

Maison Sport - Santé

Sport en Entreprise

Ce programme est à **destination des entreprises** et **collectivités** du **territoire de Roche aux Fées Communauté**.

rgba(255,255,255,1)

Le principe

Le rôle de Roche aux Fées communauté est de **vous accompagner dans la définition, la mise en place et le suivi de ce programme**.

Pour les salariés

- Lutter contre les effets de la **sédentarité**
- Diminuer les risques de **troubles musculo-squelettiques**
- Améliorer la **sérénité et l'estime de soi** au sein de l'entreprise

Pour l'entreprise

- **Baisse de l'absentéisme**
- Augmentation de la **productivité**
- **Cohésion** d'équipe

Bougez sur ordonnance

Le dispositif « **Bougez sur ordonnance** » mis en place par Roche aux Fées Communauté a pour objectif de **contribuer au développement de la pratique sportive** comme **facteur de préservation de la santé**, de **participation à l'amélioration de la qualité de vie** et au **bien-être de ses habitants**.

rgba(255,255,255,1)

C'est quoi ?

Le **cœur du projet** consiste dans la **prescription d'activités physiques modérées, régulières et adaptées** par **les médecins du territoire à leurs patients éloignés de la pratique sportive** et/ou **atteints de pathologies chroniques**.

L'**enjeu** est de **mettre en relations des acteurs professionnels du secteur médical et paramédical et des professionnels du secteur du sport** afin de **mettre en place une offre d'éducation et d'accompagnement motivationnel à l'activité physique** et à l'**entretien de soi**.

Pour qui ?

Ce programme est **accessible aux personnes atteintes de limitation minimales** ou **aucune limitation fonctionnelle** et :

- **Eloignées de la pratique sportive**
- Étant en **affection de longue durée**
- **Atteintes d'une maladie chronique** (diabète, cardiopathie, cancer...)
- Présentant des **facteurs de risques** (hypertension, obésité...)
- En **perte d'autonomie**

Parcours du patient

ETAPE 1 : La prescription

En fonction de son niveau de limitation fonctionnelle, le patient se verra délivrer par son médecin un carnet de suivi Sport Santé au sein duquel se trouve le certificat médical permettant l'accès au programme.

ETAPE 2 : la prise de rendez-vous avec l'éducateur référent.

Cet entretien avec l'éducateur référent aura pour but :

- d'accueillir et d'informer sur le programme
- de réaliser une évaluation de la condition physique
- De compléter des questionnaires de santé
- de définir le choix du projet d'Activité Physique

ETAPE 3 : La définition du projet d'Activité Physique

Suivant le bilan de l'entretien et le degré de limitations fonctionnelles, le patient sera orienté vers :

- Des associations du territoire proposant des créneaux sport/santé : Hand-Fit- ping pong fit- Basket santé- Taïso....
- Des activités aquatiques : Aux Centre Aquatique des Ondines
- Des activités terrestres : Sur des Activités Multisports : marche/marche nordique gym douce – escalade- escrime- course d'orientation....

Téléchargez le flyer

Fichier

[Dépliant Bougez sur ordonnance](#) (.pdf - 660.75 Ko)

Renseignements

Concernant le Sport en Entreprise :

Fabien Brisorgueil

Tél : 06 98 06 57 64

Mail : fabien.brisorgueil@rafcom.bzh

Concernant le dispositif "Bougez sur ordonnance" :

06 65 83 05 10

maisonsportsante@rafcom.bzh

rgba(255,255,255,1)