

Pôle Santé Champsaur Valgaudemar

Sport-santé : programme APSS

Le programme sport-santé sur ordonnance commence le 1er octobre et des places sont encore disponibles à Pont du Fossé, St Firmin, et St Bonnet.

Public cible : personnes atteintes de maladie chronique, en ALD, sédentaires.

Contenu : 16 séances de gym douce encadrées par un enseignant en Activités Physiques Adaptées, 2 séances éducatives de groupe, 1 séance d'introduction à la nutrition, 1 séance découverte avec un club du territoire.

Protocole : Muni d'une prescription de son médecin traitant stipulant les indications et points d'attention lors de la pratique, le bénéficiaire contacte le PSCV (04 13 38 73 61) pour fixer un entretien individuel avant inclusion au programme.