

Formulaire de contact à renvoyer par courrier ou par mail à :

- ▶ Fondation Edith Seltzer
Programme Sport Santé
Vincent KIEFFER
118 Route de Grenoble
05107 BRIANCON CEDEX
- ▶ sportsante@fondationseltzer.fr



Vincent KIEFFER



Sylvie STAGNARO



Jérôme MONTAIGU

L'équipe de Sport Santé

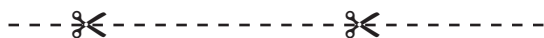
Vincent KIEFFER, éducateur d'Activité Physique Adaptée

Jérôme MONTAIGU, éducateur sportif

Sylvie STAGNARO, diététicienne et coordonnatrice en Éducation Thérapeutique du Patient

Conditions d'admission :

- être atteint d'une maladie chronique ou avoir plus de 55 ans
- un certificat médical vous sera demandé



Formulaire de contact

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

.....

Tél :

Mail :

Désire participer au programme suivant :

- Sport Santé Sénior
- Sport Santé Maladies Chroniques

Novembre 2018

Coordonnateur

Vincent KIEFFER

04 92 25 58 31

sportsante@fondationseltzer.fr

www.fondationseltzer.fr

Rejoignez-nous sur  



Programme gratuit, autorisé et financé par l'Agence Régionale de Santé PACA



Centre Médical Chant'Ours

Programme SPORT SANTÉ

Sénior

Maladies Chroniques

Le sport pour se soigner et se maintenir en bonne santé.



Sport

Santé

Des programmes spécifiques et ciblés...

Pour qui ?

- ▶ Pour les personnes atteintes de maladies chroniques : diabète, insuffisance cardiaque, cancers, hypertension artérielle, troubles psychiatriques, addictions...

Et / ou

- ▶ Pour les personnes de plus de 55 ans

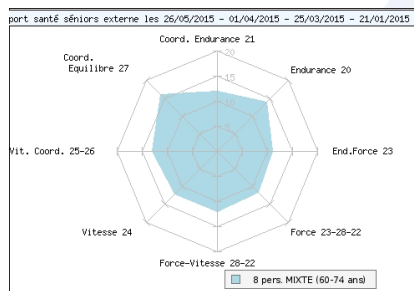
Pour quoi ?

- ▶ Développer et maintenir une activité physique adaptée à mon état de santé
- ▶ Reprendre une activité physique dans un cadre sécurisant (avec un éducateur d'activité physique adaptée)
- ▶ Adapter mes habitudes alimentaires et mon mode de vie à mes besoins
- ▶ Devenir acteur de la prise en charge de ma maladie
- ▶ Partager des moments conviviaux

SPORT
SANTÉ **Séniors**

Déroulement du programme

- ▶ 1 diagnostic initial de condition physique réalisé à l'aide du logiciel Diagnoform® (5 qualités mesurées : force, endurance, vitesse, coordination, souplesse)



Exemple de Diagnoform® d'un groupe de personnes après un programme.

- ▶ 3 ateliers nutrition avec une diététicienne
- ▶ 4 séances collectives d'activité physique adaptée encadrée par un éducateur APA
- ▶ 2 séances " passerelles " dans une association sportive du Briançonnais (accompagnement par l'éducateur sportif)
- ▶ 1 diagnostic final de condition physique pour mesurer les progrès réalisés
- ▶ Soutien ou réorientation de l'activité si besoin

SPORT
SANTÉ **Maladies Chroniques**

Déroulement du programme

- ▶ 1 diagnostic initial de condition physique réalisé à l'aide d'un logiciel Diagnoform® (5 qualités mesurées : force, endurance, vitesse, coordination, souplesse)
- ▶ 1 diagnostic éducatif thérapeutique
- ▶ 12 séances collectives d'activité physique adaptée encadrée par un éducateur APA
- ▶ 2 séances " passerelles " dans une association sportive du Briançonnais (accompagnement par l'éducateur sportif)
- ▶ 1 diagnostic final de condition physique pour mesurer les progrès réalisés
- ▶ Soutien ou réorientation de l'activité si besoin