

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)



BILAN MÉDICO-SPORTIF INDIVIDUALISÉ

2



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



SUIVI

4



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,

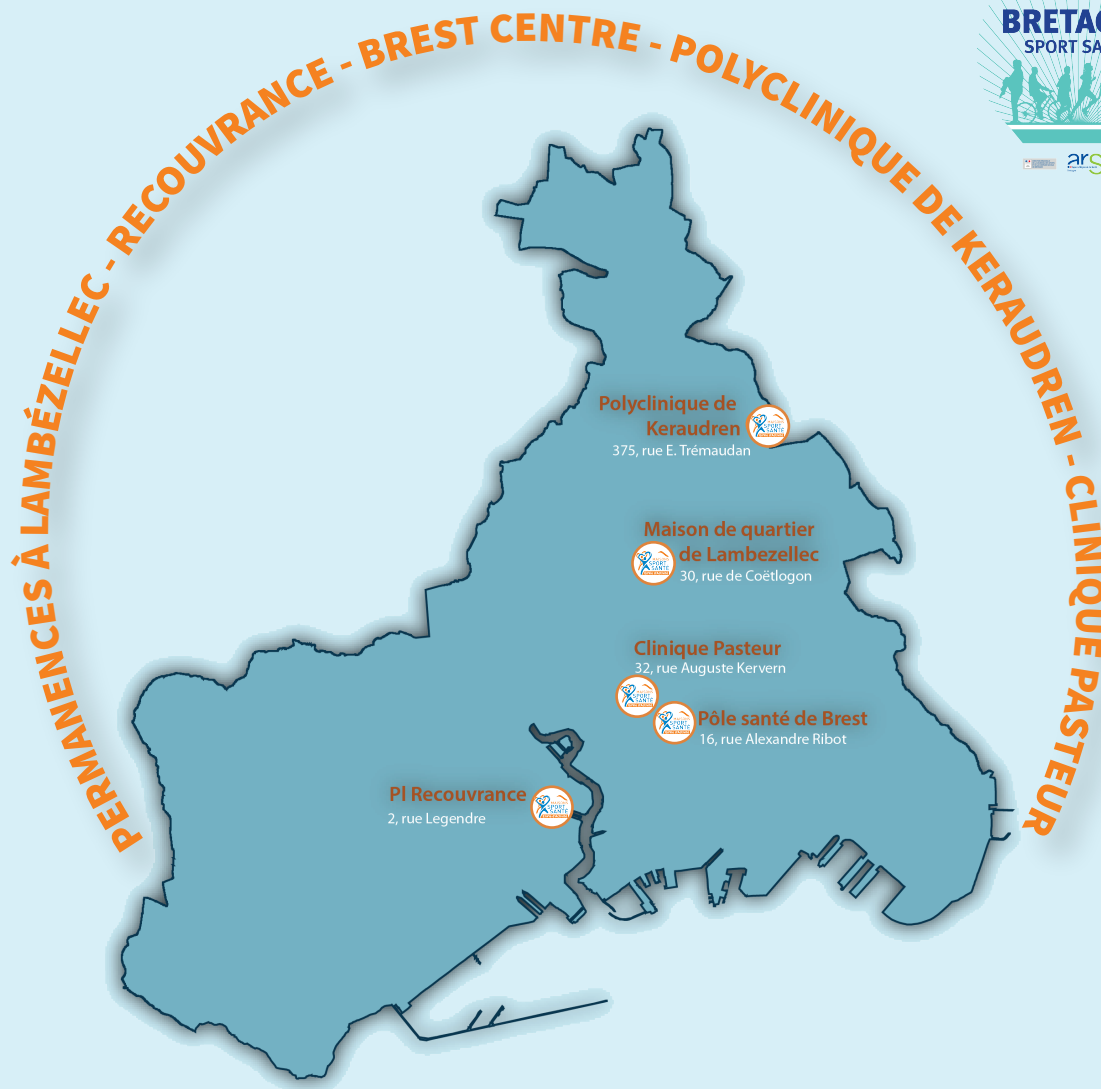
Structures & clubs : Devenez partenaires !

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 par la Maison Sport Santé.



Maison Sport Santé de la Ville de Brest



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

