

LA MAISON SPORT-SANTÉ

de Paris - Vallée de la Marne

INFORMATION

•
ÉVALUATION

•
ACCOMPAGNEMENT

•
ACTIVITÉ



La Maison Sport - Santé c'est quoi ?

Elle vous accueille et vous informe sur les bienfaits de l'activité physique et/ou sportive

.....

Elle évalue vos capacités physiques et vos motivations

.....

Elle vous propose des Activités Physiques Adaptées

.....

Elle vous oriente vers une activité adaptée en fonction de vos besoins et vos capacités

Pour qui ?

Personne en bonne santé mais qui n'a jamais pratiqué de sport ou qui n'en a pas fait depuis longtemps, souhaitant reprendre une activité physique

-

Personne qui a une affection de longue durée (ALD)

-

Personne qui souffre de maladies chroniques



Comment ça marche ?

1 **Je contacte** la Maison Sport-Santé pour avoir des informations et **je prends rendez-vous** pour passer **un bilan** de condition physique

.....

2 **Je consulte mon médecin** qui me fournit un certificat médical de non contre-indication à l'activité physique, ou une prescription si je suis en ALD ou atteint de maladie chronique

.....

3 **J'évalue ma condition physique** avec un enseignant APA, qui réalise un bilan de forme et me **fixe des objectifs**

.....

4 **Je démarre mon parcours** d'activité physique adaptée pour 3 mois, encadrée par les enseignants APA ou **je suis orienté** vers une structure proche de mon domicile

Tarifs

Bilans d'évaluation sport - santé forme avec un enseignant APA

	Habitants Agglomération		Habitants hors Agglomération	
	Tarifs	Tarifs complémentaire santé solidaire	Tarifs	Tarifs complémentaire santé solidaire
Avec ordonnance	20 €	5 €	35 €	10 €
Sans ordonnance	35 €	10 €	45 €	10 €

Programme passerelle d'activité physique adaptée de 3 mois

	Habitants Agglomération		Habitants hors Agglomération	
	Tarifs	Tarifs complémentaire santé solidaire	Tarifs	Tarifs complémentaire santé solidaire
Avec ordonnance	70 €	35 €	90 €	45 €
Sans ordonnance	90 €	45 €	110 €	45 €

Horaires

Lundi 13h30 à 17h

Mardi 9h30 à 12h30 / 13h30 à 17h

Mercredi 9h30 à 12h30 / 13h30 à 18h45

Jeudi 9h30 à 17h

Vendredi 9h30 à 14h

Contactez-nous

À PONTAULT-COMBAULT

Maison Sport - Santé
de Paris - Vallée de la Marne

Adresse : RD 21, La Mare au Coq,
(Au Nautil, à côté de l'entrée espace Forme)

Téléphone : 01 60 37 23 97

Email : mss@agglo-pvm.fr

Les permanences

Uniquement sur RDV

À CHELLES

Vendredi de 10h à 12h

LCR de la résidence Seqens
(Association Viacti)

Henri Trinquand

44 bis, bd Pierre Mendès-France

À TORCY

Mercredi de 10h à 12h

Gymnase Guy Chavanne
rue de la Paix

