

FORMULAIRE DE PRESCRIPTION D'UNE ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Selon Arrêté du 28 décembre 2023



Association loi 1901, à but non lucratif
Reconnue Maison Sport Santé par le
Ministère de la Santé et le Ministère des Sports

Je soussigné(e), Docteur en Médecine.....

Médecin traitant Autre :

Certifie avoir examiné ce jour :

Madame, Monsieur : NOM : Prénom :

Et prescrit une activité physique adaptée pour une durée totale de (la durée de prescription est de 3 à 6 mois renouvelable), à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient.

Préconisations d'activité, selon les référentiels d'aide à la prescription d'activité physique (type d'activité à libeller sous la forme et la fonction de l'état de santé du patient d'exercices d'endurance, de renforcement musculaire, travail d'équilibre, souplesse, coordination, fréquence, intensité)

.....
.....
.....

Restrictions et/ou limitations fonctionnelles à prendre en compte

.....
.....
.....

Cette prescription ouvre droit au patient à la réalisation d'un bilan d'évaluation de sa condition physique et de ses capacités fonctionnelles ainsi qu'à un bilan motivationnel par une personne qualifiée, à l'entrée puis à la fin du programme d'activité physique adaptée, en référence à l'article D. 1172-2 du code de la santé publique.

Le patient présente-t-il une indication qui nécessite le renouvellement et l'adaptation de la prescription par un médecin? :

OUI / NON si oui mentionner laquelle:

Valable pour une durée d'un an à compter de ce jour

Fait à, le

Signature et tampon du médecin :

Afin de vous adresser le bilan de l'accompagnement de votre patient via une messagerie sécurisée, merci d'indiquer **en majuscule** votre adresse mail sécurisée :

..... @

Ces éléments doivent être versés au dossier médical partagé, avec l'accord du patient.

Partie destinée au masseur-kinésithérapeute : A compléter par le masseur-kinésithérapeute en cas de renouvellement ou adaptation de la prescription médicale initiale ci-dessus (renouvellement ou adaptation limité à 1 fois), dont le médecin doit être informé

Renouvellement de prescription initiale, pour une durée de

Adaptation de prescription initiale:

Pour une durée de: (3 à 6 mois maximum)

Signature et Tampon du masseur-kinésithérapeute :



**Bougez
sur
Ordonnance**



**Vous vivez avec une maladie chronique ?
Parlez-en à votre médecin et venez
bouger avec nous ...**

Demandez à votre médecin une prescription en activité physique adaptée

Faites remplir le modèle de prescription par votre médecin généraliste ou spécialiste.



Prenez rendez-vous pour un bilan de forme

Contactez l'association au 06.31.41.83.00, un professionnel en Activité Physique Adaptée planifiera un entretien individuel avec vous.

Ce rendez-vous d'environ 1h est composé :

- De tests de condition physique (tests de souplesse, équilibre, force musculaire, endurance...).
- De questionnaires mesurant le niveau d'activité physique et de sédentarité.
- D'un entretien motivationnel afin de vous accompagner vers un mode de vie actif.
- D'une orientation vers une ou des activités physiques adaptées à vos capacités et vos envies.



Suivez un programme d'activités physiques adaptées

Pendant 8 semaines, vous pratiquez une ou plusieurs activités physiques adaptées telles que :

Cardio Santé



Free-Fit



Gym-Stretching



Marche Nordique



Aqua Fit



Be Fit



Tennis de Table



HandFit



Prévention des chutes



Qi-Gong



Orientation post programme

A la fin du programme, un bilan de forme est à nouveau réalisé, et plusieurs options sont possibles :

- Poursuite des activités avec Nîmes Sport Santé ou l'un de ses clubs partenaires
- Poursuite d'une activité physique dans une autre structure
- Poursuite d'une activité physique autonome