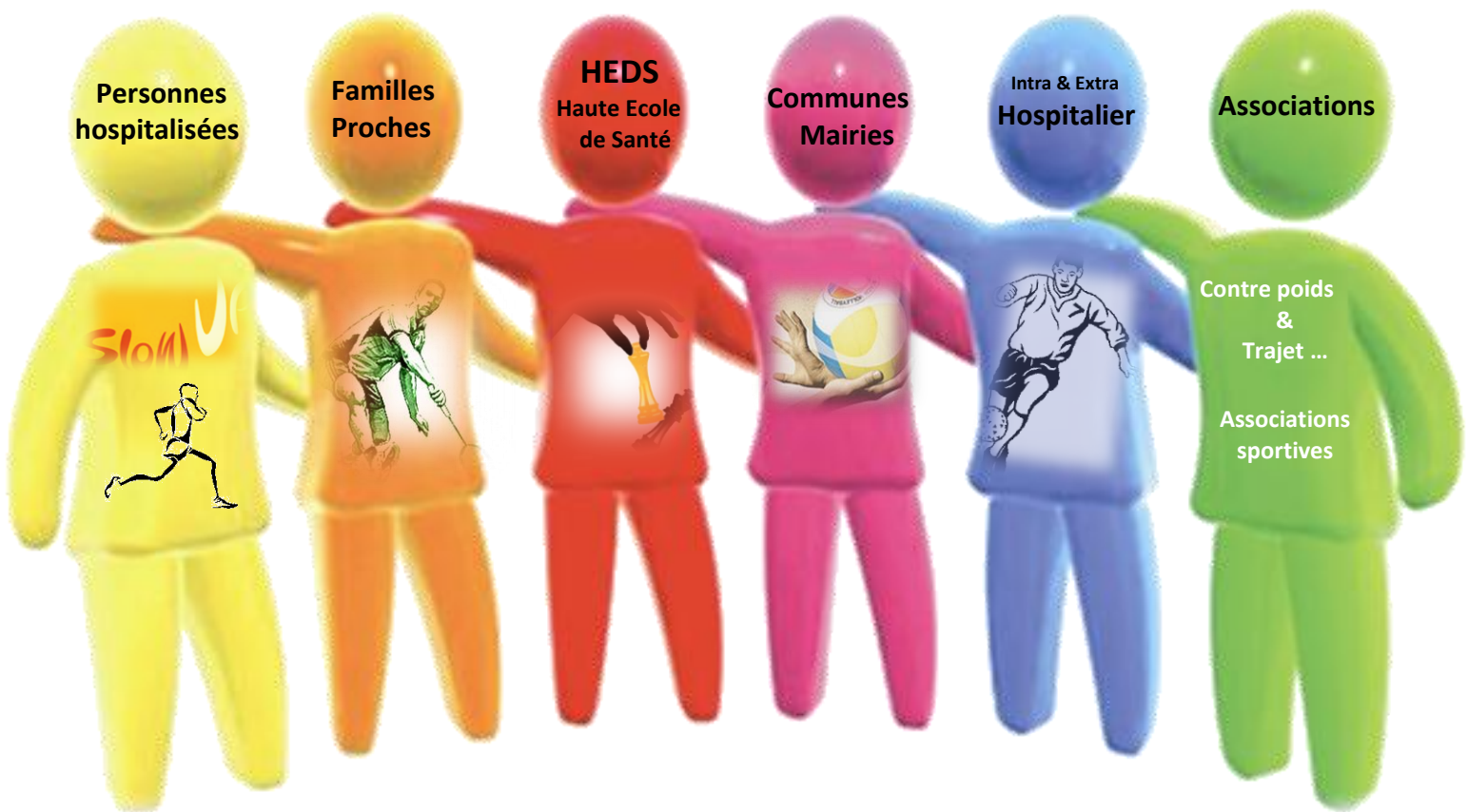


L'activité physique est un soin à part entière qui revendique sa place en psychiatrie



Réseau Santé Sport Intégration



**Les atouts du sport :**

En plus des bienfaits purement physiques, l'activité physique agit sur ce qui est appelé le bien-être, résultant de quatre éléments :

1. Bien-être émotionnel (anxiété, stress, énergie, vigueur...)
2. Bien-être global perçu (qualité de vie...)
3. Perception de soi (estime de soi...)
4. Bien-être physique (état de santé, douleur...)

**Présentation du RSSI :**

Il s'agit de collaborateurs médicaux et paramédicaux du département de santé mentale et de psychiatrie qui proposent plusieurs manifestations, depuis 2010, centrées sur l'activité physique et psychique afin de compléter l'offre en soins. Le RSSI s'appuie sur des concepts comme "l'empowerment", le rétablissement et la réhabilitation .

**Objectifs :**

- Organiser des rencontres soignants/soignés autour de l'activité proposée
- Enrichir la relation soignants/soignés
- Promouvoir l'intégration des patients dans la cité
- Optimiser la valeur de l'activité physique dans le soin
- Organiser des événements autour de l'activité physique
- Contribuer à la déstigmatisation du patient souffrant de troubles psychiques

Auteurs : Christophe Bardon, Fabrice Chanteraine, Yann Plantadis, Laura Vallier et Loïc Vandenhelsken