Maison Sport Santé de la Ville de Brest

PERMANENCES À LAMBÉZELLEC - RECOUVRANCE - BREST CENTRE - POLYCLINIQUE DE KERAUDREN - CLINIQUE PASTEUR



Contacter la Maison Sport Santé :

07 80 61 68 42

maisonsportsantebrest@ufolep.org

ou sur **https://maisonsportsantebrest.org**

Permanences du lundi au vendredi sur les différents lieux d'accueil

MAISON SPORT SANTÉ VILLE DE BREST



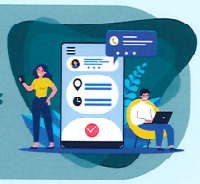
La Maison Sport Santé accompagne, oriente et conseille toutes les personnes souhaitant reprendre ou démarrer une activité physique, à des fins de santé ou de bien-être, quel que soit leur âge ou leurs capacités physiques.

Comment bénéficier de l'accompagnement de la Maison Sport Santé ?

1 PRENDRE RENDEZ-VOUS

Pour son bilan médico-sportif au
07 80 61 68 42 ou sur **https://maisonsportsantebrest.org**

Avec un **médecin** pour obtenir sa prescription d'activité physique adaptée (non-obligatoire)





2 BILAN MÉDICO-SPORTIF INDIVIDUALISÉ

Bilan de 1h
avec un membre de l'équipe, enseignant en activité physique adaptée

3 ORIENTATION

Vers les partenaires, professionnels qualifiés,
Clubs labellisés sport-santé,
Clubs sportifs, Pratique autonome
selon le profil, suite au bilan médico-sportif





4 SUIVI

D'un an, par des **rendez-vous réguliers** destinés à mesurer les bienfaits obtenus ou vos difficultés.

La Maison Sport Santé, c'est pour qui ?



La Maison Sport Santé de Brest s'adresse à toute personne :

- **En bonne santé qui n'a jamais pratiqué d'activité physique, ou n'en a pas fait depuis longtemps, et qui souhaite s'y remettre en étant accompagnée,**
- **Souffrant d'affection de longue durée (ALD) ou de maladie chronique et pour lesquelles il a été recommandé et prescrit par un médecin de pratiquer une activité physique adaptée et accompagnée,**

Structures & clubs : Devenez partenaires !



La Maison Sport Santé s'adresse à toute association sportive, structure ou club proposant ou souhaitant proposer du sport-loisir, bien-être et/ou du sport-santé :

- **En formant vos encadrants professionnels et bénévoles au sport-santé et à l'accueil de personnes en situation de maladie chronique et/ou de sédentarité,**
- **En vous accompagnant vers votre labellisation et votre référencement sur «Bretagne Sport-Santé» permettant aux pratiquants et praticiens de vous identifier,**
- **En vous orientant des publics suite aux bilans médico sportif réalisés parle Maison Sport Santé.**

