



➤ COMMUNICATION



Un important travail de communication a été réalisé par l'association suite à l'acquisition des nouveaux locaux en 2023. De nouveaux outils de communication ont été créés avec une nouvelle charte graphique.

Sur la saison 2024/2025 N2S a poursuivi ce travail et a notamment en partenariat avec l'agence de communication « **Love My Name** » basée sur Nîmes, mis à jour sa carte de visite et confectionné deux nouvelles oriflammes qui seront utilisés lors des nombreux événements auxquels l'association participe.



Cette saison, l'association a également sollicité un prestataire pour réaliser une vidéo de présentation de l'association. Cette vidéo est accessible sur la page You Tube de l'association à l'adresse : <https://youtu.be/LgG6ankWFuM> La vidéo a été réalisée par « **CREATIV STUDIO AD** »

N2S a signé un partenariat avec la Radio Aviva, qui diffusera sur les ondes le lancement de nouveaux programmes et dispositifs ainsi que l'organisation des événements sportifs organisés.



SITE INTERNET



L'association dispose de deux sites internet, un pour l'ensemble des pôles associatifs, un deuxième sur la Maison Sport Santé.

Les deux sites internet ont été mis à jour tout au long de la saison.

Une refonte du site de l'association a été réalisée en partenariat avec l'Agence « **OCOM3POM** » partenaires de longue date de l'association.



RESEAUX SOCIAUX



Les réseaux actuellement utilisés sont : *Facebook, LinkedIn, et Instagram*

Les réseaux sociaux sont hebdomadairement utilisés afin de faire la promotion des actions, événements.

L'association est suivie par **1,3K personnes sur Facebook**, **919 personnes sur Instagram** et **1041 personnes sur LinkedIn**.

L'association dispose également d'une chaîne **Youtube**.



➤ EQUIPE, PROFESSIONNELS, BENEVOLES, STAGIAIRES



SALARIÉS

L'association disposait cette saison d'une équipe de 6 salariés pour un 4.85 ETP (équivalent temps plein). N2S emploie 4 enseignants en activité physique adaptée, 1 coordinatrice et 1 Directeur. 2 nouveaux salariés ont intégré l'équipe cette saison en remplacement de deux autres salariés.

VOLONTAIRE SERVICE CIVIQUE

Cette saison encore, l'association a créé une mission service civique via l'agrément de la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA). Le volontaire recruté est intervenu sur le pôle SPORT ADAPTE pour accompagner les adhérents dans leur pratique sportive de loisirs et de compétition et leur pleine citoyenneté en tant que membres d'une association.

EQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE

L'ensemble des professionnels libéraux ont poursuivi leur collaboration avec N2S cette saison.

L'équipe pluridisciplinaire est composée de :

- 4 enseignants en APA
- 1 sophrologue
- 4 diététiciennes
- 1 naturopathe
- 1 kinésithérapeute
- 1 psychomotricienne

BENEVOLES

N2S peut compter sur le soutien des bénévoles. Ils sont intervenus notamment lors de l'organisation des championnats para-sport sport adapté, et lors d'événements organisés par l'association comme la journée sport santé MOUV'ENSEMBLE.

STAGIAIRES

L'association a, cette saison, accueilli au total **15 stagiaires** :

- 6 stagiaires Licence APAS de l'Université de Nîmes, 1 stagiaire de l'Université STAPS de Valence, 1 stagiaire de Montpellier, 1 stagiaire Master 2 de l'Université de Strasbourg,
- 2 stagiaires de 3^{ème} ont également été accueillis,
- 1 stagiaire de la formation fédérale continue « Activités Physiques et Sportives sur Prescription Médicale » du Comité Régional Sports Pour Tous, et 1 de la Fédération Française de Danse
- 1 stagiaire éducateur sportif au Montpellier Université Club Omnisports.
- 1 stagiaire dans le cadre d'une formation certifiante Danse Santé organisée par la FFDanse.

L'humain étant au cœur du projet de N2S, l'association veille à s'appuyer sur une équipe engagée, compétente et en constante évolution. Salariés, professionnels partenaires, bénévoles, volontaires et stagiaires ont ensemble contribué à faire vivre une dynamique collective porteuse de sens.

COMITES



N2S dispose de 4 comités :

- le **comité d'experts** composé de personnes expertes du champ (médecins, cardiologues du sport, enseignants chercheurs, etc.), permet à l'association de disposer d'un accompagnement sur les programmes, dispositifs déployés par l'association au sein de ses pôles d'activités ;
- le **comité de pilotage** de la Maison Sport Santé composé de divers partenaires (institutionnels ou financiers) : DRAJES Occitanie, CPAM du Gard, Ville de Nîmes, CHU de Nîmes, CODES 30, CDSA 30, CDSPT 30, CPTS, ARS, CDOS 30, SDJES 30...
- le **comité d'usagers** de la Maison Sport Santé (composé d'adhérents des pôles Sport Thérapie, Sport Bien-être, Sport Séniors) permet de travailler sur la démarche qualité et recueillir les besoins et attentes des bénéficiaires des actions de l'association ;
- le **comité de sportifs** du pôle sport adapté permet aux sportifs en situation de handicap mental ou psychique d'être partie prenante de la vie du club. Ce comité offre un espace de partage et d'échanges durant lequel les attentes, les besoins des personnes sont remontés et discutés.

Les membres du **comité d'experts** ont été sollicités plusieurs fois durant la saison pour avis sur les programmes, actions de l'association.

Le **comité de pilotage de la Maison Sport Santé** s'est réuni le **19 février 2025**

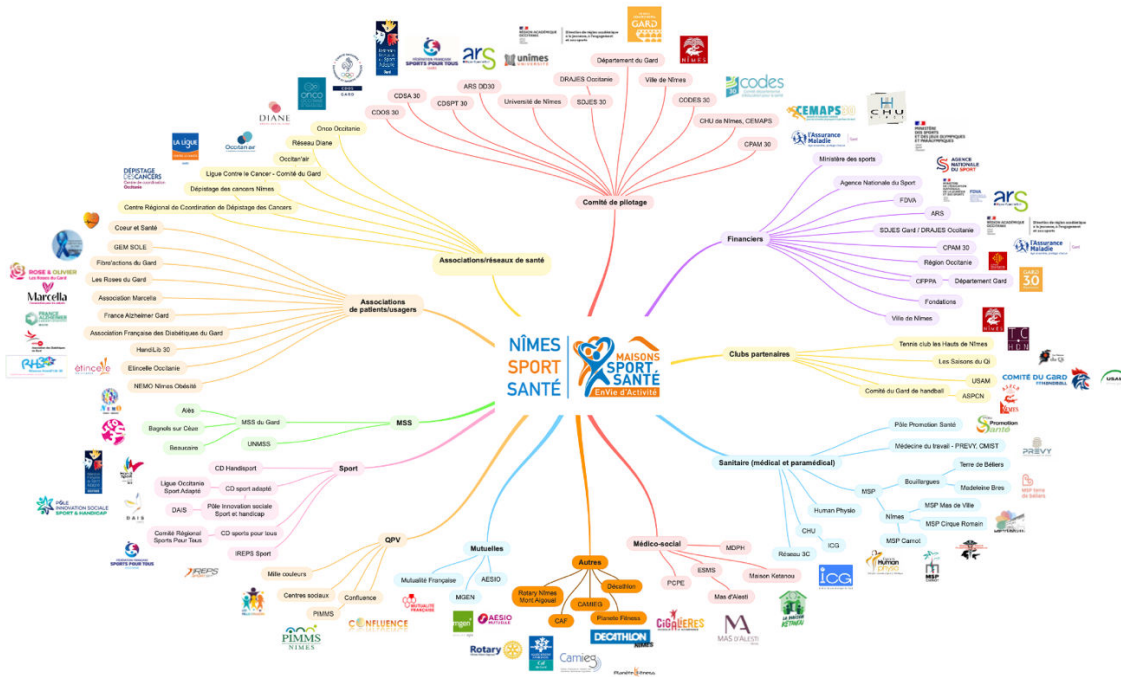
Le **comité d'usagers** s'est réuni le **8 janvier 2025 et le 19 février 2025**.

Le **comité de sportifs du pôle sport adapté** s'est réuni le **5 décembre 2024 et le 5 juin 2025**.

➤ PARTENARIATS



Avec la reconnaissance de Maison Sport Santé, l'association s'est dotée de nouveaux partenaires institutionnels, associatifs, etc. N2S compte près de 90 structures partenaires avec qui elle travaille au quotidien : *associations de patients, clubs de sport, réseaux de santé, structures sociales/médico-sociales/sanitaires, université, etc.*



Mise à disposition des installations sportives

Comme chaque saison nous pouvons compter sur la ville de Nîmes et Nîmes Métropole qui met à disposition des installations sportives afin d’y mener nos entraînements et séances.

➤ AFFILIATIONS, FEDERATIONS

N2S est affiliée à trois fédérations différentes couvrant l’ensemble des pôles d’activités de l’association.

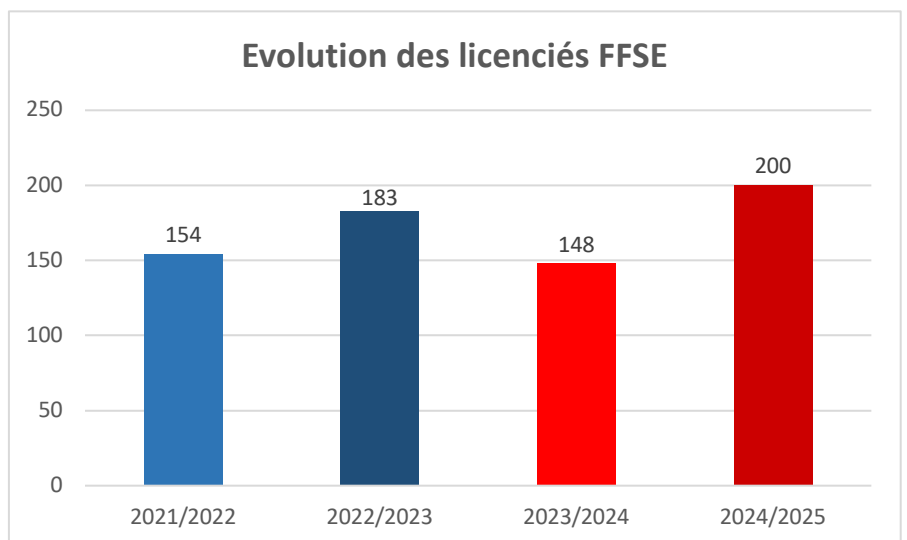
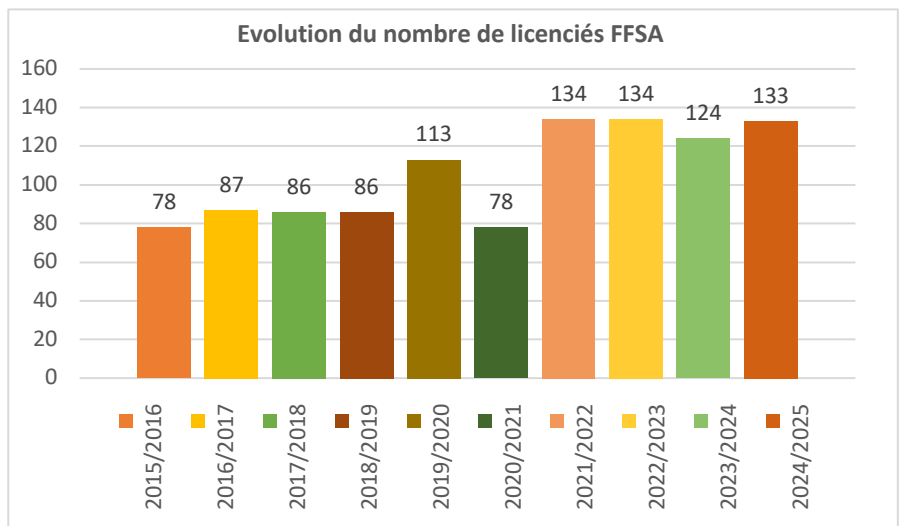
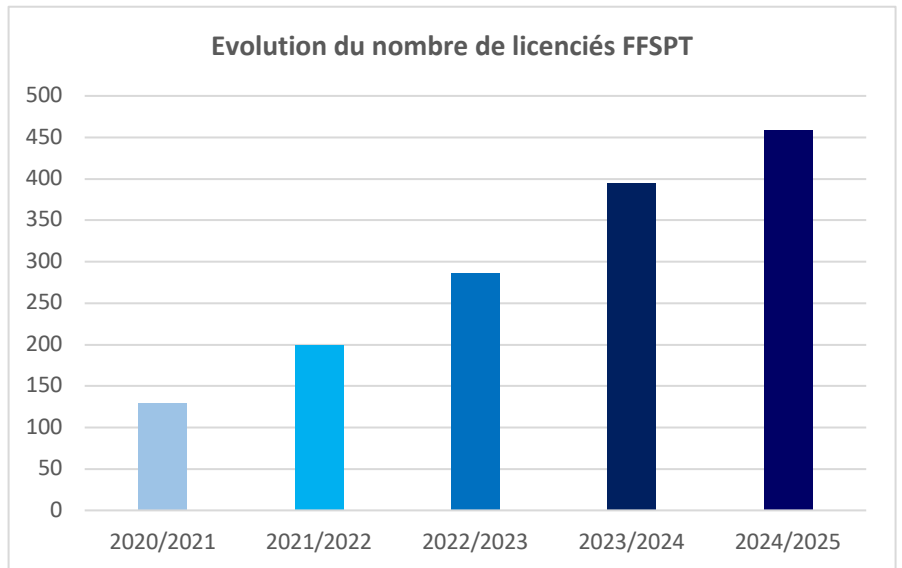
Fédérations

Nîmes Sport Santé est affiliée à **trois fédérations** :



Chaque pratiquant dispose d’une licence via une de ces trois fédérations.

L’association compte à la fin de la saison 2024/2025 **239 adhérents et 790 licenciés**.



➤ [LABELS, HABILITATIONS, AGREMENTS](#)

HABILITATION MAISON SPORT SANTE



N2S a reçu en décembre 2023 l'**habilitation Maison Sport Santé** par le Ministère des Sports et le Ministère de la Santé. En effet, suite au Décret n° 2023-170 du 8 mars 2023 relatif à l'habilitation des maisons sport-santé, toutes les structures reconnues Maison Sport Santé devaient déposer un dossier avant fin 2023 pour recevoir une habilitation valable 5 ans.

LABEL CLUB SPORT SANTE BIEN-ÊTRE

N2S a une nouvelle fois cette saison été labélisée Club Sports santé bien-Être par la Fédération Française Sports Pour Tous. A ce titre elle participe activement à la commission régionale Sports Santé bien-être du Comité Régional Occitanie.



LABEL CLUB SPORTIF – ALZHEIMER



N2S a été labélisée « Club sportif Alzheimer » par la Fédération France Alzheimer & maladies apparentées.

➤ [AFFILIATIONS](#)

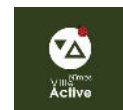
UNION NATIONALE DES MAISONS SPORT SANTE :

N2S a également fait le choix d'adhérer à l'**UNION NATIONALE DES MAISONS SPORT SANTE**, association créée pour promouvoir et défendre les intérêts des MSS en France. Sarah et Christophe ont été nommés référents Occitanie pour cette association.



ASSOCIATION DES PROFESSIONNELS DE LA VILLE ACTIVE :

N2S a renouvelé son adhésion à l'Association des Professionnels de la Ville Active (APVA) de Nîmes afin de promouvoir ses actions sur le territoire proche et participer à la vie de la zone d'activité dans laquelle elle est implantée.



N2S a notamment organisé cette saison un petit déjeuner invitant tous les acteurs et professionnels de la ville active.

COSMOS :

N2S a nouveau adhéré cette saison à COSMOS qui est l'organisation patronale représentant l'ensemble des employeurs du sport.



➤ **ENGAGEMENTS ASSOCIATIFS**

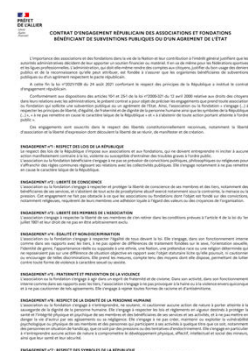
Nîmes Sport Santé est une association engagée dans :

- le **DEVELOPPEMENT DURABLE**, avec ses 8 engagements : *réduire la consommation, acheter de manière responsable, promouvoir l'éco-mobilité, recycler ses déchets, préserver l'environnement, favoriser le vivre ensemble, favoriser le bien-être au travail, sensibiliser au développement durable*



- la **SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE**, avec les bonnes pratiques concernant la température des pièces, l'utilisation d'éclairages à LED, mettre en place des dispositifs hydro-économiques, etc.

- le **CONTRAT D'ENGAGEMENT REPUBLICAINS**, avec ses 7 engagements sur le respect des lois de la République, la liberté de conscience, la liberté des membres de l'association, l'égalité et la non-discrimination, la fraternité et la prévention de la violence, le respect de la dignité de la personne humaine, et le respect des symboles de la République.



➤ **LES AXES FORTS DE LA SAISON**

REECRITURE DU PROJET ASSOCIATIF :

La saison a été marquée par la réécriture du projet associatif 2025-2028, avec pour ambition de définir une vision renouvelée, ambitieuse et partagée du développement de Nîmes Sport Santé.

Dans une logique de gouvernance collaborative et participative, l'association a mis en place une série d'ateliers de co-construction mobilisant l'ensemble de ses parties prenantes :

- Les **dirigeants bénévoles**, garants des valeurs et de la continuité associative ;



- **L'équipe de professionnels**, force de proposition et d'innovation sur le terrain ;
- **Les comités d'usagers et de sportifs**, porteurs des besoins concrets et des attentes du terrain ;
- Les **partenaires institutionnels**, acteurs clés du développement territorial.

Ces temps d'intelligence collective ont permis de faire émerger les **nouveaux axes stratégiques** de l'association autour des grands enjeux contemporains : **inclusion, santé durable, innovation sociale, transition écologique, accessibilité territoriale et performance organisationnelle.**

Ce processus de réflexion partagée constitue le socle d'un **projet associatif structurant**, à la hauteur des défis à venir, et inscrit dans une logique d'impact territorial renforcé. Il traduit la volonté de Nîmes Sport Santé de renforcer son rôle moteur dans le champ du sport-santé et de l'activité physique adaptée pour les années à venir.



DEMARCHE ECO'SPORT :

Au cours de cette saison, N2S a souhaité affirmer son engagement en faveur de la préservation de l'environnement en inscrivant la **thématique de l'Eco'Sport** comme un axe stratégique de développement.

L'objectif était clair : **réinterroger nos pratiques sportives pour en limiter l'impact environnemental, tout en sensibilisant nos publics aux enjeux climatiques.**

Dans cette dynamique, l'association a intégré la **commission Eco'Sport du Comité Régional Sports pour Tous Occitanie**, rejoignant ainsi un réseau d'acteurs régionaux mobilisés autour de ces problématiques. Ce travail collaboratif vise à faire émerger des solutions concrètes, innovantes et adaptées aux réalités de terrain.

Grâce au soutien de la Fédération Française Sports pour Tous dans le cadre des subventions allouées par l'Agence Nationale du Sport, plusieurs actions ont été déployées durant la saison :

- **Organisation d'événements écoresponsables** (Plogging, etc.);
- **Création d'un stand pédagogique** Eco'Sport, présent sur l'ensemble des manifestations organisées par l'association ;
- **Réalisation d'une exposition** dans les locaux, en partenariat avec
- **Animations de sensibilisation** à destination des adhérents autour des gestes écoresponsables liés à la pratique sportive.



En parallèle, une démarche interne a été amorcée pour **transformer les pratiques professionnelles de l'équipe**. Une formation dédiée à l'Eco'Sport a été suivie par le Directeur afin d'intégrer les principes du développement durable dans les modes de fonctionnement de la structure. À titre d'exemple, un vélo a été mis à disposition de l'équipe pour privilégier les mobilités douces sur les trajets de proximité.

Ce positionnement affirmé de Nîmes Sport Santé témoigne de sa volonté d'être un acteur exemplaire et proactif en matière de responsabilité environnementale dans le champ du sport-santé.

DEMARCHE QUALITE :



Dans une logique d'**amélioration continue de la qualité** de service et en cohérence avec ses engagements en matière de développement durable – notamment sur le pilier social et sociétal, Nîmes Sport Santé a initié une démarche qualité structurée au cours de la saison.

Cette dynamique s'est concrétisée par la réalisation d'une **enquête de satisfaction** auprès de l'ensemble des adhérents afin d'objectiver les ressentis, identifier les points de satisfaction mais aussi les axes d'amélioration. Parallèlement, l'association a procédé à la **formalisation de nouvelles procédures**, notamment sur **le recueil et le traitement des plaintes et réclamations**, dans une volonté de transparence, de traçabilité et de réactivité.

Des **ateliers collaboratifs internes** ainsi que des temps d'échanges au sein des comités d'usagers ont été organisés pour analyser collectivement les retours, croiser les regards et proposer des pistes concrètes d'évolution, en lien avec les attentes exprimées.

Cette démarche qualité s'inscrit pleinement dans la volonté de N2S de **placer l'adhérent au cœur de son projet**, tout en consolidant une culture organisationnelle fondée sur l'écoute, la responsabilité et la **performance durable**.

➤ DIVERS

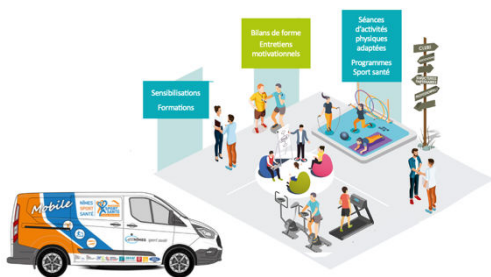
DISPOSITIF PASS'SPORT

Nîmes Sport Santé a proposé à ses adhérents dans le cadre du dispositif PASS'SPORT lancé par le gouvernement de bénéficier de l'aide de 50 euros pour leur inscription au sein de l'association.



39 adhérents ont pu bénéficier de cette aide cette saison.

LA MAISON SPORT SANTE MOBIL'



Dans une volonté affirmée de **renforcer l'accessibilité territoriale** et sociale de l'activité physique adaptée, Nîmes Sport Santé a poursuivi cette saison les actions de la **Maison Sport Santé Mobile**. Ce dispositif innovant lancé en 2022 incarne la démarche "aller vers" en se déplaçant au plus près des publics éloignés de l'offre classique : zones rurales, quartiers prioritaires, établissements médico-sociaux, villes et villages autour de Nîmes.

Dotée de matériel spécifique, d'outils pédagogiques et animée par l'équipe de N2S, la Maison Sport Santé Mobile permet de **sensibiliser, évaluer, orienter et accompagner** les publics dans leur parcours sport-santé, en lien étroit avec les professionnels de santé et les acteurs locaux.

Elle représente un levier stratégique fort pour **réduire les inégalités d'accès à la prévention par l'activité physique** et concrétise la mission de N2S : **rendre le sport-santé mobile, inclusif et territorialement ancré**.

LE PARCOURS SPORT SANTE

Nîmes Sport Santé poursuit le déploiement de son **Parcours Sport Santé** sur le territoire, avec l'ambition de proposer une **prise en charge globale, progressive et personnalisée** des personnes souhaitant ou nécessitant une reprise d'activité physique à visée de santé. Ce parcours structuré repose sur une articulation étroite entre **prescription médicale, évaluation des capacités, orientation adaptée, suivi individualisé et inclusion durable** dans une pratique régulière.

Construit en lien avec les acteurs de santé (médecins, CPTS, établissements), les collectivités territoriales et les structures sportives locales, ce dispositif vise à **fluidifier les trajectoires, lever les freins à l'engagement dans une pratique**, et garantir un accompagnement de qualité. Il s'inscrit pleinement dans la mission de N2S de déployer une offre sport-santé **territorialisée, coordonnée et ancrée dans les besoins réels des publics**.







Le déploiement de ce Parcours Sport Santé est rendu possible grâce au **soutien structurant des pouvoirs publics**. Nîmes Sport Santé bénéficie notamment des **subventions des ministères des Sports et de la Santé** dans le cadre de son **habilitation "Maison Sport Santé"**, ainsi que de l'appui déterminant du **Service Départemental à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports (SDJES)** du Gard, du **Conseil Départemental du Gard** et de la **Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)** du Gard.

Ces soutiens témoignent de la confiance accordée à N2S pour déployer des actions concrètes et efficaces au service de la prévention et de la santé par l'activité physique sur l'ensemble du territoire.

➤ ÉVÉNEMENTS et MANIFESTATIONS

L'association a participé à plusieurs événements/manifestations durant la saison. Les actions sur lesquelles le dispositif mobile de la Maison Sport -Santé était présent sont identifiées par un visuel de la MSS mobil' :

- **Soirée évènement** organisée par la **CPTS Némausa** le 18/10/2024
- **Semaine portes ouvertes** lors de la Semaine de La Forme de la FFSPT du 30/09/2024 au 04/10/2025
- **Forum des associations** de la ville de Nîmes le 07/09/24
- **Vital Sport & Road Tour** à Décathlon Nîmes les 14 et  15/09/24
- **Journée de sensibilisation au Handicap**, organisée par la ville de Nîmes sur l'esplanade le 17/05/25 
- **Journée « Destination Bien-Être »** organisée par la Ville de Nîmes sur l'esplanade le 03/05/25 
- **Journées nationales des Maisons Sport Santé** – Regroupement à Vichy le 19 et 20/06/25
- **Mouv'Ensemble au Mas d'Escattes** en partenariat avec Rotary Forum Nîmes le 18/05/25 
- **Participation au colloque DU PAPS « Le PAPS fête ses 10 ans »**

SPORT THÉRAPIE

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT THERAPIE.

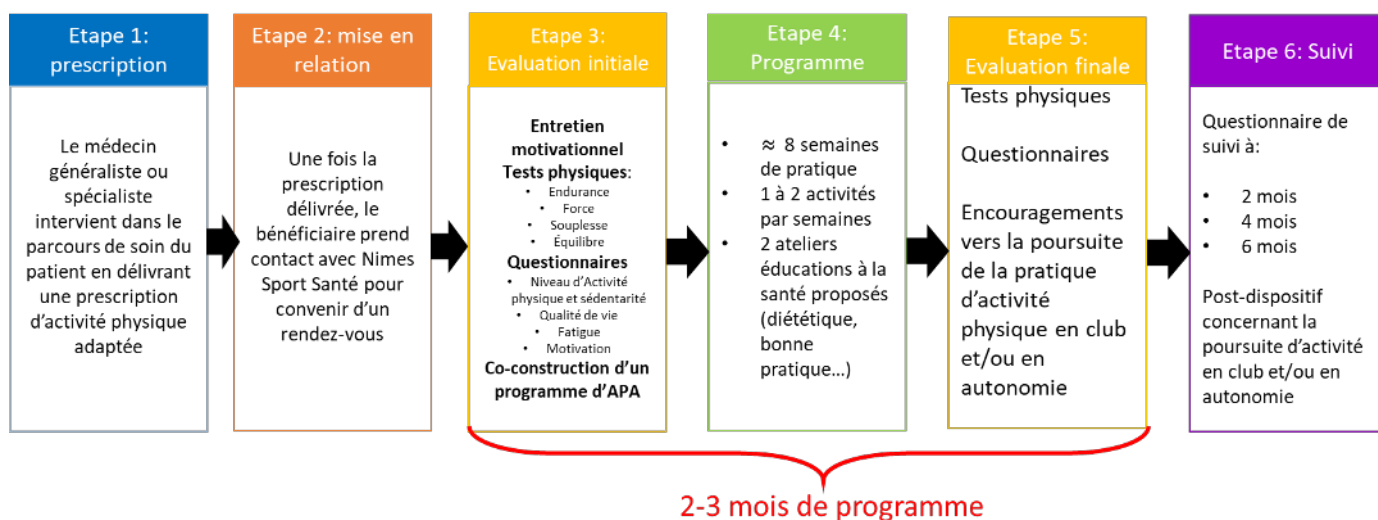
➤ Dispositif « BOUGEZ SUR ORDONNANCE » (BSO) NIMES :



« Bougez sur ordonnance® » (BSO) est un dispositif de la **Direction de région académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) OCCITANIE**. Ce dispositif est déployé sur la villa de Nîmes par N2S depuis 2016. Il a connu une forte expansion depuis la reconnaissance de Maison Sport Santé.

Ce dispositif vise à accompagner toutes personnes atteintes de pathologies chroniques à la reprise d'une activité physique régulière.

Les étapes de Bougez Sur Ordonnance :



Bilan activités Bougez Sur Ordonnance :

- ❖ Nombre de personnes ayant contacté l'association pour des renseignements suite à une prescription médicale d'activité physique adaptée : **295 personnes**
- ❖ Nombre de personnes ayant pris un rendez-vous pour une évaluation initiale : **148 personnes**
- ❖ Nombre de personnes entrant dans le dispositif et ayant réalisé l'évaluation initiale : **137 personnes**

Sur ces 137 personnes :

→ 91 personnes ont suivi le programme en intégralité (de l'évaluation initiale à finale) (74 personnes sur la saison 2023/2024 pour un total de 116 personnes)

→ 12 personnes ont arrêté en cours de programme principalement pour des raisons de santé

A ce jour, 61 personnes (sur les 91) ont poursuivi une activité physique dans un club à la sortie du dispositif. D'autres reprendront en septembre après les vacances d'été puisqu'ils viennent de terminer le programme.

Toutes les données ont été recueillies sur la plateforme Goove reconnue par le Ministère des Sports.

Profil des pratiquants :

Moyenne d'âge : 56 ans Sexe : 71% de femmes, et 29% d'hommes
 Les pathologies les plus fréquentes : Obésité, HTA, Diabète, Dépression, Arthrose, Cancer

Médecins prescripteurs :

Depuis 2021, **277 médecins** ont réalisé au moins une prescription.
 Cette saison nous avons compté **66 medecins prescripteurs** par rapport à la saison dernière.

Ateliers de sensibilisation :

Au total, **59 participants de « Bougez Sur Ordonnance »** ont participé à un atelier d'éducation à la santé sur l'activité physique et un atelier proposé par une diététicienne.

Trois ateliers animés par une diététicienne, deux ateliers de sensibilisation sur la thématique de l'activité physique et la sédentarité sous forme de quizz et défis sportifs et un atelier sur la gestion de l'effort « Comprendre et gérer sa fréquence cardiaque à l'effort »



➤ ACTIVITES SPORT SANTE BIEN-ÊTRE :



Cette saison, l'association a mis en place plusieurs créneaux d'activités au sein du pôle Sport-Thérapie (dont 3 nouvelles activités : Cardio Santé les vendredis, Fit Form les lundis et mercredis)

- Cardio-santé (3 créneaux)
- Gym-stretching (2 créneaux)
- Free-Fit (1 créneau)
- Marche nordique (1 créneau)
- Be Fit (2 créneaux)
- Boxe Fit (1 créneau)

- Aqua-Fit (1 créneau)
- Fit Form (2 créneaux)

106 personnes ont participé à ces activités (110 sur la saison 2023-2024).

➤ ONCO'SPORT :



En partenariat avec l'association **ETINCELLE OCCITANIE**, Nîmes Sport Santé a mis en place un programme de réhabilitation par l'activité physique adaptée destiné aux personnes ayant eu ou ayant un cancer. Ce programme a accueilli 14 personnes.

Certaines personnes ont été orientées par leur oncologue.

➤ COACHING SPORT SANTE

Trois personnes ont été accompagnées cette saison sur du coaching sport santé par des enseignants APAS de l'association.



➤ PARTENARIAT AVEC LA MSP DU CIRQUE ROMAIN :

L'association met également en place dans ses locaux des séances pour les patients orientés par la **MSP du Cirque Romain** les jeudis soir sur des cycles de 3 mois.

Au total, 2 cycles de 3 mois ont été mis en place sur la saison. Chaque cycle comprenait un groupe de personnes différentes. Au total, **19 pratiquants** ont participé aux séances.

➤ HANDI'FIT :

Avec le soutien de l'ANS dans le cadre du PSF de la FFSPT, N2S a mis en place un nouveau créneau d'activité dédié aux personnes avec un handicap moteur ou sensoriel car aucune offre de pratique dédiée au sport-santé n'est disponible sur le territoire à ce jour. A ce jour, **4 personnes** lourdement handicapées, sont inscrites sur ce créneau.



➤ PROGRAMMES « BOUGEZ SUR ORDONNANCE » :



Deux programmes « Bougez sur ordonnance » ont été mis en place avec la MSS mobile cette saison. Un programme à Saint-Gilles et un programme à Milhaud. Ces programmes sont financés par la DRAJES Occitanie.

Les programmes comprennent **8 séances d'activités physiques adaptées** et **2 séances** permettant d'évaluer la condition physique, en début et fin de programme ainsi que **2 ateliers d'éducation à la santé**.

- **Programme sur Saint Gilles :**

Le programme s'est déroulé du 25 mars au 17 juin 2025 avec des séances tous les mardis de 9h30 à 10h30. Il s'adresse à des personnes en surpoids obésité et diabétiques.

14 personnes ont participé au programme.

Un atelier d'éducation à la santé proposé par une diététicienne s'est déroulé le 15 avril et un atelier d'éducation à la santé sur les bienfaits de l'activité physique et les risques liés à la sédentarité s'est déroulé le 4 juin.

Une demi-journée de sensibilisation pour les clubs de proximité a également eu lieu le 23 juin.



- **Programme sur Milhaud :**

Par manque de temps et de disponibilités des professionnels de santé sur le territoire, le programme sera reporté sur la saison 2025/2026. La ville de Milhaud communiquera largement auprès de la population, afin que les personnes intéressées contactent d'elles-mêmes leur médecin traitant.

➤ **STAGE SPORT SANTE :**



Avec le soutien de la FDVA, Nîmes Sport Santé a proposé un stage Sport Santé sur la thématique du Bien-Être, à destination de ses adhérents, au centre sportif de Méjannes-Le-Clap, **le 28 mars 2025**. Au total **13 personnes** ont participé à la journée avec au programme, randonnée et cohérence cardiaque, introduction sur la pleine conscience, et séance de Yoga Thérapie.

➤ **PROGRAMME APAS ET CANCER :**



Nîmes Sport Santé intervient **2 fois par semaine à la Maison Rose et Olivier – Association les Roses du Gard** pour des personnes atteintes d'un cancer ou en rémission, les lundis et jeudis.



Au total, **32 pratiquants** ont participé régulièrement aux activités. (26 sur la saison 2023-2024)


➤ **PRESTATIONS PONCTUELLES :**



- **Projet 1 2 3 Nutri Santé** en partenariat avec le CODES 30, et l'AFD 30 : 2 ateliers d'éducation à la santé au centre social Jean Paulhan (Quartier Mas de Mingue), pour des personnes diabétiques, le 21 novembre et 5 décembre 2024.

- **Projet « Nutrition, Mouvements et Cœur, Quel Bonheur ! »** en partenariat avec le CODES 30 : 2 ateliers « Bilan de condition physique » et « Découverte de l'APA » seront menés prochainement au centre social Emile Jourdan (Quartier Gambetta) à Nîmes le 27 mai 2025 et 17 juin 2025
- Ateliers en partenariat avec le **Pôle Promotion Santé au sein de la Mission Locale Jeune** à destination de jeunes (16-25 ans) en voie de réinsertion professionnelle : 1 atelier d'éducation à la santé et 1 atelier pratique d'activité physique
- **Association La Pléiade** : L'association a été sollicité par La Pléiade, pour mettre en place des séances d'activité physique auprès de jeunes femmes issues du quartier prioritaire Mas de Mingue. Au total, 6 séances d'activité ont été réalisées de mai à juin.

➤ EVENEMENTS :

- **Forum des diabétiques** organisé par l'ADF 30, le 16 novembre 2024
- **Octobre Rose : Journée « Santé au Féminin »** à l'espace Léon Vergnole (Quartier Pissevin-Valdegour) le 11 octobre 2024, **intervention à l'ICG du Gard** (stand et initiation activité physique adaptée), découverte des séances **d'Onco'Sport** tout le mois d'octobre...
- Participation aux **réunions des acteurs de la prévention et du dépistage des cancers** sur la ville de Nîmes
- **Mars Bleu** : Durant tout le mois de mars, l'association a mis en place chaque semaine un évènement : Concours Photo, Défi sportif, Tenue Bleue pendant les séances, et quizz de dépistage...
- **Journée mer** à destination des adhérents au Grau du Roi pour clôturer la saison sportive en juin 
- **Semaine Nationale de Prévention 2025** : Stand au CHU de Nîmes en partenariat avec l'AFD 30 le 5 juin 2025
- **Cycles de conférence animés par des professionnels de santé du CHU de Nîmes** : Dans les locaux de N2S, deux conférences sur le sommeil et la douleur le 23 mai et 27 juin 2025

SPORT BIEN-ÊTRE

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT BIEN ÊTRE.

➤ ACTIVITES :

Cette saison l'association a proposé 3 créneaux de Pilates.

35 personnes sont inscrites sur les séances au total, sur les 3 créneaux proposés.

(35 sur la saison 2023-2024)



L'activité **Yoga Thérapie** se déroule tous les vendredis de 12h30 à 13h30

10 personnes ont participé cette saison (10 sur la saison 2023-2024)



L'activité **Activ'Form** se déroule tous les vendredis de 17h30 à 18h30

11 personnes ont participé cette saison (11 personnes sur la saison 2023-2024)



SPORT SÉNIORS

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT SENIORS.

➤ PROGRAMME « SENSIBILISATION SUR LES RISQUES DE CHUTES » :

Le programme court « *prévention des chutes* », est un programme de comportant 10 séances visant à apporter aux participants tous les outils et toutes les données permettant de mieux comprendre ce phénomène. Il permet aux personnes de bénéficier de séances d'activités physiques adaptées en lien avec les déterminants du risque de chute : *ateliers de renforcement musculaire, parcours d'équilibre, gestes et postures, aménagement du domicile, etc.*



Deux programmes se sont déroulés dans les locaux de Nîmes Sport Santé. Un programme du jeudi 23 janvier du jeudi 22 mai 2025 et a regroupé **13 personnes**. Et un second programme du mardi 11 mars 2025 au mardi 17 juin 2025 avec **11 personnes**.

PROGRAMME dans un établissement médico- social :



Un programme a été mis en place au CEMA Guillaumet avec un public séniors en situation de handicap mental du jeudi 20 mars 2025 au jeudi 26 juin 2025 avec **12 personnes**.

PROGRAMMES au sein des QPV de Nîmes :



Trois programmes se sont déroulés dans les quartiers prioritaires de la ville de Nîmes :

Un programme s'est déroulé à l'association les Mille Couleurs, sur le quartier Pissevin. Le programme a regroupé **12 personnes** de février à juin 2025

Un programme au centre social Jean Paulhan sur le quartier Mas de Mingue, avec **12 personnes** inscrites, du 6 février au 5 juin 2025.



Un programme **centre social Emile Jourdan** sur le quartier Gambetta, du vendredi 21 mars au vendredi 6 juin 2025. Au total, 7 personnes inscrites.

➤ **PROGRAMMES LONG « ÉQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES » :**

Le **programme long « Equilibre et prévention des chutes »** se déroule à l'année, sur une durée de 30 séances hebdomadaires, permettant d'approfondir les notions et de travailler dans la durée ce qui a trait à l'équilibre et la prévention des chutes. Depuis trois saisons, le programme a été agrémenté par l'intervention de différents professionnels (nutritionniste, sophrologue, kinésithérapeute ergothérapeute) afin d'avoir une approche plus globale des besoins des séniors.



Cette saison encore, et avec le soutien financier de la **Conférence des Financeurs pour la Prévention et la Perte d'Autonomie (CFPPA) du Gard** et du **Centre Communal d'Action Sociale de Nîmes**, N2S a proposé aux séniors de la ville **2 programmes** au **complexe sportif Jean Bouin**. **1 nouveau programme** a également été mené dans les locaux de Nîmes Sport Santé.

En tout, **38 personnes** se sont inscrites sur les trois programmes. (27 personnes sur les 2 programmes mis en place sur la saison 2023-2024)

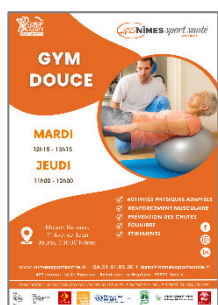
➤ **DISPOSITIF SENIORS EN FORM' :**

Le dispositif « **Séniors en Form'** » est un programme d'Activités Physiques Adaptées (APA) à destination des séniors auquel s'ajoutent des séances d'éducation à la santé. Ce dispositif est composé de 18 séances avec 1 conférence sur « l'activité physique et l'alimentation chez les séniors », un programme de 12 séances d'APA (2 séances d'évaluation + 10 séances d'APA avec un thème différent sur chaque séance : équilibre, prévention des chutes, gestes et postures, renforcement musculaire, ...) + 5 séances d'éducation à la santé (2 séances de Sophrologie, 2 séances de Diététique et 1 séance d'Ergothérapie/kinésithérapie).



Ce dispositif a reçu un financement dans le cadre de l'Appel à Projets 2024 lancé par **Cap Prévention Séniors**. Deux dispositifs ont pu être mis en place, un au sein de **l'université de Nîmes** de septembre à décembre 2024, et un autre dispositif dans les locaux de Nîmes Sport de janvier 2025 à mai 2025. Les deux programmes ont regroupé **23 personnes**.

➤ **GYM DOUCE :**



Cette saison, l'association a renouvelé son partenariat avec la **Maison Kétanou** et a mis en place deux créneaux de Gym Douce destinés aux séniors.

Ces deux créneaux d'activités ont rassemblé cette saison **13 personnes** (8 sur la saison 2023-2024).

➤ **CAP'RETRAITE :**



L'association a développé cette saison un nouveau programme innovant visant à accompagner les séniors proches de la retraite ou jeune retraité dans leur choix de pratique. Pour cela N2S propose un accompagnement débutant par un bilan de condition physique et un bilan motivationnel pour orienter ensuite les séniors vers une pratique adaptée, sécurisée, et pérenne. Au total, **14 personnes** ont pu intégrer le dispositif.

➤ **GYM SENIORS – ROUTE D'ARLES**  **D'ARLES :**

Sur la saison 2023-2024, N2S avait mis en place un programme EQUILIBRE PREVENTION DES CHUTES au sein de la Maison de Quartier Route d'Arles. Cette saison, la ville de Nîmes a sollicité l'association pour poursuivre les séances d'activité physique adaptée sur 2024 de septembre à décembre, puis en 2025 de mars à décembre. Au total, **19 personnes** ont participé aux séances.

➤ PROGRAMME APA & ALZHEIMER :



L'association intervient avec la MSS mobile à Marguerittes tous les jeudis après-midi en partenariat avec **France Alzheimer Gard** pour la mise en place d'un programme en Activités Physiques Adaptées.

Ce programme est composé de 2 séances d'évaluation de la condition physique pré et post programme, ainsi qu'un programme de 28 séances d'activité physique adaptée, et 3 séances d'éducation à la santé animées par une psychomotricienne.

Au total, **13 personnes** ont participé au programme.

L'association a également participé à un évènement organisé par **France Alzheimer Gard**, aux jardins de la fontaine, lors de la **journée mondiale Alzheimer** le 21 septembre 2024

➤ ATELIERS SPORT SANTE POUR LES AIDANTS :



Sur la saison 2023-2024, pour la première fois, N2S via la MSS mobile a proposé des ateliers sport-santé pour les aidants. Financés par la CFPPA du Gard ces programmes sont destinés à sensibiliser les aidants sur l'importance d'avoir une activité physique pour leur santé.

Le projet prévoyait **5 groupes d'aidants** sur le département bénéficiant chacun de **2 ou 3 ateliers** (théorique et pratique).

3 groupes sur les 5 ont pu être constitués et 15 personnes ont participé aux ateliers. Les 2 groupes manquants ont été mis en place sur la saison 2024/2025. Un sur Calvisson en partenariat avec l'association Marcella, et un dans les locaux de Nîmes Sport Santé. Au total, **16 personnes** ont participé aux ateliers.



L'association a également participé à **2 Journées Gardoises des aidants** le mercredi 16 octobre à Calvisson, et le jeudi 3 octobre 2024 à Nîmes.

Via le financement de la CFPPA 2025, l'association prévoit également de mettre en place cette saison, **4 cycles de 3 ateliers**, à Nîmes, Uzès et Rochefort du Gard.

➤ PROGRAMME APPROFONDISSEMENT « EQUILIBRE ET PREVENTION DES CHUTES »



Suite à la mise en place d'un programme court EQUILIBRE ET PREVENTION DE LES **CHUTES**, sur le quartier Pissevin en partenariat avec l'association les Mille Couleurs, la Ville de Nîmes a sollicité l'association pour poursuivre les séances à la demande des participants. Les séances se sont déroulées du 31 mars au 23 juin 2025 et ont été financés par la Ville de Nîmes.

➤ PRESTATIONS PONCTUELLES :



- **Eté indien** : L'association a animé une conférence « Cool'heure » à destination de séniors en partenariat avec Eté Indien le 15 novembre 2024
- Ateliers en partenariat avec le **Pôle Promotion Santé au sein du quartier Chemin Bas d'Avignon** à destination de séniors : 2 ateliers pratiques d'activité physique adaptée
- Ateliers en partenariat avec le **Pôle Promotion Santé au sein du quartier Pissevin à l'association Les Mille Couleurs** à destination de séniors : 2 ateliers pratiques d'activité physique adaptée le 17 octobre et 12 décembre 2024
- **Conférence Prévention des Chutes à Margueritte** en partenariat avec l'association Margueritte Retraite Sportive
- **Conférence Bien Vieillir « l'activité physique – déterminant de la santé »** en partenariat avec le CODES 30 le 20 juin 2025

➤ EVENEMENTS :



Dans le cadre **de la semaine bleue** dédiée aux séniors, l'association a réalisé diverses actions :

- **Atelier équilibre prévention** des chutes à l'espace Léon Vergnole (Quartier Pissevin Valdegour) le 02/10/24
- **Atelier équilibre prévention** des chutes au Mas d'Escattes en partenariat avec le Centre Social Jean Paulhan le 01/10/2024
- **Forum Prévention Fragilité** organisé par la MSP Bandido le 16/10/2024

SPORT ADAPTÉ

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT ADAPTÉ.

Le SPORT ADAPTE s'adresse aux personnes en situation de handicap mental ou psychique ainsi qu'aux établissements et associations spécialisés qui les accompagnent.

L'association est affiliée à la Fédération Française du Sport Adapté (30/15) depuis 2003, et travaille en partenariat avec le Comité Départemental du Gard de Sport Adapté et la Ligue Occitanie de Sport Adapté.

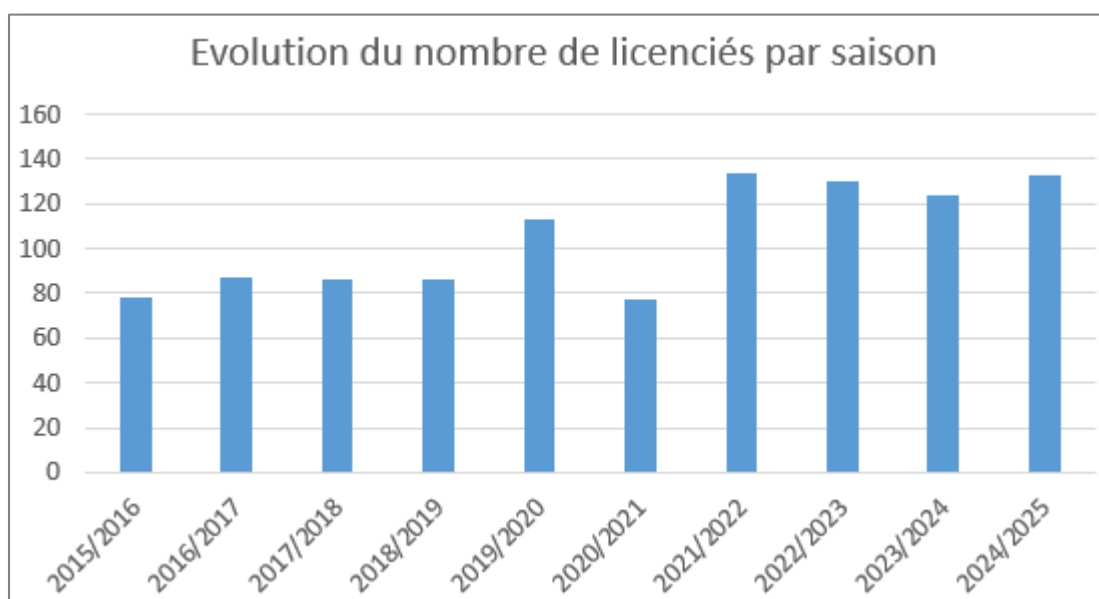


➤ LE CLUB SPORT ADAPTÉ :

Le **nombre de licenciés** de cette saison a légèrement augmenté par rapport à celui de la saison passée.

Données Saison 2024-2025

133 Licenciés	99 hommes	44 femmes
	89 renouvellements	44 nouvelles lic.
	97 + de 18 ans	36 - de 18 ans



Cette saison l'association a proposé onze créneaux d'activités. Un nouveau créneau d'activité **100% féminin** a été créé visant à accueillir uniquement des féminines, avec le soutien de l'Agence Nationale du Sport et la FFSA dans le cadre du PSF 2024.

Un créneau **Football à destination des jeunes** a également été créé.

- **Natation** : le mardi de 18h00 à 19h30

Piscine Nemausa → créneau compétitif

- **Omnisport** : le mercredi de 14h00 à 15h30

Complexe Sportif J. Bouin → créneau loisir



- **100% Féminin** : le jeudi de 15h00 à 16h00

Nîmes Sport Santé → créneau loisir

- **Maintien de la forme** : le jeudi de 17h00 à 18h00

Nîmes Sport Santé → créneau loisir

- **Activités Motrices** : le Vendredi de 9h45 à 10h45

Nîmes Sport Santé → créneau loisir

- **Eveil Sport Adapté** : Le Mercredi de 11h00 à 12h00

Nîmes Sport Santé → créneau loisir

- **Pétanque** : le vendredi de 17h30 à 19h00

Boulodrome l'Estanque → créneau compétitif et loisir

- **Football** : le samedi de 10h00 à 11h30

Domaine de la Bastide → créneau compétitif et loisir



- **Football (jeunes)** : le samedi de 10h00 à 11h30

Domaine de la Bastide → créneau loisir

- **Activité Aquatique adulte** : le samedi de 13h00 à 13h50

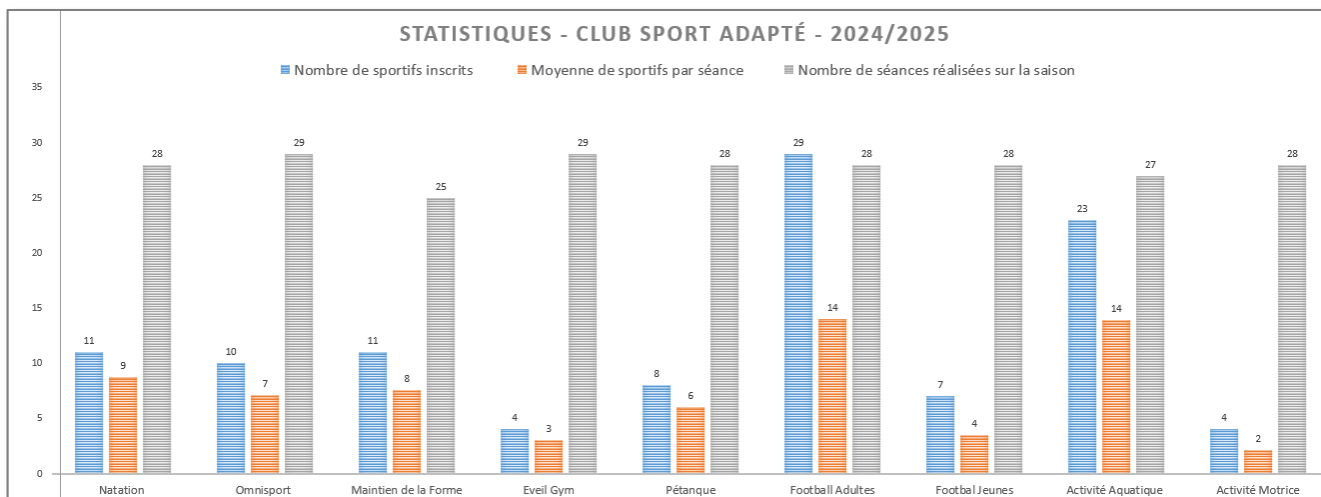
Piscine les Iris → créneau loisir

- **Activité Aquatique jeune** : le samedi de 13h55 à 14h45

Piscine les Iris → créneau loisir



Les statistiques du club sport adapté sur la saison 2024/2025 :



- **l'assiduité moyenne** (le nombre de sportif moyen par séance) est supérieure à la saison passée (**77%** cette année contre **64.5%** la saison passée).

- le **taux de participation** (nombre de séances réalisées par les pratiquants sur le total prévu sur la saison) est de **77%**, soit une augmentation par rapport à la saison passée (**75.7%**)

Championnats :

L'association a participé aux différents championnats organisés au sein de la Fédération Française de Sport Adapté dans les activités : Football, Pétanque et Natation.

- **Football** : participation aux deux plateaux compétitifs foot à Jacou et Sussargues et un plateau non-compétitifs à Jacou organisés par la Ligue Sport Adapté Occitanie. L'équipe de N2S a terminé 7ème du championnat BCD division 1 et 2ème sur 8 sur le plateau non compétitif. En tout ce sont **15 sportifs** qui ont défendu les couleurs de l'association sur les différents matchs.

- **Natation** : participation de **7 sportifs** de l'association au championnat régional méditerranée à Onet-le-Château le 24 novembre 2024 et **11 sportifs** sur celui de Nîmes le 30 mars 2025.

- **Pétanque** : participation aux championnats interdépartementaux à Montpellier le 15 décembre 2024 et à Nîmes le 12 janvier 2025. Sur les **2 équipes** inscrites, toutes ont pu se qualifier pour le championnat régional zone méditerranée à Béziers le 08 février 2025 et également à la finale régionale Occitanie le 08 mars à Labruguière.



Pour la sixième année consécutive, l'association a organisé un championnat de pétanque. Le **championnat interdépartemental de Para Pétanque Sport Adapté** s'est déroulé le **12 janvier 2025** au Boulodrome l'ESTANQUE à Nîmes.

Cette journée a rassemblé près de **89 sportifs** répartis dans **43 équipes**.

L'association a également organisé le **championnat Régional de Para Natation Sport Adapté – zone méditerranée** le 30 mars 2025 à la piscine Pablo NERUDA (Nîmes).

Cette journée a rassemblé près de **28 sportifs**.



Comité de sportifs :

Le Club Sport Adapté a mis en place un mécanisme permettant d'**associer davantage les sportifs à l'évaluation des activités** mises en place et à l'ajustement de l'offre proposée : le comité de sportifs.

Deux réunions ont pu être organisées cette saison. Une première réunion du comité de sportifs de l'association a eu lieu le 05/12/2024 avec **6 sportifs, 3 représentants** du club sport adapté et un service civique. La deuxième réunion du comité de sportifs de l'association a eu lieu le 05/06/2025 avec **3 sportifs**, un parent de sportifs et **2 représentants** du club pour préparer la saison 2025/2026.

➤ ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUALISÉS :

Cette saison, l'association a reconduit le mode d'accompagnement individualisé pour les personnes les plus éloignées de la pratique sportive. Il s'agit d'accompagnements personnalisés dans le secteur des Activités Physiques Adaptées. En fonction des attentes de la personne, de sa famille ou de l'établissement, et à partir d'un projet personnalisé, un enseignant APA de l'association intervient auprès du bénéficiaire et ajuste sa pratique afin de répondre à ses besoins.

Cette saison **trois personnes ont été accompagnées** après sollicitation du **Pôle de Compétences et Prestations Externalisées** (PCPE) de Nîmes géré par l'association Cigalières.

L'association travaille également avec le **Dispositif d'Appui à l'Inclusion Sportive** (DAIS) intégré au Pôle Innovation Sociale - Sport et Handicap, et accompagné 6 sportifs au sein des activités du Club Sport Adapté.

➤ ACTIONS ENVERS LES ETABLISSEMENTS ET SERVICES MEDICO-SOCIAUX (ESMS) :

Accompagnement des ESMS gardois :

Dans le cadre d'un CPOM (Contrat Pluriannuel d'Objectifs et de Moyens) entre l'Agence Régionale de Santé Occitanie et la Ligue Occitanie de Sport Adapté, N2S est amenée à accompagner des établissements pour

promouvoir la pratique d'activités physiques et lutter contre la sédentarité. N2S intervient pour sensibiliser les usagers, les professionnels, et les dirigeants d'établissements ou services médico-sociaux. Le projet prévoit de nommer deux référents sport dans les structures accompagnées, mettre en place un diagnostic sur la pratique d'activité physique auprès des usagers, de mettre en place des ateliers de sensibilisation et de pratique. Le tout doit permettre à l'ESMS de disposer d'un projet sport/sport-santé inscrit dans le projet d'établissement.

Sur la saison 2024/2025 **3 ESMS** ont été ciblés et ont été accompagnés.

- l'ESAT Saint Exupéry
- l'ESAT les Gardons
- le SESSAD Trisomie 21

Les actions sur le terrain sont menées en partenariat avec le Comité du Gard de Sport Adapté.

Groupes de parole parents et activité motrice enfants

En partenariat avec le **Pôle de Compétences de Prestations Externalisées de Nîmes (PCPE)**, N2S a mis en place un groupe de parole pour les parents d'enfants en situation de handicap avec en parallèle la proposition d'une séance d'activités motrices.

Cet espace de parole animé par une psychologue du PCPE permet d'offrir un lieu et un temps d'échange entre les familles et de pair-aidance. Pendant que les familles échangent, leurs enfants sont pris en charge sur une activité motrice animée par un ou des enseignants APA de l'association.

Prise de licences sport adapté pour les ESMS :

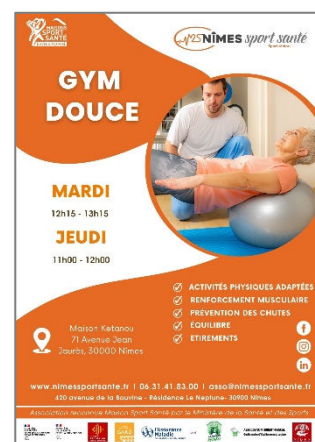
N2S permet aux ESMS de prendre des licences au sein de la Fédération Française du Sport Adapté pour les ESMS qui ne disposent pas d'association sportive affiliée. Cette saison, 2 ESMS ont pris leurs licences Sport Adapté vers Nîmes Sport Santé : Mas d'Alesti, et le SESSAD Odysée 30 (Cigalières)

Gym douce – Maison Ketanou :

La Maison Kétanou est une structure d'accueil de jour (anciennement nommée Maison Ouverte) qui propose à des publics diversifiés (enfants/adultes, personnes âgées/personnes handicapées/habitants du quartier...) des activités de loisirs, jeux de société, rencontres, échanges, etc. La Maison Kétanou a fait appel à l'association afin de proposer des séances de Gym douce.

Deux professionnels en APA de Nîmes Sport Santé interviennent une fois chacun par semaine auprès de 13 personnes **dont 4 personnes en situation de handicap mental**.

Durant ces séances les professionnels proposent des exercices d'équilibre, de renforcement musculaire, d'assouplissement et de la relaxation en fin de séance.



➤ PRESTATIONS :

Un programme « **Maintien des acquis** » a été mis en place au sein de la **Maison d'Accueil Spécialisée d'Alesti**. La MAS Alesti est un établissement situé dans Nîmes et destiné à héberger des adultes présentant une situation complexe de la vie quotidienne.

Les séances de ce programme se sont déroulées une fois par semaine de septembre à juin (le mercredi de 14h00 à 16h00) auprès de 2 groupes pour un total de 12 personnes environ.

Durant ces séances, le professionnel a mis en place des cycles d'équilibre, d'activités motrices et d'activités multisports.

➤ EVENEMENTIELS SPORTIFS :

Journées sportives auprès des personnes en situation de handicap travaillant en Etablissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT) :

L'**ESAT les Chênes Verts** a sollicité N2S pour mettre en place des journées sportives durant l'année.

Une journée a été mise en place le 22 octobre 2024 avec pour thème le Hockey, le 4 février 2025 avec pour thème le Handball et Tchoukball, une autre journée le 8 avril 2025 avec cette fois une activité Musculation et enfin une dernière journée le 3 juin, sur le Tennis.



Atelier « Bien Manger Bien Bouger » :

Avec le soutien de l'ANS FFSA, l'association a mis en place un atelier de sensibilisation le jeudi 22 mai 2025 à destination des sportifs du pôle Sport Adapté de l'association. L'objectif étant de sensibiliser les personnes en situation de handicap, sur l'importance d'avoir un mode de vie actif, et une alimentation équilibrée. Au total, 13 sportifs ont participé à l'atelier.



Evènements 100% Féminin :

Avec le soutien de l'ANS FFSA, l'association propose cette saison 3 évènements destinés uniquement aux féminines en situation de handicap mental ou psychique. Au sein du pôle sport adapté N2S accueille 27% de féminines parmi ses licenciés. N2S a souhaité sur la saison 2024/2025 développer des actions en vue d'augmenter le nombre de féminines. Deux évènements ont lieu dans les locaux de l'association, le 17 février 2025 et le 16 avril 2025. Un troisième évènement en extérieur, et en partenariat avec divers ESMS, s'est déroulé le vendredi 13 juin 2025 aux Jardins de la Fontaine.

Au total, 20 féminines ont participé à l'ensemble des évènements.



➤ BILANS DE FORME AVEC LE DISPOSITIF « BOUGER AVEC LE SPORT ADAPTE » : 



La Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) dispose d'un dispositif sport-santé pour promouvoir l'activité physique et ses bienfaits sur la santé ainsi que pour lutter contre la sédentarité des personnes en situation de handicap mental ou psychique. Ce dispositif se nomme **BOUGER AVEC LE SPORT ADAPTE**.

Depuis plusieurs années maintenant N2S réalise des actions dans le cadre de ce dispositif. Cette saison, N2S a perçu une subvention dans le cadre du PSF de la FFSA (financement de l'Agence Nationale du Sport) pour proposer des bilans de condition physique. Aussi, N2S a proposé aux ESMS du Gard des bilans de forme via la MSS mobile.

Au total 42 sportifs ont pu bénéficier d'un bilan de condition physique. Tous les bilans ont été saisis sur la plateforme « Goove App ».

Une demi-journée destinée aux ESMS du Gard a été proposée le 27/09/2024 au domaine de la Bastide en partenariat avec le CDSA 30 et l'Université de Nîmes. Les usagers des ESMS ont pu bénéficier de bilans de condition physique. (21 personnes au total)



➤ EVENEMENTS PONCTUELS : 

L'association a participé à un colloque « **Sport, Santé & Handicap** » le 21 novembre 2024 à Castelnaudary en tant qu'intervenant, organisé par la Ligue Sport Adapté Occitanie.

N2S a participé également à **la journée du handicap** le 17 mai sur l'esplanade Charles-de-Gaulle à Nîmes, et à **CAP ensemble, le mardi 8 avril 2025** co-organisé par le Comité Sport Adapté du Gard et la Ville de Nîmes, pour les jeunes en situation de handicap mental.

L'association a également participé à l'évènement « **Parcours de vie des personnes en situation de handicap** » à l'IFME et à la journée « **Lidl Handi Day** » organisée par l'USAM et le CDSA 30 le mercredi 14 mai 2025

➤ DIVERS :

Accompagnement des personnes à besoins d'encadrement renforcé :

Dans le cadre du financement de la **FFSA PSF 2024**, l'association a obtenu des financements pour mettre en place des séances en direction des personnes en situation de handicap mental à besoins d'encadrement renforcé.

L'association propose des accompagnements individuels mais également des séances « **Eveil Sport Adapté** » pour de jeunes TSA de – de 7ans, un créneau « **Omnisports** » pour des jeunes en situation de handicap mental de + de 7 ans, un créneau « **Activités Motrices** » pour les jeunes TSA de + de 13 ans et deux créneaux « **Activités aquatiques** » d'une part pour les adultes et d'autre part pour les enfants.

SPORT INSERTION

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT INSERTION.

➤ ACTION DE SOINS ET DE SANTE « SENTEZ VOUS BIEN EN BOUGEANT »



Comme chaque année N2S met en place une Action de soins et de santé « SENTEZ-VOUS BIEN EN BOUGEANT »

Un **programme de remobilisation** par l'activité physique a été proposé aux personnes au RSA.

Sur 15 séances prévues, 12 séances de marche à thème (*marche santé, marche nordique, etc.*) ont été réalisées faute de participants sur certaines séances. **7 personnes ont été orientées sur tout le programme.**



➤ EVENEMENTS



L'association participera prochainement à un événement organisé par le conseil départemental du Gard « **Les Olympiades de l'insertion professionnelle** » le mardi 8 avril 2025. Au programme initiation de Marche Nordique et présentation des actions de Nîmes Sport Santé

ÉCOLE DE SPORT

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle ECOLE DE SPORT.

➤ DISPOSITIF : MISSION RETROUVE TON CAP (MRTC)

N2S s'inscrit pleinement dans le dispositif MRTC comme structure de prise en charge du surpoids et de l'obésité infantile, et collabore avec la CPAM du Gard, et les MSP de Nîmes et Bouillargues pour développer ce dispositif. Pour cela, des séances d'activités physiques adaptées sont proposées tous les mercredis de 14h à 15h dans les locaux de l'association.

N2S a accompagné cette saison **5 jeunes** de 5 à 13 ans en situation de surpoids ou d'obésité.



➤ BOUGEZ SUR ORDONNANCE JEUNES :

Pour la saison 2024/2025 et grâce au financement de l'ANS via le PSF de la FFSPT, N2S a souhaité poursuivre ses actions afin de favoriser la pratique sport-santé des jeunes et proposer la mise en place d'un programme expérimental « Bougez sur ordonnance » pour les adolescents de 13 à 18 ans.

N2S a donc souhaité déployer un programme de 3 à 4 mois à destination des jeunes en surpoids ou obésité.

Malgré le fait que N2S dispose des partenaires pour mener à bien ce projet, le recrutement des jeunes s'est avéré très difficile.

A la suite de plusieurs relances, et sans succès, nous avons élargi les critères de recrutement et avons ciblé les jeunes avec problématiques de santé, et âgés entre 10 et 17 ans.

6 jeunes âgés entre 10 et 13 ans ont pu être accompagnés sur le programme.



Les séances ont débuté le mercredi 5 mars 2025 par des bilans de forme en utilisant la Batterie de tests « BOUGE ». Les séances se sont déroulées tous les mercredis jusqu'au 18 juin 2025.

Un atelier de sensibilisation sous forme de quizz sport santé a également été proposé pendant une séance afin de sensibiliser les jeunes sur les thématiques de l'activité physique et de la sédentarité, le mercredi 21 mai 2025.

➤ PRESTATIONS PONCTUELLES : Interventions auprès des jeunes au sein des QPV

N2S a proposé des actions de sensibilisation et de pratique d'activités physiques et sportives auprès des jeunes dans le centre social André Malraux (Chemin bas d'Avignon) pendant les vacances scolaires :

- Vacances de la Toussaint : 4 créneaux de 2h00
- Vacances d'hiver : 4 créneaux de 2h00
- Vacances de Pâques : 4 créneaux de 2h00

SPORT FORMATION

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT FORMATION.

Cette saison N2S a été sollicitée par **la Ligue Sport Adapté Occitanie** le **17 septembre 2024** pour animer une formation auprès des **Conseiller techniques fédéraux** sur la « Conception & conduction d'un programme d'APA dans le cadre de la Maison Sport Santé Handicap ».

L'association est également intervenue lors de plusieurs Staff **au CHU de Nîmes**, pour des temps de sensibilisation/formation sur **la prescription d'activité physique adaptée** à destination des professionnels de santé, le 09/12/2024 et 16/12/2024

SPORT ENTREPRISE

Les actions et projets mis en place sur la saison 2024-2025 concernant le pôle SPORT ENTREPRISE.

➤ GÉNÉRALITÉS :

Le **nombre de licenciés** de cette saison est supérieur à celui de la saison passée. N2S compte 198 licenciés cette saison contre 148 la saison passée. Les licenciés sont en grande partie les sportifs qui participent au challenge de football sport entreprise.



➤ CRENEAUX D'ACTIVITES

Deux créneaux d'activités ont été proposés dans les locaux de Nîmes Sport Santé, une activité « **Chrono Fit** » les lundis de 12h30 à 13h30, et une activité « **Cross-Training** » les jeudis de 12h30 à 13h15 à destination des agents du Département, pour un total de **14 personnes**.



➤ CHALLENGE FOOTBALL :

Cette saison l'association a relancé le championnat inter-entreprises de football qui a rassemblé 11 équipes pour 175 sportifs licenciés (9 équipes pour 135 licenciés sur la saison 2023-2024). Les entraînements ont eu lieu les mardis et les jeudis de 20H00 à 22H00 au complexe de la Bastide.



Ce challenge est co-organisé avec la Ligue Occitanie du Sport Entreprise.

➤ PRESTATIONS DE SERVICES :



- **Créneaux hebdomadaires à la CAF**



Cette saison 3 créneaux sport entreprise ont été mis en place à la **Caisse d'Allocations Familiales du Gard** (lundi, mardi et jeudi) de 12h15 à 13h15) à destination des salarié(e)s. Au programme, Pilates, et Renforcement musculaire. Les cours étaient ouverts à tous les salariés dans une limite de 15 personnes par séance.

- **UGECAM – CRIP**

Le CRIP (Centre de Rééducation et d'Insertion Professionnelle) a sollicité Nîmes Sport Santé pour mettre en place un programme d'activités physiques adaptées et des ateliers de sensibilisation un groupe de 12 à 14 adultes en situation de handicap en reconversion professionnelle.

Une première session a eu lieu tous les vendredis du 13/09/2024 au 25/10/2024

Une 2nde session a eu lieu tous les vendredis du 24/01/2025 au 04/04/2025

- **CAMIEG-ENEDIS**

Engagée depuis sa création dans une politique de prévention, la **CAMIEG** (Caisse d'Assurance Maladie des Industries Électriques et Gazières), a sollicité Nîmes Sport Santé afin de proposer des actions sport-entreprise auprès des salariés d'ENEDIS



Une intervention de 1h00 en visioconférence auprès des agents a été réalisée

le 24 octobre 2024, avec une partie théorie de 30 min et une partie pratique de 15min et un bilan de 15 min. (questions diverses...) L'objectif était de prendre conscience des risques liés à l'inactivité physique et la sédentarité sur les postes de travail, et d'adopter de bons comportements durant la journée de travail. Les salariés présents ont pu recevoir un programme d'exercices physiques à réaliser dans les bureaux.

Nîmes Sport Santé a réalisé **une 2nde intervention de 2h00 en présentiel le 19 décembre 2024** à destination des salariés d'ENEDIS, avec une partie théorique et pratique.

La CAMIEG a une nouvelle fois sollicité Nîmes Sport Santé pour mener **une intervention le 20 mai 2025 sur la thématique du stress et de l'activité physique.**

- **MGEN**

La MGEN a sollicité l'association pour mettre en place **une intervention « Ball o'taf »** à l'Université de Vauban, pour « une bonne utilisation du Swiss-Ball au travail ». L'association a reçu 3 groupes par matinée le 6 et 13 décembre 2024 et a réalisé des ateliers conseils et exercices pratiques.

- « Bien vivre sa retraite » : Conférence pour les agents du ministère de l'intérieur le 11 octobre 2024.
- Entreprise BAYER : Saint Andiol

L'entreprise BAYER (Saint-Andiol) a sollicité l'association afin de proposer des temps de sensibilisation (bienfaits d'un échauffement, étirements au travail, bienfaits de l'activité physique et risques de la sédentarité) à destination des salariés de l'entreprise, ainsi que des temps de pratique (routine d'échauffement, exercices sur son poste de travail...). L'intervention s'est déroulée le 12 septembre 2024.

- SADA Assurance :

SADA Assurance a également sollicité l'association pour réaliser des séances d'activité physique adaptée en visio conférence, les 7 et 13 mars, 3 et 19 juin, ainsi que le 3 juillet.

➤ EVENEMENTS PONCTUELS :

- Un **petit déjeuner** avec l'APVA a été organisé le **19/09/2025**, l'occasion de présenter l'association, son pôle **SPORT ENTREPRISE** et la **Fédération française du Sport d'Entreprise**.
- Une **Journée prévention** a été menée à **Leroy Merlin** le **21 octobre 2024**. N2S a disposé d'un stand de présentation de l'association lors d'une journée prévention dépistage des cancers pour les salariés.

- **After Work :**



Cette saison, l'association a proposé **2 After-Work** dans la semaine, en fin de journée, à destination des salariés.

Au programme, séance de Cross-Training et Apéritif avec présentation des actions du Pôle Sport Entreprise de Nîmes Sport Santé.

Un premier After-Work s'est déroulé le 11 mars 2025 dans les locaux de l'association. Le 2nd le 6 mai 2025. Ces événements sont gratuits et vise à promouvoir les activités du Pôle Sport Entreprise de l'association. Au total, 15 personnes ont participé aux événements

- Journée des agents du Département – 28 mai 2025 – Méjannes-le-Clap (30)

Le **28 mai 2025** à **Méjannes-le-clap**, l'association a participé comme chaque saison, à une journée à destination des **agents du département**. Au programme, un « **escape game** » sur la thématique de l'activité physique et la sédentarité ainsi que la mise en place de plusieurs initiations de Marche Nordique.

SPORT RECHERCHE



Les **travaux de thèse** du Directeur de l'association se sont achevés par la soutenance orale qui s'est déroulée le 30 janvier 2025.

Ces travaux de thèse ont permis la publication d'une étude sur l'efficacité du dispositif « Bougez sur ordonnance sur 3 saisons ».



L'association a participé à une **table ronde « Activité physique et Santé : la fabrique des (in)égalités sociales à l'université de Vauban** les 18-19 novembre 2024.