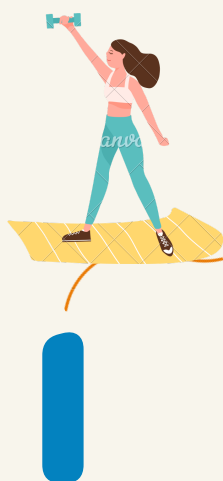


# BIENVENUE À LA MAISON SPORT SANTÉ DE VERDAICH !

**Vous avez :** ✓ Une maladie chronique ✓ + de 60 ans  
✓ Besoin de reprendre une activité physique ✓ Une ALD

**Nous vous proposons une solution sécurisée pour reprendre une activité physique adaptée (APA).**



## 1 PRISE DE RDU

Par mail : [mss.verdaich@gmail.com](mailto:mss.verdaich@gmail.com)  
Téléphone : 05.61.50.90.72  
Sur *Doctolib*

## 2 BILANS

Tests physiques  
Evaluation motivationnelle



## 3 ORIENTATION ET PROGRAMME PERSONNALISÉ

Programme passerelle ou tremplin.  
Pratique en autonomie à domicile avec un  
programme personnalisé et du matériel.  
Orientation vers une structure sportive.



## 4

## SUIVI ET BILANS

Bilan pour évaluer la progression.  
Axes d'amélioration, objectifs à pérenniser.  
Projets d'activité physiques adaptées.

