La Mairie d'Eysines, Eneal et l'Association sportive L'ENTRAIN POUR TOUS se sont associées pour développer une activité GYM ADAPTEE pour les habitants des Résidences pour Personnes Agées (RPA) d'Eysines.

Cette activité est animée par Marie-Cécile ROLLAT, éducatrice sportive diplômée BPJEPS Activités Physiques Pour Tous, certifiée pour l'Accueil et l'Insertion des Personnes en Situation de Handicap (AIPSH) et Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne « Multisports Santé Bien-Etre (AMAP). Diplômes reconnus dans le cadre de l'Article D.1172-2 du Code de la santé publique.

La GYM ADAPTEE est une activité vraiment accessible à tous. Avec (ou sans) petit matériel (chaise, bâton, ballon, tapis, …), l'éducatrice propose des exercices adaptés aux besoins et capacités de chacun. Les objectifs sont la santé, le bien être, la lutte contre la sédentarité, l'isolement et la prévention des chutes. Les exercices sont le plus souvent inspirés des tâches de la vie quotidienne :

- Gym sur chaise,
- Education posturale et renforcement musculaire
- Etirements simples
- Equilibre et prévention des chutes
- Motricité

Et pour les personnes qui le souhaitent ou pour qui cela est nécessaire, nous proposons de créer un lien entre le médecin traitant et l'éducatrice.

Contact éducatrice : 06.81.07.13.89

La Mairie d'Eysines, Eneal et l'Association sportive L'ENTRAIN POUR TOUS se sont associées pour développer une activité GYM ADAPTEE pour les habitants des Résidences pour Personnes Agées (RPA) d'Eysines.

Cette activité est animée par Marie-Cécile ROLLAT, éducatrice sportive diplômée BPJEPS Activités Physiques Pour Tous, certifiée pour l'Accueil et l'Insertion des Personnes en Situation de Handicap (AIPSH) et Animation et Maintien de l'Autonomie de la Personne « Multisports Santé Bien-Etre (AMAP). Diplômes reconnus dans le cadre de l'Article D.1172-2 du Code de la santé publique.

La GYM ADAPTEE est une activité vraiment accessible à tous. Avec (ou sans) petit matériel (chaise, bâton, ballon, tapis, …), l'éducatrice propose des exercices adaptés aux besoins et capacités de chacun. Les objectifs sont la santé, le bien être, la lutte contre la sédentarité, l'isolement et la prévention des chutes. Les exercices sont le plus souvent inspirés des tâches de la vie quotidienne :

- Gym sur chaise,
- Education posturale et renforcement musculaire
- Etirements simples
- Equilibre et prévention des chutes
- Motricité

Et pour les personnes qui le souhaitent ou pour qui cela est nécessaire, nous proposons de créer un lien entre le médecin traitant et l'éducatrice.

Contact éducatrice : 06.81.07.13.89

FICHE DE PRESCRIPTION

Je soussigné(e), Docteur……

prescris une activité physique adaptée, les jeudis matin à

Nom du Patient ……

Précautions et/ou restrictions particulières (appareil locomoteur, cardio-vasculaire, …) **:**

……

……

……

La dispensation d'activité physique adaptée ne peut pas donner lieu à une prise en charge financière par l'assurance maladie.

Le / / à Signature & Cachet professionnel

FICHE DE PRESCRIPTION

Je soussigné(e), Docteur……

prescris une activité physique adaptée, les jeudis matin à

Nom du Patient ……

Précautions et/ou restrictions particulières (appareil locomoteur, cardio-vasculaire, …) **:**

……

……

……

La dispensation d'activité physique adaptée ne peut pas donner lieu à une prise en charge financière par l'assurance maladie.

Le / / à Signature & Cachet professionnel

CERTIFICAT D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION

Je soussigné(e) Docteur……

certifie avoir examiné(e) ce jour Mr/Mme…….....

Né(e) le / / et n'avoir pas constaté à ce jour de contre-indications à la pratique des activités physiques et/ou sportives précisées ci-dessus.

Le / / à Signature & Cachet professionnel

CERTIFICAT D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION

Je soussigné(e) Docteur……

certifie avoir examiné(e) ce jour Mr/Mme…….....

Né(e) le / / et n'avoir pas constaté à ce jour de contre-indications à la pratique des activités physiques et/ou sportives précisées ci-dessus.

Le / / à Signature & Cachet professionnel