Le sport sur ordonnance

Et si l'activité physique devenait un véritable traitement ? Depuis la loi de modernisation de notre système de santé, les médecins peuvent prescrire à certains patients une activité physique adaptée, plus connue sous le nom de « sport sur ordonnance ».

À travers le dispositif francilien Prescri'forme, les personnes souffrant d'hypertension artérielle, d'obésité ou d'une affection de longue durée (diabète, maladies cardiovasculaires ou respiratoires, cancer, etc.) peuvent bénéficier d'un accompagnement personnalisé. L'objectif est simple : faire de l'activité physique un complément thérapeutique efficace, pour améliorer la qualité de vie, préserver l'autonomie et limiter l'évolution de la maladie.

Pour développer ce dispositif sur le territoire, des éducateurs sportifs de la communauté d'agglomération Val Parisis certifiés encadrent ces séances d'activité physique adaptée.

Comment ça marche ?

Après la prescription du médecin, le patient réalise une évaluation initiale avec un éducateur sportif aux Grands Bains du Parisis à Herblay-sur-Seine. Un programme sur mesure est ensuite élaboré, en fonction de son état de santé, de ses capacités physiques et de ses objectifs. Il peut associer des séances de fitness et des activités aquatiques, dans un cadre sécurisé et sous l'encadrement de professionnels formés.

Aujourd'hui, deux centres aquatiques du réseau Val Parisis Piscines proposent ce dispositif :

- Les Grands Bains du Parisis à Herblay-sur-Seine ;
- Les Nymphéas du Parisis à Pierrelaye.

Infos pratiques

Dans le cadre du dispositif francilien Prescri’forme

Selon la prescription médicale et sans limite d’âge

Tarifs : 22 € le bilan + 22 € les 12 séances (décomposable à la séance au-delà du forfait)

Contact

Renseignements à l’accueil des Grands Bains du Parisis

1 rue François Truffaut 95220 Herblay-sur-Seine / 01 30 40 27 80

Liens utiles
Prescri'forme
Les Grands Bains du Parisis
Vidéo explicative Presci'Forme
Témoignages de patients