

MIEUX VIVRE AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE GRÂCE À UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

La Maison Sport Santé de l'association Melioris, **accueille et accompagne les personnes sédentaires**, en perte d'activité physique, quelque soit leur âge et leur niveau de santé.



MIEUX VIVRE AVEC UNE MALADIE CHRONIQUE

Nous avons mis en place un **programme de réentraînement à l'effort adapté à votre état de santé**, régulier et progressif.



UNE PRISE EN CHARGE SÉCURISÉE

Notre **enseignant en activité physique adaptée** vous **conseille** et vous **accompagne**, vers une pratique sûre et en adéquation avec votre condition physique.



MELIORIS MAISON SPORT SANTÉ

✉ maisonsportsante@melioris.fr



2 adresses :
74 rue de la Verrerie - 79000 Niort
de 2 allée de la Cure - 79170 Périgné



www.melioris-centredesante.fr

LE FONCTIONNEMENT DU DISPOSITIF EN 5 ÉTAPES :



Vous êtes orienté(e) vers le dispositif **par votre médecin** qui complète le formulaire de prescription PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé).



Vous prenez rendez-vous avec la Maison Sport Santé.



Vous réalisez un bilan initial avec l'Enseignant en activité physique adaptée comprenant : un entretien, une évaluation de votre condition physique et la définition de vos objectifs.



Vous suivez un programme de réentraînement de 12 semaines (deux séances par semaine). Circuits d'entraînement adaptés, composés d'exercices d'endurance et de renforcement musculaire au travers d'activités ludiques, variées et de relaxation.



Vous réalisez un bilan pour apprécier votre progression, et êtes accompagné(e) vers des activités à réaliser en autonomie ou des structures sportives adaptées.



TARIFICATION

Programme complet de 12 semaines

90€ par personne (paiement possible en 3 fois)

ou

60€ par personne bénéficiant de la Complémentaire Santé Solidaire (paiement possible en 3 fois).

Les mutuelles peuvent prendre partiellement ou totalement en charge le montant des séances d'activité physique sur ordonnance. Renseignez-vous auprès de votre complémentaire santé.

La Maison Sport Santé de Melioris ne procédera pas à des remboursements après encaissement.