

CONTACTS



ADRESSE

61 bis Rue Joseph Bouliez,
59490 Somain



INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Nous restons à votre disposition pour toute
information ou prise de rendez-vous au:

- 03 27 93 09 09

Mme Catherine DELROT -
Infirmière coordinatrice:

- 06 48 17 07 97

Les sessions sont entièrement prises en charge

Nos partenaires:



Vous êtes atteint d'une
maladie chronique et
souhaitez reprendre une
activité physique ?

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



QU'EST CE QUE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA) ?



L'activité physique adaptée vous permet de reprendre une activité physique à votre rythme et en fonction de votre pathologie afin d'améliorer les comorbidités dont vous êtes porteur.

PUBLIC CONCERNÉ

Personnes principalement atteintes de maladies chroniques :

- Pathologies cardio-métaboliques : diabète, surpoids, obésité, HTA, insuffisance cardiaque, post angioplastie...
- Pathologies oncologiques en post traitement
- Pathologies neurologiques (SEP, AVC...)
- Pathologies rhumatologiques (maladies inflammatoires, arthrose...)
- Fibromyalgie

L'ACTIVITÉ

Elle se déroule sur 6 semaines, en petit groupe, à raison de 3h par jour, 3 fois par semaine.

Elle comprend:

- de l'activité physique
- des ateliers en vue d'améliorer votre qualité de vie

ENCADREMENT

Tout au long de ces 6 semaines, vous serez accompagné, dans un environnement sécurisé, par une équipe pluridisciplinaire: médecin du sport, professeurs d'activité physique adaptée, kinésithérapeutes, infirmiers, diététiciennes, psychologues.

LA PRISE EN CHARGE

Avant d'intégrer cette activité, un bilan sera réalisé. Il aura comme objectif de s'assurer de votre aptitude à la pratique sportive, d'évaluer votre condition physique et votre motivation.

Un bilan final vous sera également proposé.