

BOUGER, C'EST LA SANTÉ



ACTUS



Démarrage de la 2ème cohorte de la passerelle à Bichat

Lancée en septembre 2025, cette expérimentation vise à accompagner les patients atteints de pathologies chroniques vers une reprise d'activité physique régulière, progressive et sécurisée. L'enjeu est majeur : lutter contre la sédentarité, renforcer le lien social et contribuer à l'amélioration globale de la santé.

Pour lever ces obstacles, un partenariat étroit a été construit entre l'hôpital Bichat et la Maison Sport Santé Boug'ERA 93, qui assure l'encadrement des séances directement au sein de la Maison des Patients.

Réunion d'information dédiée à l'accès aux droits des séniors au sein de la MDQ Esther Sénot

Dans le cadre de Séniors en Mouvement, notre association a organisé une réunion d'information dédiée à l'accès aux droits des séniors dans le quartier Arago – Pasteur – Zola le 16 janvier dernier au sein de la MDQ Esther Sénot.

Les habitants ont pu découvrir les services, dispositifs et aides existants à destination des séniors et de leurs aidants, afin de faciliter le quotidien, favoriser le bien vieillir et prévenir la perte d'autonomie.

Un grand merci à l'ensemble des partenaires mobilisés pour cette rencontre.





FOCUS

Séniors en Mouvement

Depuis mars 2025, notre association et sa Maison Sport-Santé BOUG'ERA 93, en partenariat avec le bailleur social Seine-Saint-Denis Habitat, ont lancé le projet « Séniors en Mouvement » au sein du quartier Arago à Saint-Ouen-sur-Seine.

Notre objectif est de préserver l'autonomie et la vitalité des séniors à travers la prévention santé (via l'activité physique adaptée) et renforcer le lien social (via des temps de présence sociale, une démarche d'aller-vers volontariste et des animations conviviales).

Nous collaborons avec d'autres acteurs du médico-social au niveau local (Petits Frères des Pauvres, Service Animations Séniors, EHPAD Lumières d'Automne, pôle gérontologie du CCAS de Saint-Ouen, SC2S, etc.) afin de favoriser un accompagnement décloisonné des publics.

ZOOM SUR

Lucie Malpaux (ancienne stagiaire Sport Santé)

1. Où en es-tu en ce moment professionnellement ?

Après l'obtention de mon BTS diététique en octobre 2025, j'ai intégré le service diabétologie de l'hôpital pédiatrique Robert Debré (Paris 19ème).

2. Partage-nous ton expérience vécue au sein de la MSS BOUG'ERA 93

ERA 93 est une association à taille humaine qui accompagne les publics avec beaucoup de bienveillance. Ce stage m'a permis de mettre en place de nombreux ateliers autour de la nutrition et j'ai aussi pu participer aux activités sportives. Mon expérience a été enrichissante aussi bien d'un point de vue professionnel que personnel.

3. Mot de la fin.

Je recommande vivement aux étudiants du social et de la santé de faire un stage au sein de la MSS car ils pourront y acquérir de nombreuses compétences professionnelles.

À NOTER

12/02 : Atelier alimentation et santé avec la diététicienne Mélanie Limouse MDQ Ginette Kolinka (ex-Landy) 37, rue du Landy 93400 St-Ouen-sur-Seine

5/03 : Sortie sport santé au sein du Parc départemental de l'Île-Saint-Denis

Envie de collaborer avec nous en tant qu'association ou structure, de vous inscrire ou de passer votre test de la condition physique, etc. prenez contact avec nous :