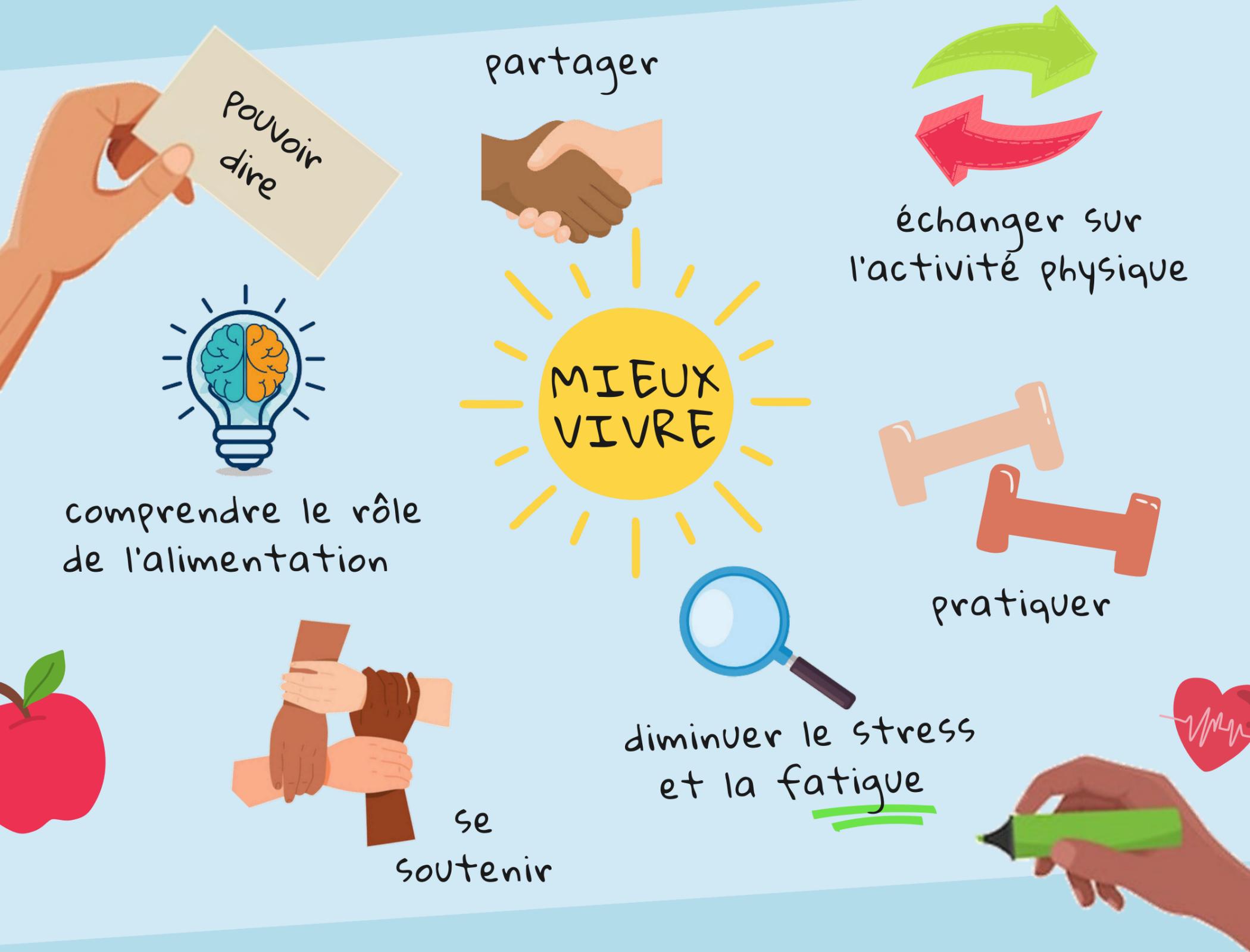


VOS PROBLÈMES DE SANTÉ VOUS ONT ÉLOIGNÉ DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ?



CE PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE EST FAIT POUR VOUS !

PLUS D'INFORMATION



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

1

**EFFET DE L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE RÉGULIÈRE SUR
MA SANTÉ**

2

ALIMENTATION :
NUTRITION ET CUISINE
ANTI-OXYDANTE

3

BIEN-ÊTRE :
GESTION DE LA FATIGUE ET
DU STRESS

4

TABAGISME :
ET HOP, STOP LA CLOPE !
(FACULTATIF)

5

**MOTIVATION ET
MAINTIEN :**
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 du programme :

4 semaines de programme d'ETP (libre adhésion) à raison de 4 à 5 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

IDENTIFICATION DU PRESCRIPTEUR

IDENTITÉ DU PATIENT

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

La pratique d'une activité physique adaptée à la santé.

Prescription valable 3 mois

Date :

Signature :