

MAISON SPORT SANTE DE LA MAYENNE

COMITE DEPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET
SPORTIF DE LA MAYENNE
(CDOS 53)

Daniel MURAIL
Président du CDOS 53

CDOS 53
Maison des sports
109 bis avenue Pierre de Coubertin
53000 LAVAL

02. 43.67.10.30



Contact

06.22.69.82.13

Lundi de 9h00 à 12h30

Mardi de 14h00 à 17h00

Mercredi de 9h00 à 12h30

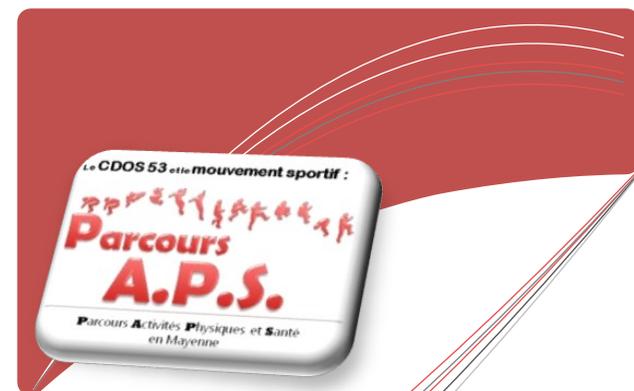
Vendredi de 8h30 à 15h30

mss.mayenne@franceolympique.com

LES PARTENAIRES



PREFET DE LA MAYENNE



Le **SPORT**
au service
de la **SANTE**
en **MAYENNE**



Parcours Activités Physiques et Santé 53

POURQUOI LE PAPS ?

La pratique régulière d'une Activité Physique et Sportive est source de bien-être et d'épanouissement personnel.

Elle favorise la prévention de certaines pathologies et contribue à en réduire les effets et l'évolution.

« L'inactivité physique est le 4ème facteur de risque de décès.

Si vous avez une ordonnance, il est facile de trouver une pharmacie pour se procurer le médicament. Mais si on vous prescrit de l'activité physique pour améliorer votre santé, où allez-vous ? »

En Mayenne, le

Parcours

Activités Physiques et Santé

(Parcours A.P.S.)

apporte une réponse à cette question.

VOUS ÊTES BÉNÉFICIAIRE *

Votre Parcours A.P.S. se divise en plusieurs étapes :

- Vous réalisez un diagnostic auprès d'un médecin (médecin traitant ou spécialiste).
- Vous bénéficiez d'un entretien individualisé avec une enseignante en activité physique adaptée à la maison sport santé de la Mayenne.
- Vous pratiquez une activité physique adaptée dans un atelier pendant 3 mois pour vous reconconditionner à l'effort.
- Vous recevez des conseils pour adapter votre activité physique.
- Tout au long de votre Parcours A.P.S, un suivi personnalisé et confidentiel veille au respect des préconisations faites par le médecin lors du diagnostic.
- Vous décidez de poursuivre votre activité physique dans le club mayennais référencé sport santé de votre choix.
- Une aide financière vous est attribuée pour votre poursuite en club.

VOUS ÊTES MÉDECIN

- Vous réalisez le diagnostic préalable pour orienter le patient vers le Parcours A.P.S. et vous rédigez le certificat de non contre-indication (obligatoire), assorti d'éventuelles réserves et préconisations + une prescription médicale d'activité physique adaptée (facultatif).
- Vous êtes informé du Parcours du patient à son entrée dans le dispositif au terme du premier entretien, et à sa sortie du dispositif (vous êtes destinataire du bilan réalisé avec le patient).

VOUS ÊTES DIRIGEANT D'UN CLUB

- La pratique de votre activité sportive est adaptée aux personnes atteintes de pathologies (cardio vasculaire, diabète, surpoids, convalescence, handicap...)
- Vous organisez une séance de pratique adaptée aux bénéficiaires du PAPS, encadrée par un animateur qualifié (code du sport)
- Vous assurez le suivi des bénéficiaires sur le plan physique et sportif avec les éducateurs du PAPS.

* Diabète, maladies cardio-vasculaires, convalescence de cancers, obésité, surpoids...
Le PAPS est également ouvert aux personnes atteintes d'un handicap physique ou mental, ou en situation de post-COVID-19 long.