

AU CRIP COMMENT ?

L'accueil se fait sur prescription médicale.

Entretien individualisé

Évaluer la condition physique, les aspects sociaux et mentaux, les souhaits et la motivation.

Orienter

Diriger vers une structure agréée par l'ARS (Agence Régionale de Santé) en tenant compte des capacités physiques, des préférences et de la localisation géographique.

Prendre en charge

Proposer des séances hebdomadaires de proximité en groupe restreint encadrées par un.e éducateur.rice spécialisé(e) en activité physique adaptée.

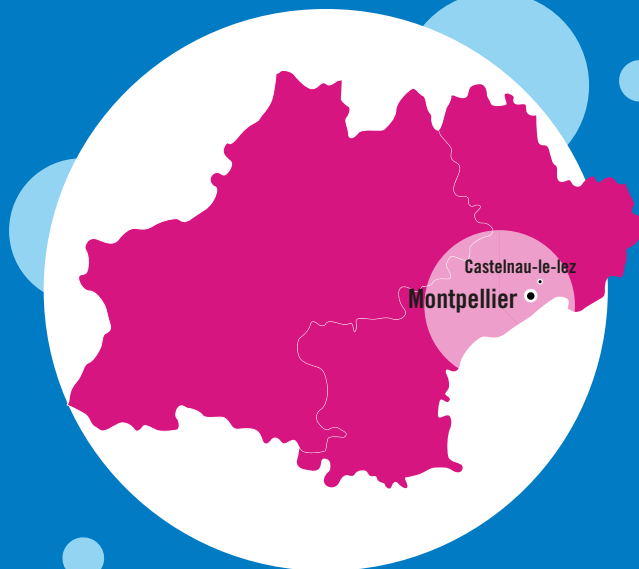
Informier

Proposer des actions visant à informer et sensibiliser sur les avantages de l'exercice physique pour la santé.

Suivre

Les bilans individualisés sont réalisés trimestriellement pour évaluer les évolutions et adapter l'accompagnement.

Les Maisons Sport-Santé, présentes sur l'ensemble du territoire, sont habilitées par les agences régionales de santé (ARS) et les directions régionales académiques à la jeunesse, à l'engagement et au sport (DRAJES). Leurs missions sont encadrées par la réglementation.



PRENEZ RENDEZ-VOUS

à la Maison Sport Santé

04 67 33 18 00

Par email :

mss.crip@ugecam.assurance-maladie.fr

A l'accueil du CRIP

435 avenue Georges Frêche

Castelnau-le-Lez



MON SPORT MA SANTÉ!

Maison Sport Santé



MAISON SPORT SANTÉ

C'EST QUOI ?



La mission d'une Maison Sport Santé est d'améliorer le bien-être et la santé de chacun à travers l'activité physique. Elle favorise la collaboration entre experts du sport et de la santé pour rendre cela possible.



MÉDECIN

Prescription d'activité physique adaptée sur ordonnance

Prise de RDV avec le CRIP

INFORMATIONS CONSEILS

Entretien avec les experts Sport Santé du CRIP

ÉVALUATION

Bilan de forme
Entretien
Motivation

POUR QUI ?

Les personnes adultes en situation de handicap :

- souffrant d'affections de longue durée (ALD) et pour lesquelles il a été recommandé et prescrit, par un médecin, de pratiquer une activité physique adaptée et accompagnée.
- souffrant de maladies chroniques pour lesquelles l'activité physique et sportive est recommandée.

POURQUOI ?

Les bénéfices sur la santé

L'exercice aide à prévenir et à traiter de nombreuses affections chroniques, y compris le cancer, le diabète, l'obésité, ainsi que les maladies neurodégénératives et psychiatriques.

Le plaisir du sport

Le sport libère des hormones comme l'endorphine, la dopamine et l'adrénaline, réduisant le stress, améliorant le sommeil, soulageant les douleurs et agissant comme un antidépresseur, procurant ainsi du plaisir.

Le lien social

Le sport forge des liens sociaux. Les associations sportives sont des espaces pour rencontrer et s'épanouir tout en respectant autrui, renforçant ainsi confiance et autonomie.

MAISONS
SPORT
SANTÉ

ACCOMPAGNEMENT

Programmes sport-santé individualisés
Séances d'activités physiques adaptées

ORIENTATION

Clubs sportifs
Structures partenaires
Professionnels qualifiés
Pratique autonome

Orientation

SUIVI

