



VOUS ÊTES PROFESSIONNEL  
DE SANTÉ ?

VOUS SOUHAITEZ PRESCRIRE  
DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE  
ADAPTÉE À VOS PATIENTS ?

---

# MARCHE ADAPTÉE

Un programme de sept séances  
d'activité physique adaptée

**gratuites**

---

Plus d'informations par mail :  
**[contact@cpts-pantin.fr](mailto:contact@cpts-pantin.fr)**

et sur notre site :  
**[www.cpts-pantin.fr](http://www.cpts-pantin.fr)**



Communauté  
professionnelle  
territoriale de santé  
**Pantin**

## Le programme Marche adaptée : qu'est-ce que c'est ?

L'objectif du programme est d'accompagner les participants pour augmenter leur nombre de pas au quotidien afin qu'ils profitent pleinement des bienfaits de la marche à pied et améliorer ainsi leur qualité de vie.

Chacune des séances est animée par un professionnel qualifié. Elles sont l'occasion d'aborder en groupe et dans une ambiance conviviale, les différentes manières de rester en bonne santé et de participer à des challenges collectifs et connectés.

Elles sont également l'occasion de découvrir la commune et ses alentours de manière ludique.

## Comment se déroule le programme ?

Les séances se tiennent chaque lundi de 10h30 à 11h30, pendant 7 semaines (du 5 juin au 17 juillet). La présence des participants à chacune des séances permettra de favoriser l'atteinte des objectifs du programme.

## Comment s'inscrire ?

1- Lors de la consultation médicale, établissez et remettez au patient la fiche de prescription et le certificat de non-contre indication à la pratique de l'APA.

*Les documents sont accessibles sur le site de la CPTS (Rubrique Nos actions / Sport Santé) ou sur demande : [contact@cpts-pantin.fr](mailto:contact@cpts-pantin.fr) ou 07 81 55 55 48*

2 - Vous pouvez ensuite directement inscrire le patient via le formulaire accessible sur le site de la CPTS ou via le QR code ci-après.

3 - Le coordinateur de la CPTS vous confirmera l'inscription et vous apportera l'ensemble des informations concernant le suivi du programme.

*Une action organisée par la CPTS de Pantin en partenariat avec la Prévention Retraite Île-de-France.*



**Inscription**