

Programme	Type de Séance	Public	Durée	Lieu	Jours et horaires des séances
Déclic Gymnastique douce	Ouverte à tous	Sédentaire et pathologie chronique à faible limitation	Une année sportive soit 36 semaines	*CSC	Mardi : 11h30-12h30 Jeudi : 16h30-17h30
Déclic Tennis Santé	Ouverte à tous	Sédentaire et pathologie chronique à faible limitation	Une année sportive soit 36 semaines	Tennis Club « Les Blés d'or »	Lundi : 11h00-12h00

*Centre socio-culturel

CONTACTS

Camille Morin

Coordonnatrice territoriale PEPS Landes

06.31.62.27.99

Coordo40@peps-na.fr

ou

Mairie de Grenade-sur-l'Adour

05.58.45.91.14

mairie@grenadesuradour.fr

Retrouvez plus d'informations sur le site :

www.peps-na.fr



Sport Santé



GRENADE-SUR-L'ADOUR



Le dispositif PEPS



Prescription d'Exercice Physique pour la Santé



Grenade et le sport santé

La municipalité de Grenade-sur-l'Adour propose le dispositif de sport sur ordonnance PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé) qui permettra la prise en charge de personnes sédentaires ou atteintes de pathologies diverses.

Les clés PEPS

Prescription Médicale

Evaluation de la condition physique

Programme Délic

Destiné à des personnes sans limitations fonctionnelles

Atelier Gymnastique douce :

2 séances par semaine

Atelier Tennis :

1 séance par semaine

Sports loisirs au sein
des associations sportives grenadoises

Tarif : 35 € par atelier pour 36 semaines

Parlez-en à votre médecin, votre pharmacien, votre infirmier
ou votre kinésithérapeute.

L'objectif :

Remettre une personne en activité et l'accompagner durant une année.

L'orienter vers une pratique autonome ou en structure de loisirs classique.

Quelques questions que vous pouvez vous poser :

Une prescription pour qui ? Personne sédentaire ou à pathologie chronique.

Quelles activités ? Toutes, du moment qu'il s'agit d'une pratique de loisirs, adaptée et encadrée par un intervenant qualifié et référencé dans le dispositif PEPS.

Quelles exigences ? Des tests physiques communs en début, milieu et fin de pratique, un suivi et des retours au médecin et /ou coordonnateur du département.

Quelle prise en charge financière? Le dispositif permet de pratiquer dans un cadre partagé, sécurisé et validé, il ne propose pas d'aide financière à la pratique. En revanche, certaines complémentaires santé prennent en charge une partie des dépenses liées à l'activité physique sous prescription.

Renseignez-vous auprès de votre complémentaire santé.

La Mairie de Grenade-sur-l'Adour va relancer dès le 7 septembre 2021, une action de Sport Santé, le sport sur ordonnance PEPS : Prescription d'Exercice Physique pour la Santé.

Ce dispositif permet aux personnes sédentaires ou atteintes de pathologies diverses une reprise d'activité et un accompagnement personnalisé.

Le projet s'adresse à toutes les personnes habitant la Communauté des Communes du Pays Grenadois ou issues de la patientèle des médecins grenadois.

Il s'agit d'une pratique physique adaptée et encadrée par un intervenant qualifié et référencé dans le dispositif régional DECLIC.

Deux activités seront proposées cette année : la gymnastique douce et le tennis, toutes deux destinées aux personnes sans limitation fonctionnelle.

Les cours seront dispensés au Centre Socio-Culturel de Grenade-sur-l'Adour pour la gymnastique douce et au Tennis-Club « Les Blés d'Or » pour le tennis santé.

Le dispositif PEPS ne peut être intégré que durant une seule année.