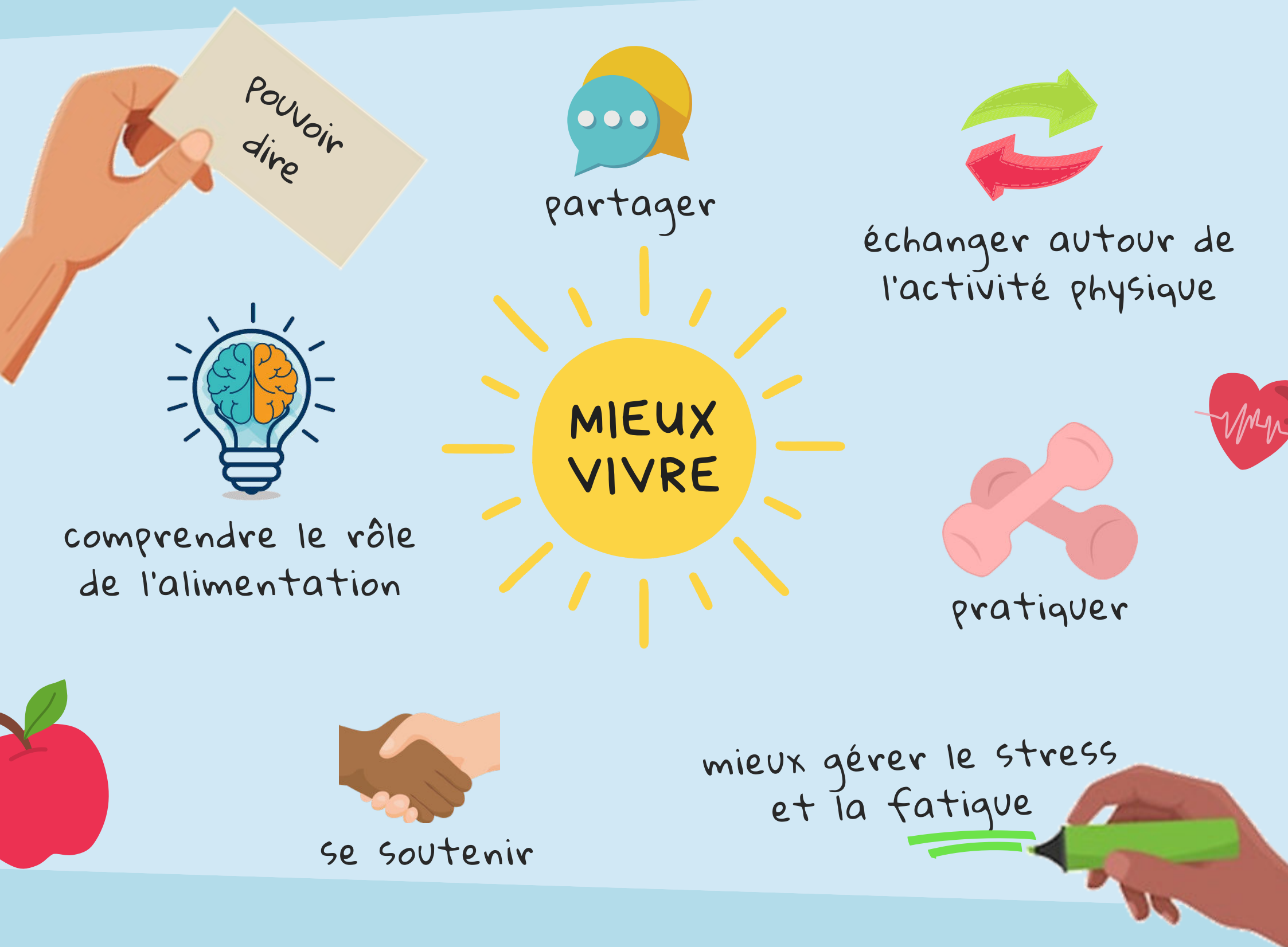


VOS PROBLÈMES DE SANTÉ VOUS ONT ÉLOIGNÉ DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ?



CE PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE EST FAIT POUR VOUS !

PLUS D'INFORMATIONS



**MARINE GROUSSET
CENTRE RICHELIEU**

 37 RUE PHILIPPE VINCENT
17028 LA ROCHELLE CEDEX 01
 05-46-43-56-95
 ETP.RICHELIEU@CROIX-ROUGE.FR

POLYPATHOLOGIES CHRONIQUES ET ACTIVITÉS PHYSIQUES EN AMBULATOIRE

THÈMES DES ATELIERS

SANTÉ

EFFET DE L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE RÉGULIÈRE SUR
MA SANTÉ

ALIMENTATION

NUTRITION ET CUISINE
SANTÉ

BIEN-ÊTRE

GESTION DE LA FATIGUE ET
DU STRESS

TABAGISME

ET HOP, STOP LA CLOPE !
(FACULTATIF)

ACTIVITÉ PHYSIQUE

ET APRÈS, C'EST QUOI MON
PROJET ?

- ✗ **Objectif :** Améliorer la qualité de vie du patient atteint de maladie chronique grâce à la pratique d'une activité physique adaptée régulière.
- ✗ **Durée :** 4 semaines de programme d'ETP (adhésion libre) à raison de 4 à 8 ateliers d'une à deux heures.
- ✗ **Population concernée :**
Adultes présentant une pathologie chronique (oncologique, respiratoire, neurologique...), des douleurs chroniques ou présentant une affection du système neuro-locomoteur, le diabète et l'obésité.
- ✗ **Modalités d'admission :** Parlez-en à votre médecin traitant afin qu'il remplisse ce formulaire.



05 46 43 56 95



etp.richelieu@croix-rouge.fr



www.centre-richelieu.croix-rouge.fr

PRESCRIPTION et NON-CONTRE-INDICATION à la PRATIQUE d'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

Je soussigné(e), Dr/Mme/M.....

Autorise et prescrit à M/Mme.....

Né(e) le / / à pratiquer de l'activité physique adaptée à la santé

Prescription valable 3 mois

Date :

Signature du prescripteur :