Qui sommes nous?

Nous saurons vous orienter et vous accompagner au mieux dans le plaisir de l'activité physique.

MATHIEU TRUFFART - VICE PRÉSIDENT AU CONTRAT LOCAL DE SANTÉ

06.30.56.13.92

- MASTERS EUROPÉENS D'ENTRAÎNEMENT SPORTIF ET SPORT ADAPTÉ,
- D.U D'ÉVALUATION ET PRÉPARATION PHYSIQUE,
- BPJEPS MÉTIERS DE LA FORME ET DE LA FORCE,
- DIPLÔME LF PILATES.
- DIPLÔME DE SHIATSU

PLUS DE 10 ANS D'EXPÉRIENCE DE COACHING PERSONNEL QUI LUI PERMETTENT DE VOUS GUIDER ET VOUS CONSEILLER AU MIEUX. IL SAURA VOUS MOTIVER POUR OBTENIR LE MEILLEUR DE VOUS-MÊME.

LÉA JOLLES - EDUCATRICE SPORTIVE

- LICENCE EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ET SANTÉ

ETUDIANTE EN MASTER D'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE SPORTIVE. ELLE SAURA VOUS ÉCOUTER ET VOUS ORIENTER AU BESOIN.

DR LOIC TISSOT- MEDECIN REFERENT MAISON SPORT SANTE SUD GIRONDE

- MEDECIN ORL
- PRÉSIDENT TENNIS CLUB LANGONNAIS

LE MEDECIN REFERENT A POUR MISSION DE PROMOUVOIR LE SPORT SANTE AUPRES DES PROFESSIONNELS DE SANTE. IL EST LEUR INTERLOCUTEUR PRINCIPAL.

ELODIE DE LA GRANGE - DIRECTRICE ADJOINTE POLE TERRITORIAL SUD GIRONDE

- CHEFFE DE PROJET MAISON SPORT SANTÉ
- COORDINATRICE CONTRAT LOCAL DE SANTÉ

06.76.54.77.52 -

CHARGEE DU PILOTAGE GLOBAL DE LA MAISON SPORT SANTÉ ET DE SON DÉVELOPPEMENT, ELLE SAURA REPONDRE A TOUS LES PARTENAIRES ACTUELS ET A VENIR.

Pour plus d'informations, prendre rendez-vous, connaître les dates de permanences de la maison sport santé sur le territoire:

www.sportsante-sudgironde.fr
maisonsportsante@polesudgironde.fr
07.86.42.68.63 ou 06.76.54.77.52

MAISON SPORT SANTE

en Sud-Gironde

Mieux dans ma vie, Envie de sport!

www.sportsante-sudgironde.fr
maisonsportsante@polesudgironde.fr
07.86.42.68.63 ou 06.76.54.77.52

LA MAISON SPORT SANTÉ

! POUR TOUS !

ET A TOUT AGE

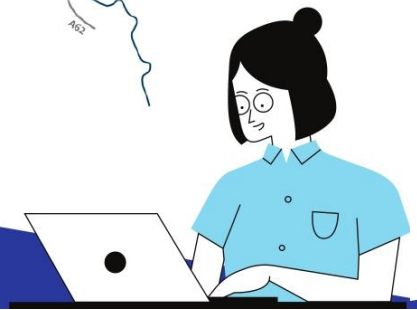
Les bénéfices de l'activité physique sont reconnus pour :

Votre cœur et votre circulation sanguine
Réduire les risques d'AVC
Faciliter le sevrage tabagique
Réduire son stress et augmenter son lien social
Améliorer l'estime de soi, sa mémoire et sa concentration
Augmenter son espérance de vie et contribuer au maintien de l'autonomie...

DANS TOUT LE SUD-GIRONDE SUR RENDEZ VOUS...

La Maison Sport Santé vous accueille, vous informe et met en place votre programme personnalisé sport-santé

- Avec ou sans prescription médicale*: bilan de capacités physiques de la personne **SUR PLACE**
- Orientation dans un programme personnalisé et suivi



Dans le cas où votre médecin fait une prescription → La Maison Sport Santé vous oriente grâce -aux éléments indiqués **dans la prescription d'activité physique - à un entretien spécifique.**

CONTENU DU BILAN EVALUÉ PAR LES EDUCATEURS EN ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE:

- VOTRE CONDITION PHYSIQUE
- VOTRE NIVEAU GLOBAL D'ACTIVITÉ PHYSIQUE
- VOTRE ENVIRONNEMENT
- VOTRE QUALITÉ DE VIE ET VOTRE MOTIVATION.
- VOUS ORIENTE DANS VOTRE PARCOURS SPORTIF

Les éducateurs de santé pourront faire des évaluations complémentaires à la demande du médecin

www.sportsante-sudgironde.fr
maisonsportsante@polesudgironde.fr
07.86.42.68.63 ou 06.76.54.77.52