



Prescription médicale pour la pratique d'une activité physique adaptée

Docteur,

Depuis la loi de modernisation de notre système de santé, les médecins sont autorisés à prescrire une activité physique adaptée dans le cadre du plan prescri'forme de l'ARS.

Le but principal est de pouvoir proposer aux personnes ayant une(des) affection(s) de longue(s) durée(s) (ALD) un parcours sportif personnalisé et une pratique sportive adaptée régulière sous réserve que vous leur en fassiez la prescription. Des tests de capacités physiques seront réalisés par un enseignant APA afin d'estimer la condition physique et d'assurer un suivi. Si vous le souhaitez, les résultats de ces tests vous seront partagés par mail ou via le site monbilansportsante.fr (la création de votre profil en tant que médecin sera nécessaire)

Adresse mail :@.....

Si vous souhaitez avoir plus d'information sur le dispositif Sport Santé & Bien Être de l'USRO n'hésitez pas à nous contacter.

Je soussigné(e), Dr.....certifie que

M/Mme

Ne présente pas de contre-indication pour pratiquer les activités suivantes

Activités proposées (toutes les séances durent 45min-1h) :

- Marche nordique
- Aviron (rameur ergo)
- Aqua santé
- Tai-chi-chuan
- Gym douce
- Yoga
- Kick Boxing santé
- Tennis Santé

Autres :

Nombre de séances / semaine

- 1 séance / semaine
- 2 séances/ semaine
- 3 séances/ semaine
- + 3séances/ semaine

<u>Antécédents du patient à prendre en compte dans sa pratique.</u>	
<i>Fonctions</i>	<i>Limitations</i>
Appareil loco moteur	
Métaboliques	
Cardiovasculaires	
Cutanée et infectieux	
Chute	
Autres	

La durée de validité de ce certificat est de :

Le/...../.....

Cachet et signature

