

# Kit d'aide à la *prescription* *d'ACTIVITE PHYSIQUE*

## **PUBLIC CIBLE :**

Professionnels médicaux et paramédicaux

## **OBJECTIF DU KIT :**

Soutenir et favoriser la prescription de l'activité physique pour les patients porteurs de maladies chroniques

La loi de modernisation de notre système de santé a introduit en 2016 la possibilité, pour le médecin traitant, de prescrire une activité physique aux personnes atteintes de maladies chroniques. Depuis 2022 elle élargit cette possibilité de prescrire aux médecins spécialistes et d'en faire bénéficier aux personnes atteintes maladies chroniques et présentant des facteurs de risque (hypertension et obésité).<sup>(1-4)</sup>

Aujourd'hui, l'efficacité de cette thérapeutique non médicamenteuse fait l'objet d'un large consensus scientifique avec un haut niveau de preuve <sup>(4-6)</sup>.

**Afin d'accompagner les professionnels de santé de la région Paca pour la prescription d'activité physique, l'association Azur Sport Santé, Centre Ressources régional de l'ARS Paca, propose, dans le cadre de ses missions, de mettre à disposition de ces professionnels un kit de prescription dans lequel figurent quelques outils pratiques, dont la cartographie ARS Paca des offres sport santé recensées en région.**

Azur Sport Santé reste à votre disposition quels que soient vos besoins. N'hésitez pas à nous contacter via notre site internet [azursportsante](http://azursportsante) ou par téléphone : 07 43 01 78 16

1. **Legifrance.** Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.
2. **Legifrance.** INSTRUCTION INTERMINISTERIELLE N° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017 relative à la mise en œuvre des articles L.1172-1 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique et portant guide sur les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.
3. **Legifrance.** LOI n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France.
4. **ANSES.** Actualisation des repères du PNNS - Révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité. 2016.
5. **INSERM.** Activité physique : Prévention et traitement des maladies chroniques - synthèse. 2019.
6. **Haute Autorité de Santé.** Promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes. 2018.

# Sommaire

<a href="#"><u>Guide de consultation et prescription médicale d'activité physique à des fins de santé chez l'adulte</u></a>	<b>p.4</b>
<a href="#"><u>Certificat d'absence de contre-indication et de prescription d'activité physique adaptée et outil d'aide à la détermination des limitations fonctionnelles</u></a>	<b>p.5</b>
<a href="#"><u>Mon Sport Santé Paca : Cartographie des offres d'activité physique santé de la région Sud Paca</u></a>	<b>p.9</b>
<a href="#"><u>Listing des maisons sport santé de la Région Sud Paca</u></a>	<b>p.10</b>
<a href="#"><u>Organismes de prévoyance, d'assurance et mutuelles proposant des offres de soutien à la pratique d'activité physique et sportive</u></a>	<b>p.13</b>
<a href="#"><u>Guides pratiques (HAS et Médicosport)</u></a>	<b>p.19</b>
<a href="#"><u>Listing des formations APA</u></a>	<b>p.19</b>



Consulter le guide.



# PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



## Pourquoi prescrire ?

Aujourd'hui, l'efficacité de l'activité physique adaptée comme thérapeutique non médicamenteuse fait l'objet d'un large consensus scientifique avec un haut niveau de preuve (5-7).

La loi de modernisation de notre système de santé a introduit en 2016 la possibilité, pour le médecin traitant, de prescrire une activité physique aux personnes atteintes de maladies chroniques (1-2).

Depuis 2022 elle élargit cette possibilité de prescrire à tout médecin intervenant dans la prise en charge du patient (3).

Une activité physique adaptée a pour but de permettre à une personne d'adopter un mode de vie physiquement actif sur une base régulière afin de réduire ses facteurs de risque et ses limitations fonctionnelles



## Pour qui ?

L'activité physique adaptée s'adresse aux patients n'ayant pas un niveau régulier d'activité physique égal ou supérieur aux recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé et qui ne peuvent augmenter leur niveau d'activité physique en autonomie, de façon adaptée et sécurisée (3).

Elle concerne donc les situations suivantes (4) :

- maladies chroniques ayant un retentissement sur la vie quotidienne
- facteurs de risque tels qu'une condition, une pathologie ou un comportement augmentant la probabilité de développer ou d'aggraver une maladie ou bien de souffrir d'un traumatisme, (surpoids, obésité, hypertension artérielle, dénutrition, sédentarité, dyslipidémies, conduites addictives)
- situations de perte d'autonomie dues au handicap ou au vieillissement

## Comment ?

Le médecin établit la prescription médicale initiale d'activité physique adaptée, en indiquant notamment le type d'activité, sa durée, sa fréquence et son intensité sur un formulaire spécifique dont le modèle a été défini par arrêté ministériel. Pour se faire, il s'appuie sur la consultation médicale, qui comprend notamment un bilan d'évaluation de sa condition physique et de ses capacités fonctionnelles ainsi qu'un bilan motivationnel, que le médecin peut déléguer à une personne qualifiée.

Je prescris à Mme/M ..... une activité physique adaptée<sup>1</sup> supervisée pendant ....., à une fréquence hebdomadaire et à une intensité à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient, qui l'amènent progressivement vers celle recommandée en thérapie non médicamenteuse, en privilégiant le développement des capacités suivantes :

- Cardio-vasculaires     Musculaires     Souplesse     Équilibre     Coordination

Cette pratique devra être supervisée par un intervenant qualifié ayant les compétences requises conformément à l'instruction ministérielle, pour encadrer des patients présentant la limitation fonctionnelle suivante (voir au dos si nécessaire) :

- Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

Dénomination de la pratique sportive (si demandée) : .....

**PRÉCONISATIONS PARTICULIÈRES ET COMPLÉMENTS D'INFORMATION À L'INTENTION DE L'INTERVENANT PERMETTANT D'ADAPTER ET DE SÉCURISER LA PRATIQUE** (exemples non exhaustifs : activités avec le poids du corps ou charges légères, pas de sport à risque de chute et/ou de collision, éviter efforts en ambiance froide, éviter efforts statiques intenses, contrôler l'intensité pour ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre en

Remis en main propres au patient, le

Signature et cachet :

*La dispensation de l'activité physique adaptée ne peut donner lieu à ce jour à une prise en charge financière par l'assurance maladie.*

*<sup>1</sup> Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une maladie chronique.*

# FORMULAIRE TYPE DE PRESCRIPTION

**#1** L'activité physique adaptée est prescrite pour une durée de trois à six mois renouvelable.

**#2**  
Le guide de la HAS (7) permet d'aider le prescripteur à préciser les capacités physiques à travailler en priorité selon la pathologie du patient.

Je prescris à Mme/M ..... une activité physique adaptée<sup>1</sup> supervisée pendant ....., à une fréquence hebdomadaire et à une intensité à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient, qui l'amènent progressivement vers celle recommandée en thérapie non médicamenteuse, en privilégiant le développement des capacités suivantes :

Cardio-vasculaires  Musculaires  Souplesse  Équilibre  Coordination

Cette pratique devra être supervisée par un intervenant qualifié ayant les compétences requises conformément à l'instruction ministérielle, pour encadrer des patients présentant la limitation fonctionnelle suivante (voir au dos si nécessaire) :

Aucune  Minimales  Modérées  Sévères

Dénomination de la pratique sportive (si demandée) : .....

**PRÉCONISATIONS PARTICULIÈRES ET COMPLÉMENTS D'INFORMATION À L'INTENTION DE L'INTERVENANT PERMETTANT D'ADAPTER ET DE SÉCURISER LA PRATIQUE** (exemples non exhaustifs : activités avec le poids du corps ou charges légères, pas de sport à risque de chute et/ou de collision, éviter efforts en ambiance froide, éviter efforts statiques intenses, contrôler l'intensité pour ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre en compte...)

**#3** Le degré de limitation fonctionnelle ne correspond pas à la sévérité de la pathologie mais aux limitations locomotrices, cérébrales, sensorielles et de douleur du patient. Chaque fonction doit être individuellement évaluée. La limitation fonctionnelle résultante de votre patient correspond théoriquement à la limitation la plus sévère qui aura été cochée (modèle en ligne sur le site mon sport santé PACA). Le niveau de limitation fonctionnelle détermine la qualification minimale requise par le professionnel qui dispensera l'activité.

(voir ci-dessous)

**#4**  
Si besoin, possibilité de consulter les Maisons Sport-Santé de la région et/ou les structures recensées sur le site web : [paca.sport.sante.fr](http://paca.sport.sante.fr)

Remis en main propres au patient, le

Signature et cachet :

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

<sup>1</sup> Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD.

**#6**  
Certaines mutuelles prennent en charge tout ou partie du programme d'APA :

Ce listing figure dans le "kit d'aide à la prescription" sur [paca.sport.santé.fr](http://paca.sport.santé.fr)

**#5**  
**Exemples non exhaustifs :**  
activités avec le poids du corps ou charges légères, pas de sport à risque de chute et/ou de collision, éviter efforts en ambiance froide, éviter efforts statiques intenses, contrôler l'intensité pour ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre en compte...

# OUTIL D'AIDE À LA DÉTERMINATION DES LIMITATIONS FONCTIONNELLES

Le degré de limitation fonctionnelle *ne correspond pas à la sévérité de la pathologie mais aux limitations locomotrices, cérébrales, sensorielles et de douleur du patient*. Chaque fonction doit être individuellement évaluée. La limitation fonctionnelle résultante de votre patient correspond théoriquement à la limitation la plus sévère qui aura été cochée (cf : modèle en ligne sur le site mon sport santé PACA)

## FONCTIONS LOCOMOTRICES (NEUROMUSCULAIRE, OSTEOARTICULAIRE, ENDURANCE À L'EFFORT MARCHÉ, FORCE) :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## FONCTIONS CÉRÉBRALES (COGNITIF, LANGAGE, ANXIÉTÉ / DÉPRESSION) :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## FONCTIONS SENSORIELLES (VISUELLE, SENSITIVE, AUDITIVE, PROPRIOCEPTIVES) ET DOULEUR :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## DÉTAIL des indicateurs de la **LIMITATION FONCTIONNELLE SÉVÈRE** :

- **FONCTIONS LOCOMOTRICES** : Altération de la motricité et du tonus et / ou altération d'amplitude sur plusieurs articulations affectant la gestuelle et l'activité au quotidien, fatigue invalidante dès le moindre mouvement, ne peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires, distance parcourue en marche en 6 mn inférieure à 150 mètres,
- **FONCTIONS CÉRÉBRALE SET COGNITIVES** : Mauvaise stratégie cognitive pour un mauvais résultat, échec, fonction langagière empêchant toute compréhension ou expression, manifestations sévères d'anxiété et/ou de dépression
- **FONCTIONS SENSORIELLES** : Vision ne permettant pas la lecture ni l'écriture, circulation seul impossible dans un environnement non familier, stimulations sensibles non perçues, non localisées, surdité profonde, déséquilibre sans rééquilibrage, chutes fréquentes lors des activités au quotidien, douleurs constantes avec ou sans activité

**SEULS LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ** (kinésithérapeutes, ergothérapeutes et psychomotriciens) **SONT HABILITÉS À SUPERVISER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE POUR** les patients présentant une limitation fonctionnelle sévère (pour les kinés, hors actes de rééducation pris en charge par l'assurance maladie, et dans la limite de leurs compétences, à savoir bilan kinésithérapique et gymnastique hygiénique, d'entretien ou préventive). Les patients **AVEC LIMITATION FONCTIONNELLE SÉVÈRE** pourront être orientés, en fonction du bilan effectué en fin de cycle par le professionnel de santé et en concertation avec le médecin traitant, vers un enseignant en activité adaptée pour poursuivre sa pratique.

Pour tout complément d'informations concernant les limitations fonctionnelles et les intervenants habilités, se référer aux annexes 2 et 3 de l'INSTRUCTION INTERMINISTÉRIELLE N° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017

**ATTENTION, CET OUTIL N'EST QU'UNE AIDE À LA DÉCISION. IL APPARTIENT AU MÉDECIN D'IDENTIFIER LA LIMITATION FONCTIONNELLE DE SON PATIENT.**



# Mon Sport Santé Paca : Cartographie des offres d'activité physique santé de la Région Sud Paca

Pour vos patients résidents en Région Sud Paca retrouvez sur Mon Sport Santé Paca les offres d'activité physique adaptée thérapeutique ainsi que les offres de sport santé bien-être.



<https://paca.sport.sante.fr>  
*Comment utiliser la cartographie ?*

# Liste des maisons sport santé de la Région Sud Paca

Ces établissements sont destinés à accompagner les personnes souhaitant débiter ou reprendre une activité physique et sportive pour leur santé et leur bien-être. L'originalité des maisons sport santé réside dans la collaboration étroite entre professionnels du sport et de la santé pour offrir un suivi personnalisé et sur mesure prenant en compte l'âge, l'état de santé et le niveau de la personne à accompagner.

## ALPES DE HAUTE-PROVENCE (04)

[Cap'Verdon](#) - 1 rue du Mazeau 04120 Castellane - 06 87 47 82 50 - capverdon04@gmail.com

[Maison Sport-Santé Provence Alpes Rattachée à la Maison de Santé Pluridisciplinaire Irène Joliot](#)

[Curie de Digne-les-Bains](#) Immeuble La Source - 3 rue du Trelus 04000 DIGNE-LES-BAINS

04 92 30 52 00 - secretariatmdsdigne@gmail.com

[Maison Intercommunale SportSanté Provence Verdon \(MISSPV\)](#)

30 avenue des Alpes 04800 GREOUX-LES-BAINS - 06 29 84 37 27 - sportsante04@gmail.com

[Maison Intercommunale SportSanté Provence Verdon \(MISSPL\)](#)

14 rue grande 04300 FORCALQUIER - sportsante04@gmail.com

[MSP La vista 04 Sud](#) 260 avenue Blaise Pascal, 04100 MANOSQUE - contact@lavista04sud.fr

## HAUTES ALPES (05)

[Pôle de Santé du Champsaur Valgaudemar](#)

Avenue du 11 novembre 05500 Saint-Bonnet-en-Champsaur - 04 13 38 73 61 - veronique.pscv@gmail.com

[Fondation Édith Seltzer Briançon](#) - 118 route de Grenoble - 05107 Briançon

04 92 25 30 30 - direction@fondationseltzer.fr

[Maison Sport-Santé Gapençaise](#) - 7 impasse de Bonne 05000 GAP - 07 68 60 26 67 - contact@etnas.me

[Athena](#) - 1A route de Gap 05300 LARAGNE-MONTEFLIN- 04 92 56 28 45

[DHALIR Hautes-Alpes](#) - 5 Rue des Silos, 05000 GAP - 04 43 07 36 46 - contact@dahlir.fr

[Maison Sport Santé Buëch Dévoluy](#)

Mairie, place de la République, 05400 VEYNES - sports@veynes.fr - 06 87 54 91 96

## ALPES MARITIMES (06)

[Ville d'Antibes Juan-les-Pins](#) - Hôtel de ville Cours Masséna 06600 Antibes - 04 92 90 53 40

[Maison Sport-Santé CAMI Sport et Cancer des Alpes Maritimes](#) - Centre Antoine Lacassagne

33 avenue de Valombrose 06100 NICE - cami.06@sportetcancer.com

[VITAE SPORT SANTE Maison du Sport-Santé de Vence](#) - SSR la maison du mineur

577 avenue Henri Giraud 06140 VENCE - 04 93 24 58 00 - contact@miss-13.com

[Maison Sport-Santé de la Ville de Nice](#) - 5 rue de l'Hôtel de Ville 06300 NICE - sportsante@ville-nice.fr

[Maison Sport Santé Moyenne Vallée](#)

Mairie, 3 place Robini, 06710 Villars-sur-Var - maisonsportsante@villarssurvar.fr - 04 93 05 32 32

[SIVOM \(Syndicat Intercommunal à Vocation Multiple du Val de Banquière\)](#)

21 boulevard du 8 mai 1945, 06730 SAINT-ANDRE DE LA ROCHE - sportsante@svdb.fr

[Maison Sport Santé Villeneuve-Loubet](#)

897 Avenue des Plans, 06270 VILLENEUVE-LOUBET - manon.giusta@gmail.com - 06 49 19 65 73

[Azur Sport Santé](#)

27 boulevard Paul Montel, 06200 NICE - contact@azursportsante.fr

## **BOUCHES DU RHÔNE (13)**

[Provence en Forme](#) - 15 place de la Joliette 13002 Marseille

06 52 21 01 61 - provenceenforme@gmail.com

[APHM](#) - 80 rue Brochier - 13004 Marseille - 04 91 38 00 00 - alain.tessier@ap-hm.fr

[MISS Éguilles](#) - Stade Municipal Gilles Joye, Chemin de Rastel, 13510 Éguilles

06 33 06 91 78 - contact@miss-13.com

[Miramas Maison Sport-Santé](#) - 11 rue Albert Camus 13140 MIRAMAS

04 90 50 03 24 - secretariat@oms-miramas.fr

[Maison Sport-Santé de La Ciotat](#) - Atelier Sport-Santé Bien-Etre (ASSBE)

Cabinet Médical Rés. des Capucines - 3 traverse des pénitents 13600 LA CIOTAT - assbe13600@gmail.com

[Maison Sport-Santé SMUC](#) - 65 avenue Clot Bey 13008 MARSEILLE - 04 91 76 30 70 - sport.sante@smuc.fr

[Centre Cardio Vasculaire Eyguieres](#) - Avenue Saint Vérédème, 13430 EYGUIERES - 0442111130

## **VAR (83)**

[CDOS 83](#) - Boulevard Général Brosset 83200 Toulon

04 94 46 01 92 - cdosvar.nicolas.castan@cdos83.fr - beatrice.bouraoui@maisonsportsante83.fr

[CCAS de Cavalaire](#) - 32 Allée Galinière - 83240 Cavalaire-sur-Mer

04 94 64 45 20 - patrice.vecchi@cavalaire.fr

[GAPS Santé \(Groupement Associatif des Professionnels de Santé\)](#) - 312 A chemin des Jaumillots

83440 FAYENCE - contact.associationgaps@gmail.com

[CD UFOLEP 83](#) - 68 avenue Victor Agostini 83000 TOULON

[Réseau Sport Santé](#) - 38 chemin des Escolles 83600 BAGNOLS-EN-FORET

06 98 41 60 85 - reseausportssante83@gmail.com

[MAATIS APAS'SPORT](#) - Hôpital Ste Musse – Service d'endocrinologie Rue Ste Claire Deville 83000 TOULON

06 86 54 69 18 - caroline.guieu.pro@gmail.com

[CAMI Sport et Cancer Var](#) - 06 09 55 03 90 - cami.83@sportetcancer.com

[Prep-APA Maison Sport Santé](#) - 06 27 58 30 78 - assoprepapa@gmail.com

## **VAUCLUSE (84)**

### **ASSER Sport Santé**

546 chemin des Ramières 84700 Sorgues - 04 32 44 30 92

### **La santé par le sport**

861 avenue Pierre de Coubertin 84200 CARPENTRAS - 06 79 46 36 97

### **Sport-Santé en Luberon**

Provence Judo, Avenue des Druides 84400 APT - 06 59 02 54 98

### **Maison Sport-Santé Korian Mont Ventoux**

Avenue Jean Henri Fabre 84200 CARPENTRAS

04 32 85 82 00 - mss.montventoux@gmail.com

### **Club Avignon Sport Loisirs**

Stade nautique - Avenue de Coubertin - BP 40015 84004 AVIGNON CEDEX 1 casl@avignon-sport.com

### **Maison de Santé Pluriprofessionnelle de Cavillon**

82 boulevard Agnely 84300 CAVAILLON

drbillemontnotin@gmail.com



## TYPE D'OFFRE :

Afin de faciliter la lecture, les offres ont été rassemblées en deux grandes catégories. Les forfaits et les offres varient selon le type de garantie souscrit, pour plus de détails, cliquer sur les liens, ou prendre contact directement avec les organismes quand leur offre n'apparaît pas directement sur leur site.

**A** : Aide au financement d'une pratique d'activité physique et/ou sportive (forfait de prise en charge ou de remboursement d'une licence sportive/ d'un abonnement annuel /de séances, ou offre directe de séances d'activité physique adaptée.)

**B** : Prise en charge d'un bilan personnalisé pour la reprise d'une activité physique adaptée



### APIVIA

**Offre** : A  
**Forfait** : 50 € par an  
**Public** : Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### AUBÉANE MUTUELLE DE FRANCE

**Offre** : A  
**Forfait** : Jusqu'à 100€ / an  
**Public** : ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### CCMO

**Offre** : A  
**Forfait** : De 15 à 50 € / séance  
(dans la limite de 10 séances / an)  
**Public** : ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### ALLIANZ

**Offre** : A+B  
**Détail** : Bilan + 5 séances + équipement  
+ orientation (partenariat avec Siel bleu)  
**Public** : Patients atteints d'une ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### CNM MUTUELLE

**Offre :** A + B

**Forfait :** Jusqu'à 70€ / an (AP ou APA) + 30€ / an (bilan) +

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### ICERM MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### PASTEUR MUTUALITÉS (AGMF PRÉVOYANCE «ACTION»)

**Offre :** A

**Forfait :** Séance d'APA forfait à l'année jusqu'à 90 €

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



LA MUTUELLE DES  
ÉTUDIANTS

### LMDE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 30€ par an pour un abonnement vélo, une licence ou un abonnement à un club sportif

**Public :** Tout public étudiant

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### HARMONIE MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Entre 60 et 240 € / an

**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### M COMME MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 150 € / an

**Public :** Tout public et patients atteints d'une ALD\*

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### IDENTITÉ MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** 35€ / an limité à deux bénéficiaires par contrat

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MAAF

**Offre :** A (5% de réduction sur la pratique parmi les disciplines proposées)

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MACIF**

**Offre :** A  
**Forfait :** 40€ / an  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MCEN**

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 200€ par an et  
par bénéficiaire  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MACSF**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 120€ / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



GRUPE **vyv**

**MNFCT**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 50 € / an + plateforme  
vivoptim  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MAIF**

**Offre :** B  
**Forfait :** Jusqu'à 59 € / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



Avec vous, c'est mutuel

**MNFCT**

**Offre :** B  
**Forfait :** Entre 60 et 240 € / an  
selon l'offre choisie  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MALAKOFF HUMANIS**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 500€ / tous les 2 ans  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



groupe Macif

**MNFCT**

**Offre :** B  
**Forfait :** 25 € / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE NATIONALE TERRITORIALE (MNT)

**Offre :** A  
**Forfait :** De 60 € à 240 € / an  
**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTEST

**Offre :** A (l'adhésion donne des réductions sur la pratique d'un sport)  
**Forfait :** Jusqu'à 250€ par an  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE MMC

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 250 €  
**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUALIA

**Offre :** B  
**Forfait :** Prise en charge test effort + visite sport  
**Public :** Particuliers

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE AIR FRANCE

**Offre :** A (5% de remise sur tous les packs et cours individuels en passant par My Santéclair)  
**Forfait :** Non communiqué  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE CENTRALE DES FINANCES

**Offre :** A  
**Forfait :** 30€ / séance jusqu'à 30 séances  
**Public :** Patients cancers

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DE FRANCE, ALPES DU SUD

**Offre :** A  
**Forfait :** 40 € / an  
**Public :** Adulte de + 18 ans en ALD

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DE LA CORSE

**Offre :** A  
**Forfait :** Ateliers sport-santé gratuits  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DES SERVICES PUBLICS

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 90 € / trimestre  
**Public :** ALD

En savoir plus

[Cliquer ici](#)





### MUTUELLE DES SPORTIFS

**Offre :** A+B

**Forfait :** 500 € sur 2 ans

**Public :** Patients atteints d'une ALD\* +  
Victimes accidentées

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE GÉNÉRALE DES AFFAIRES SOCIALES

**Offre :** A

**Forfait :** 50 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DU REMPART

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 200 € / an

**Public :** + 55 ans

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE LA CHOLETAISE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 200 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLES DU SOLEIL

**Offre :** A

**Forfait :** Environ 30 €

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE NATIONALE ENSEIGNANT CATHOLIQUE

**Offre :** A

**Forfait :** 35 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### EMOA MUTUELLE DU VAR

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 40 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### OCIANE GROUPE MATMUT

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 400 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### RADIANCE MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 500 € / 2 ans

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SOLYON MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 70 € / an

**Public :** Tout public hospitalier

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SMÉNO

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 290 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



SwissLife

### SWISS LIFE

**Offre :** A+B

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SMI MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### UNÉO MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** 150 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SOLLY AZAR

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 80 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### YVON

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 50 € / an

**Public :** Tout public étudiant

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

# GUIDES PRATIQUES

## MEDICO SPORT-SANTÉ

Le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives

Consulter le Médico Sport-Santé : <https://www.vidal.fr/infos-sport-medicosport-sante/>

## STRATEGIE NATIONALE SPORT SANTE 2019-2024

Inscrite dans le plan national de santé publique « Priorité Prévention », la Stratégie Nationale Sport Santé porte l'ambition de (re)mettre les Français en mouvement sur tous les territoires, de déployer des pratiques adaptées accessibles et encadrées, et de faire reconnaître pleinement le rôle majeur des APS pour la santé physique et mentale de chacun.

Lire la stratégie nationale : <https://www.sports.gouv.fr/strategie-nationale-sport-sante-2019-2024-85>

# SE FORMER

## PLUSIEURS SOLUTIONS POUR SE FORMER À LA PRESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

### **A** : Contacter Azur Sport Santé

Nous pourrions vous orienter vers des formations existantes sur le territoire ou vous proposer une sensibilisation en fonction du nombre d'intéressés.

### **B** : Contacter le site de l'agence nationale du DPC

En tapant les mots clés « activité physique », pour prendre connaissance des [formations éligibles au DPC](#) dans votre région.

### **C** : Suivre une formation en ligne gratuite

IRBMS - [MOOC\\* - Prescrire le sport santé sur ordonnance](#)

Formateur : Dr Patrick BACQUAERT

Objectif de ce MOOC : Savoir prescrire les Activités Physiques Adaptées (APA) à chaque patient en ALD en organisant une collaboration entre les acteurs identifiés pouvant prendre en charge votre patient, en utilisant un langage commun.

Une fois inscrit-e vous pourrez travailler chaque objectif regroupant plusieurs chapitres qui sont proposés avec un accès libre sans contrainte de temps de réalisation.



Azur Sport Santé est disponible pour vous accompagner dans votre démarche de prescription, ou quels que soient vos besoins dans le domaine du sport santé.

N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par email.

07 43 01 78 16 | [contact@azursportsante.fr](mailto:contact@azursportsante.fr)



[www.AzurSportSanté.fr](http://www.AzurSportSanté.fr)