

la forme sur ordonnance

Prescription
de l'activité
physique adaptée

INFORMATIONS
USAGERS



Moins de la moitié des français âgés de 15 à 75 ans atteignent un niveau d'activité physique favorable à la santé. Pourtant, les effets bénéfiques de l'activité physique sur la santé sont aujourd'hui démontrés, quels que soient l'âge, le sexe et l'état de santé. L'activité physique inclut tous les mouvements de la vie quotidienne, y compris ceux effectués lors des activités de travail, de déplacement, domestiques ou de loisirs.

Pour les personnes atteintes de maladies chroniques, la reprise d'une activité physique régulière adaptée est un élément majeur du traitement.



Je prends RDV avec mon médecin traitant

→ Il me conseille d'augmenter mon activité physique dans ma vie quotidienne (marche, vélo, escaliers, etc.).

→ Il me prescrit de l'activité physique en fonction de mon degré de limitation fonctionnelle et en absence de contre-indication médicale.

→ Il m'oriente si besoin vers le dispositif d'accompagnement à l'activité physique adaptée (DAPAP) de mon département qui me guidera vers une activité physique adéquate près de mon domicile. C'est la garantie que tous les professionnels de l'activité physique sont qualifiés pour me prendre en charge.

Vous pouvez bénéficier

DU DISPOSITIF « LA FORME SUR ORDONNANCE »
SI VOUS-MÊME (OU VOTRE ENFANT) :

- êtes porteur de maladies chroniques en affection de longue durée (ALD)
- présentez au moins un des facteurs de risques suivants: hypertension artérielle (HTA), dyslipidémie, surcharge pondérale et obésité
- êtes âgé de plus de 70 ans et êtes repéré fragile par un professionnel de santé

J'appelle le DAPAP

→ Le professionnel du DAPAP me donne un rendez-vous pour évaluer ma capacité physique et mon degré de motivation.

→ Je détermine en lien avec le professionnel du DAPAP dans un plan personnalisé, l'activité la plus adaptée pour moi.

→ Je suis orienté sur un atelier collectif, au plus près de mon domicile, encadré par des professionnels formés.

→ Je suis rappelé régulièrement par les professionnels des DAPAP pour faire le point.

→ Mon médecin traitant est informé de ma progression sauf si je m'y oppose.

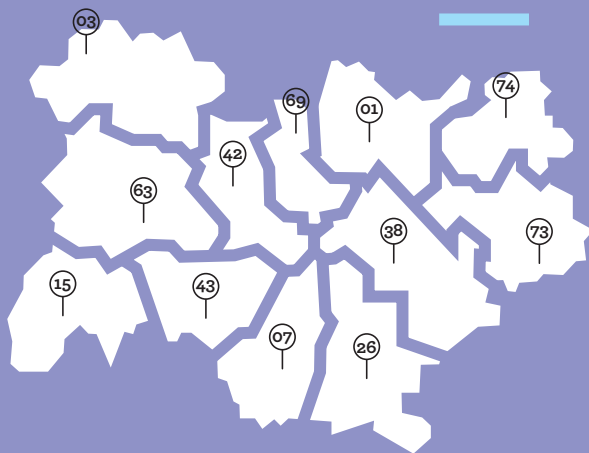


Un dispositif d'aide financière est prévu pour les patients dans certains cas et sous conditions de ressources.

Renseignements auprès du DAPAP de votre département

Les DAPAP dans la région

La forme sur ordonnance est un dispositif régional, coordonné et relayé sur le terrain par les dispositifs d'accompagnement vers la pratique d'activité physique (DAPAP) présents dans chaque département.



01 → AIN

Sport Santé Ain

FSO@ainsportsante.fr
06 70 09 87 76

03 → ALLIER

Sport Santé Allier

dapap03@dahlir.fr
04 43 07 36 46

07 → ARDÈCHE

Sport Santé Ardèche

dapap07@
ardecheolympique.org
04 75 64 29 10

15 → CANTAL

Sport Santé Cantal

dapap15@dahlir.fr
04 43 07 36 46

26 → DRÔME

Sport Santé Drôme

sportsante.drome@
franceolympique.com
04 75 75 47 53

38 → ISÈRE

Prescri' Bouge Isère

info@prescribouge.fr
06 03 93 60 69

42 → LOIRE

Sport Santé Loire

sport.sante@
maisondessportsloire.com
04 77 59 56 09

43 → HAUTE-LOIRE

Sport Santé Haute-Loire

dapap43@dahlir.fr
04 43 07 36 46

63 → PUY-DE-DÔME

Sport Santé

Puy-de-Dôme

dapap63@dahlir.fr
04 43 07 36 46

69 → RHÔNE

Sport Santé Rhône

contact@dapap69.fr
04 72 00 11 20
06 21 99 48 33

73 → SAVOIE – Bouger

Sur Prescription Savoie

contact@
bougersurprescription.fr
04 79 62 29 69

74 → HAUTE-SAVOIE

Santé! Osons le sport 74

sport.sante@fol74.org
04 50 19 14 11

POUR EN
SAVOIR +

sport-sante
-auvergne-rhone
-alpes.fr

ars
Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes

