

# SPORT-SANTÉ SUR ORDONNANCE dans le Douaisis



**PRATIQUEZ UNE  
ACTIVITÉ PHYSIQUE  
ET DEVENEZ ACTEUR  
DE VOTRE SANTÉ !**

un dispositif porté par



Plateforme  
Santé Douaisis



DIABÈTE OBÉSITÉ

avec le soutien de



MAISON  
SPORT  
SANTÉ  
du Douaisis



DOUAI  
CITE DES SPORTS



## QU'EST-CE QUE C'EST ?

- Des activités physiques variées adaptées à votre état de santé et à vos attentes
- Un suivi continu et personnalisé
- Une prise en charge sécurisée avec un professionnel diplômé en Activité Physique Adaptée et Santé (APAS)

## ÇA S'ADRESSE À QUI ?

Toute personne résidant dans le Douaisis âgée de 18 ans et + et atteinte de :

- **DIABÈTE (TYPE II)**
- **OBÉSITÉ**
- **RÉMISSION DE CANCER (+ DE 6 MOIS)**
- **HYPERTENSION ARTÉRIELLE**
- **LOMBALGIE CHRONIQUE**
- **COVID LONG**

## QUEL OBJECTIF ?

Vous permettre de devenir autonome dans la pratique d'une activité physique

- qui vous correspond
- qui est adaptée à votre état de santé



### AQUAGYM

Piscine Beausoleil  
à Douai



### NATATION

Piscine Beausoleil  
à Douai



### GYM DOUCE

Complexes Sportifs  
rues d'Arras et Quai Devigne  
à Douai



### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Plateforme Santé Douaisis  
à Douai



### RANDONNÉE

Points de départ divers  
dans le Douaisis :

- Parcs Vernier et Fenain
- Vivier de Sin-le-Noble
- Bois de Lewarde, Rieulay ...

# COMMENT SE PASSE LA PRISE EN CHARGE ?



## PRESCRIPTION MÉDICALE

d'activités physiques adaptées à la santé  
délivrée par votre médecin

**OBLIGATOIRE**



## BILAN INITIAL

réalisation de tests physiques et  
saisie d'un questionnaire pour  
faire le point sur votre situation  
et vos objectifs

**PROGRAMMATION  
DES ACTIVITÉS**



## BILAN INTERMÉDIAIRE

réalisation des tests et questionnaires  
pour apprécier votre évolution  
et décider de la suite :

**POURSUITE**

**OU**

**ORIENTATION**

vers des clubs ou associations  
sportives du territoire

**DU PROGRAMME**

pour 6 mois supplémentaires



## PRATIQUE 6 MOIS

des activités programmées suite au bilan



## RETOURS D'EXPÉRIENCE DE NOS USAGERS :



**Catherine**  
60 ans

Le Sport-Santé sur Ordonnance  
m'a permis de retrouver  
de la motivation à la reprise  
d'une activité physique.

Il m'a apporté du bien-être,  
avec des séances adaptées  
à mes problèmes de santé



**Cécile**  
51 ans

Le suivi est un bon indicateur  
sur l'état de santé  
et l'évolution physique  
au cours de la prise en charge.

Des séances en petit groupe  
et sans jugement.

LE SPORT-SANTÉ SUR ORDONNANCE  
EST UNE ACTION DU DISPOSITIF « PASAPA »  
PORTÉ PAR LA PLATEFORME SANTÉ DOUAISIS



## TARIFICATION

Elle est établie selon le niveau d'imposition du bénéficiaire  
(à partir de 1€ par semaine pour une personne non imposable).

**Renseignez-vous auprès de votre mutuelle :**

certaines complémentaires santé financent tout ou partie de votre prise en charge.

## NOUS CONTACTER

 03 27 97 97 97

 [secretariat@santedouaisis.fr](mailto:secretariat@santedouaisis.fr)

 299 rue Saint-Sulpice  
Bâtiment de l'Arsenal - 2<sup>ème</sup> étage  
59500 DOUAI

 [www.sante-douaisis.fr](http://www.sante-douaisis.fr)

