

TOUSSIEU (69)

MAISON SPORT SANTÉ

Reconnu par les
ministères des sports et
de la santé



07 65 80 92 34

toussieu.mss@divinementbien.fr



MAISON SPORT SANTÉ (MSS)

QU'EST-CE QU'UNE MAISON SPORT SANTÉ (MSS) ?

Une Maison Sport Santé est un lieu dédié à l'activité physique pour la santé.

Elle accompagne toutes les personnes ayant des pathologies / des maladies chroniques / en ALD ou en reprise d'activité, pour une mise en mouvement progressive et adaptée à leurs besoins.

»»» NOS ACTIONS

La Maison Sport Santé de Toussieu agit au quotidien pour favoriser la santé par le mouvement, avec des actions concrètes et accessibles à tous :

- Bilans d'évaluation individuels
Pour faire le point sur votre condition physique et orienter votre parcours.
- Accompagnement personnalisé à l'activité physique adaptée (APA), encadrées par des Enseignants APA diplômés (BAC+3 ou +5).
- Sensibilisation et prévention santé
Ateliers, conférences et temps d'échange autour de la santé, de l'activité physique et du bien-être.
- Lien avec les professionnels de santé
Travail en réseau pour garantir un suivi cohérent et adapté, notamment en cas de pathologies chroniques.
- Orientation vers les structures sportives locales
Pour vous permettre de poursuivre une activité régulière, encadrée et adaptée, dans votre environnement.

PRESCRIPTION MÉDICALE

»»» POURQUOI ?

La prescription médicale nous permet de respecter les recommandations de votre médecin afin d'offrir une prise en charge individualisée et parfaitement adaptée à vos besoins. Elle garantit un accompagnement sécurisé et efficace, aligné avec vos objectifs de santé.

»»» COMMENT ?

La prescription médicale d'activité physique est établie par votre médecin (traitant ou spécialiste) pour adapter l'effort à vos besoins, pathologies ou capacités physiques. Nous vous la remettons le jour du RDV Bilan. Vous pouvez également la télécharger sur le site internet. www.divinementbien.fr/mss-toussieu

REMBOURSEMENT MUTUELLE

»»» PRISE EN CHARGE

Actuellement, près de 7 mutuelles sur 10 proposent un forfait de prise en charge pour l'activité physique adaptée.

N'hésitez pas à les solliciter pour connaître le montant et les modalités de leur participation !

»»» MONTANT

Le montant du forfait dépend de votre mutuelle et des termes de votre contrat.

Il peut varier entre 40 et 500 euros par an pour soutenir votre pratique d'activité physique adaptée

Pour obtenir le remboursement, il suffit d'envoyer à votre mutuelle une copie de votre prescription médicale ainsi que la facture de votre abonnement.

INFORMATIONS POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

OBJECTIFS DE LA MSS

Favoriser la pratique d'une activité physique adaptée pour prévenir ou accompagner certaines pathologies. Offrir un relais entre le médical et le secteur sportif. Aider les patients à reprendre confiance dans le mouvement.

À QUI S'ADRESSE LA MSS ?

Patients atteints de pathologies chroniques (diabète, obésité, maladies cardiovasculaires, cancers, etc.)
Personnes sédentaires ou à risque de perte d'autonomie.
Publics en ALD, en post-rééducation ou en situation de handicap.

QUI PREND EN CHARGE LES PATIENTS ?

Des enseignants en Activité Physique Adaptée (APA) diplômés ou éducateurs spécialisés, formés.

COMMENT ORIENTER UN PATIENT ?

Par prescription médicale d'APA (selon décret sport sur ordonnance).

PARCOURS PROPOSÉ AU PATIENT

- Entretien + Bilan initial
- Orientation vers le programme ou l'activité adaptée
- Suivi et réévaluation régulière
- Relais vers une structure locale si nécessaire
- Travail en réseau
- Compte-rendus possibles sur demande
- Coordination avec le médecin traitant ou spécialiste
- Ateliers de sensibilisation et de prévention

LE BILAN SPORT SANTÉ



OBJECTIF DU BILAN : 07 65 80 92 34

Évaluer vos capacités physiques et physiologiques afin de :

- Suivre votre évolution dans le temps
- Vous orienter vers l'accompagnement ou la structure la plus adaptée à vos besoins

DÉROULEMENT :

Ce rendez-vous est encadré par nos enseignants en Activité Physique Adaptée (APA).
Ils vous guident tout au long de l'évaluation pour un accompagnement avec bienveillance.

LE BILAN SPORT SANTÉ

Durée : Environ 55 minutes

Lieu : Divinement Bien - Toussieu

Tarif : Nous contacter pour plus d'informations

Un premier pas pour mieux connaître votre corps et reprendre confiance en vos capacités.

Contactez-nous pour prendre rendez-vous !

POURQUOI NOUS CONTACTER ?

- Pour prendre rendez-vous pour un bilan sport santé personnalisé
- Pour obtenir des informations sur nos programmes et activités adaptées
- Pour savoir si vous êtes éligible à une prise en charge sur prescription médicale
- Pour être orienté vers la structure ou le professionnel le plus adapté à votre situation
- Pour bénéficier d'un accompagnement bienveillant et sur-mesure vers une reprise d'activité

 **VOTRE MSS** 

:Divinement Bien.

TOUSSIEU

Ouvert du lundi au vendredi 9h - 20h
samedi matin: 9h - 12h

DIVINEMENT BIEN - TOUSSIEU
51 ROUTE DE LA GARENNE
69780 TOUSSIEU

07 65 80 92 34

toussieu.mss@divinementbien.fr

NOS PRESTATIONS

Depuis 2022, notre centre vous accompagne dans votre pratique sportive adaptée à vos besoins et vos objectifs. Nous proposons un encadrement personnalisé et bienveillant.

Nous mettons à votre disposition plusieurs espaces dédiés à l'activité physique adaptée :

- Espace de renforcement musculaire sur appareils.
- Parcours moteur pour l'équilibre, la coordination et la mobilité.
- Espace de gym douce pour bouger en douceur, en toute sécurité.

DES OPTIONS EXCLUSIVES POUR COMPLÉTER LA PRISE EN CHARGE

- Cabine individuelle d'aquabiking : travail cardio-vasculaire en décharge articulaire - idéal reprise de l'activité physique.
- Vacufit : Marche en caisson sous vide ou infrarouge pour booster la circulation et la dépense énergétique - idéal pour se tonifier.