

La santé par le sport

L'activité physique a montré son impact sur la santé. La ville de Gentilly s'engage donc dans ce sens.



La sédentarité est un des phénomènes de société des plus préoccupants pour la santé actuelle et future de nos concitoyens. Elle a des effets négatifs sur le système cardio-vasculaire, les os, les muscles, entretient l'obésité... Le plan national nutrition santé comme l'OMS en ont fait une priorité.

Afin de répondre aux problématiques de santé des patients atteints de maladies chroniques, le pôle prévention et promotion de la santé met en œuvre le programme de Réadaptation à l'Activité Physique (RAP) qui s'inscrit dans le réseau régional prescrit'Forme :

RAP

La Reprise et la pérennisation de l'activité physique face à la pathologie, l'enjeu majeur du programme.

Présentation

Le programme de réadaptation à l'activité physique (RAP) permet aux Gentilléens entrant dans le cadre des ALD ou Obésité ou HTA ou affections ostéo-articulaires chroniques ou Covid long, de bénéficier durant 6 mois d'une réadaptation à l'activité physique encadrée, à raison de 2 séances par semaine mais également d'un suivi diététique. Les objectifs fondamentaux du programme résident dans la reconstruction de la capacité physique des patients, de la reprise de confiance des patients dans leur capacité physique ainsi que dans l'accompagnement vers la pérennisation de leur pratique dans un contexte sécurisé.

Une prescription médicale est nécessaire pour s'inscrire dans le programme afin de justifier d'une ou plusieurs de ces conditions médicales, mais également d'aucune contre-indication à l'activité physique. Il est également nécessaire de faire remplir une attestation d'aptitude auprès d'un cardiologue. Des dossiers d'inscription sont disponibles au service prévention du CMS. Une fois complet, ils seront validés par le responsable du pôle et par le médecin coordinateur du programme, également médecin du sport.

Êtes-vous éligible au programme de réadaptation à l'activité physique ?

J'ai une affection de longue durée et je réside à Gentilly

Je suis éligible à condition d'avoir une ordonnance et un bilan cardiologue



Je suis en situation d'obésité et je réside à Gentilly

Je suis éligible à condition d'avoir une ordonnance et un bilan cardiologue



Je souffre affection ostéo-articulaire chronique et je réside à Gentilly

Je suis éligible à condition d'avoir une ordonnance et un bilan cardiologue



J'ai de l'hypertension artérielle et je réside à Gentilly

Je suis éligible à condition d'avoir une ordonnance et un bilan cardiologue



J'ai un COVID long et je réside à Gentilly

Je suis éligible à condition d'avoir une ordonnance et un bilan cardiologue



J'ai une ALD/je suis en situation d'obésité/j'ai une affection ostéo-articulaire chronique/j'ai de l'hypertension artérielle/j'ai un COVID long **mais je ne réside pas à Gentilly**

Je ne suis pas éligible au programme mais je peux me tourner vers le service prévention pour obtenir des solutions



Je ne me reconnais dans aucune des 5 conditions citées ci-dessus, mais j'ai une maladie autre

Je ne suis pas éligible au programme mais je peux me tourner vers le service prévention pour obtenir des solutions



Je n'ai aucune pathologie, j'aimerais juste reprendre l'AP

Je ne suis pas éligible au programme mais je peux me tourner vers le service prévention pour obtenir des solutions



Des bilans sont réalisés par deux kinésithérapeutes et un diététicien afin de constater l'évolution. Les patients pourront ainsi convenir d'un programme et bénéficier d'un accompagnement personnalisé par un enseignant en activité physique adapté et un éducateur sportif/diététicien, visant à leur redonner confiance en leur capacité physique.

Le but étant qu'à sa sortie, le patient soit orienté vers une structure associative afin qu'il poursuive la pratique d'une activité physique en toute sécurité. Le programme RAP est donc un programme passerelle de transition, permettant aux individus éligibles de reprendre goût à l'activité physique.

Projet régional Prescri'Forme

La prescription d'activité physique sur ordonnance

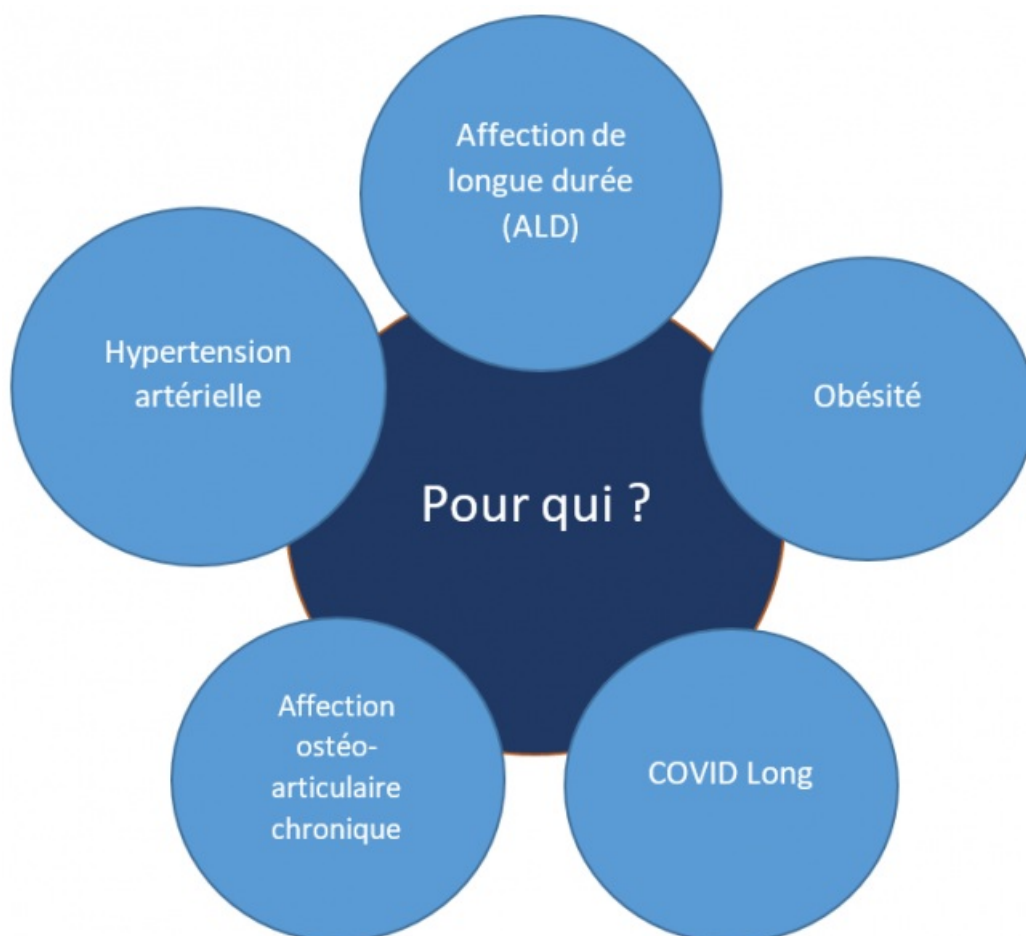
Présentation

La ville de Gentilly participe activement au réseau régional [Prescri'Forme](#) dont elle fait partie en tant

que centre référence ressources. Le programme RAP est certifié programme passerelle par l'Agence Régionale de Santé dans le cadre de ce réseau.

Le réseau [Prescri'Forme](#) permet la prescription d'activité physique adaptée par les médecins de toutes spécialités, libéraux ou hospitaliers, et ainsi promeut l'activité physique en tant que moteur de la santé. Le médecin vous remet si vous êtes éligible, une ordonnance pour une durée de six moi à 1 an, un certificat d'absence de contre-indication et le carnet de suivi [Prescri'Forme](#).

Pour qui ?



Rôle de la direction santé dans le dispositif Prescri'Forme

« En tant que Centre référence-ressource Prescri'Forme, le service va permettre aux habitants de venir faire un bilan de santé et des capacités physiques en vue d'obtenir, si les critères sont réunis, une prescription sur ordonnance d'activité physique adaptée. De plus, des partenariats ont été établis avec des associations sportives ou d'activité physique permettant de rediriger les patients vers celles-ci. D'autre part, le programme RAP, programme passerelle du réseau régional sur ordonnance a été mis en place pour les patients de Gentilly.

Ce n'est pas tout, dans le cadre du dispositif Prescri'Forme, la Ville est en lien avec le Comité Départemental Olympique et Sportif qui forment les éducateurs sportifs des structures volontaires à l'activité physique adaptée. »

Télécharger le guide du patient :

Fichier

[Guide du patient Prescri'Forme \(.pdf - 401.29 Ko\)](#)

Consulter [le site du réseau Prescri'Forme](#)

Le pôle Prévention et Promotion de la Santé organise ces actions avec le soutien de :



rgba(255,255,255,1)