

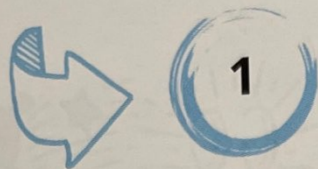


**MAISON
SPORT
SANTÉ**

en Sud-Gironde

**Mieux dans ma vie,
Envie de sport !**

Parcours Sport-Santé



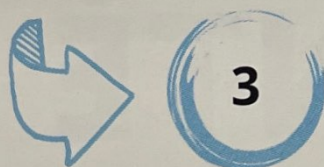
BILAN MÉDICAL CONSEILLÉ

Je récupère ma prescription médicale auprès de mon médecin traitant ou spécialiste.



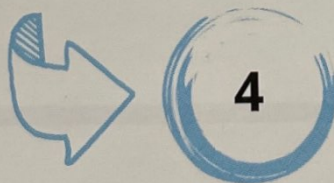
ÉVALUATION

Je fais le point avec mon E APA* de la maison sport santé, sur mes capacités physiques, mes envies/besoins et mes motivations.



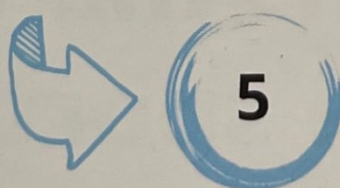
BILAN PHYSIQUE

Je réalise différents tests, élaborés par mon E APA pour établir un profil de ma condition physique.



ORIENTATION

Je suis orienté.e vers une structure adaptée près de chez moi.



SUIVI +3 mois, +6mois +1an

J'ai un suivi à différents moments de l'année pour savoir où en est mon orientation et si j'ai besoin d'un autre rendez-vous.



LA MAISON SPORT SANTÉ

! POUR TOUS !

ET A TOUT AGE

Les bénéfices de l'activité physique sont reconnus pour :

Votre cœur et votre circulation sanguine

Réduire les risques d'AVC

Faciliter le sevrage tabagique

Réduire son stress et augmenter son lien social

Améliorer l'estime de soi, sa mémoire et sa concentration

Augmenter son espérance de vie et contribuer au maintien de l'autonomie...

**DANS TOUT LE SUD-GIRONDE
POUR PRENDRE RENDEZ VOUS OU S'INFORMER**



www.sportsante-sudgironde.fr



07.86.42.68.63 ou 06.76.54.77.52



maisonsportsante@polesudgironde.fr



Qui sommes nous?



MATHIEU TRUFFART - VICE PRÉSIDENT AU CONTRAT LOCAL DE SANTÉ

- MASTERS EUROPÉENS D'ENTRAÎNEMENT SPORTIF ET SPORT ADAPTÉ,
- D.U D'ÉVALUATION ET PRÉPARATION PHYSIQUE,
- BPJEPS MÉTIERS DE LA FORME ET DE LA FORCE,
- DIPLÔME LF PILATES.
- DIPLÔME DE SHIATSU



ELU, IL EST LE REPRÉSENTANT DE LA POLITIQUE DE PRÉVENTION SANTÉ EN SUD GIRONDE À TRAVERS LE CONTRAT LOCAL DE SANTÉ. DE PLUS, GRÂCE À SON EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE DANS LE SECTEUR DU SPORT SANTÉ, IL EST À MÊME D'INTERVENIR AUPRÈS DE TOUS PUBLICS POUR APPORTER UNE EXPERTISE SPORT-SANTÉ.



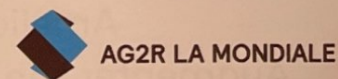
LEO DULUC - ENSEIGNANT EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- MASTERS ENTRAINEMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
- DIPLÔME PILATES NIVEAU 1

07 86 42 68 63



SON MASTER EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE LUI A PERMIS DE TRAVAILLER AVEC DIFFÉRENTS PUBLICS ET PATHOLOGIES. SON EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE LUI PERMETTRA DE S'ADAPTER POUR RÉPONDRE À VOS PROBLÉMATIQUES. IL SAURA VOUS MOTIVER POUR OBTENIR LE MEILLEUR DE VOUS-MÊME.



DR LOIC TISSOT- MEDECIN REFERENT MAISON SPORT SANTE SUD GIRONDE

- MEDECIN ORL
- PRÉSIDENT TENNIS CLUB LANGONNAIS

LE MEDECIN REFERENT A POUR MISSION DE PROMOUVOIR LE SPORT SANTE AUPRES DES PROFESSIONNELS DE SANTE. IL EST LEUR INTERLOCUTEUR PRINCIPAL.



ELODIE DE LA GRANGE - DIRECTRICE ADJOINTE POLE TERRITORIAL SUD GIRONDE

- CHEFFE DE PROJET MAISON SPORT SANTÉ
- COORDINATRICE CONTRAT LOCAL DE SANTÉ

06 76 54 77 52



CHARGÉE DU PILOTAGE GLOBAL DE LA MAISON SPORT SANTÉ ET DE SON DÉVELOPPEMENT, ELLE SAURA RÉPONDRE À TOUS LES PARTENAIRES ACTUELS ET À VENIR.