

# Kit d'aide à la *prescription* **d'ACTIVITE PHYSIQUE**

Edition Mars - 2024

## **PUBLIC CIBLE :**

Professionnels médicaux et paramédicaux

## **OBJECTIF DU KIT :**

Soutenir et favoriser la prescription de l'activité physique pour les patients porteurs de maladies chroniques

La loi de modernisation de notre système de santé a introduit en 2016 la possibilité, pour le médecin traitant, de prescrire une activité physique aux personnes atteintes de maladies chroniques. Depuis 2022 elle élargit cette possibilité de prescrire aux médecins spécialistes et d'en faire bénéficier aux personnes atteintes maladies chroniques et présentant des facteurs de risque (hypertension et obésité).<sup>(1-4)</sup>

Aujourd'hui, l'efficacité de cette thérapeutique non médicamenteuse fait l'objet d'un large consensus scientifique avec un haut niveau de preuve <sup>(4-6)</sup>.

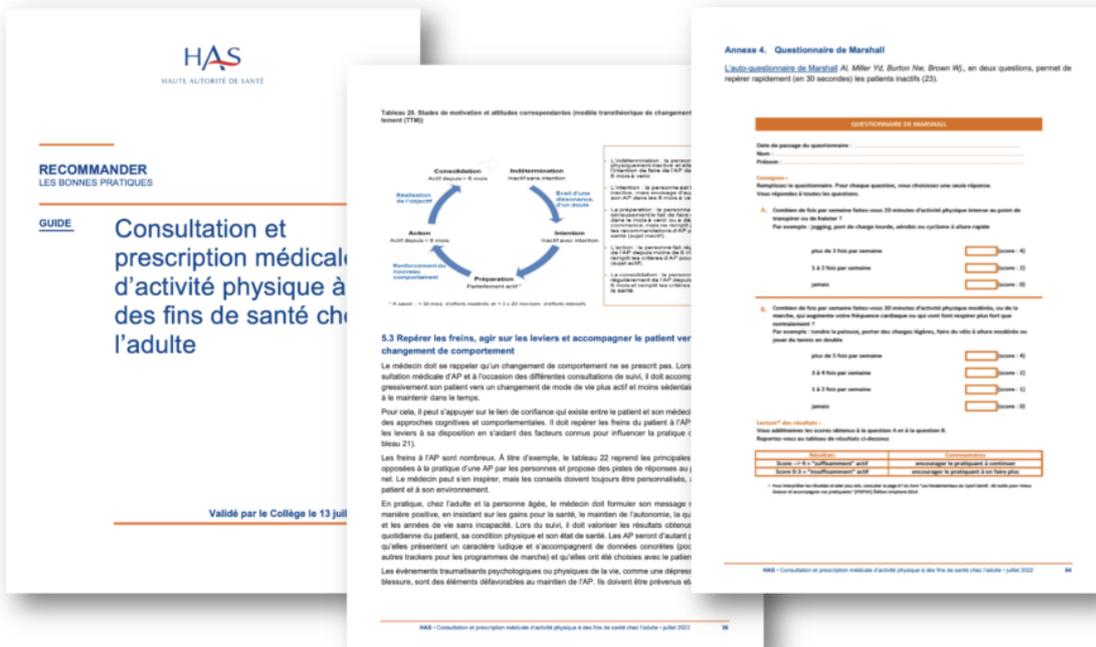
**Afin d'accompagner les professionnels de santé de la région Paca pour la prescription d'activité physique, l'association Azur Sport Santé, Centre Ressources régional de l'ARS Paca, propose, dans le cadre de ses missions, de mettre à disposition de ces professionnels un kit de prescription dans lequel figurent quelques outils pratiques, dont la cartographie ARS Paca des offres sport santé recensées en région.**

Azur Sport Santé reste à votre disposition quels que soient vos besoins. N'hésitez pas à nous contacter via notre site internet [azursportsante](http://azursportsante) ou par téléphone : 09 78 81 10 91

1. **Legifrance.** Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée (ALD)
2. **Legifrance.** INSTRUCTION INTERMINISTERIELLE N° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017 relative à la mise en œuvre des articles L.1172-1 et D.1172-1 à D.1172-5 du code de la santé publique et portant guide sur les conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD
3. **Legifrance.** LOI n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France
4. **Legifrance.** Arrêté du 28 décembre 2023 fixant le modèle de formulaire de prescription d'une activité physique adaptée
5. **ANSES.** Actualisation des repères du PNNS - Révisions des repères relatifs à l'activité physique et à la sédentarité. 2016.
6. **INSERM.** Activité physique : Prévention et traitement des maladies chroniques. 2019.
7. **Haute Autorité de Santé.** Consultation et prescription médicale d'activité physique à des fins de santé chez l'adulte. 13 Juillet 2022.

# Sommaire

<a href="#"><u>Guide de la HAS : Consultation et prescription médicale d'activité physique à des fins de santé</u></a>	<b>p.4</b>
<a href="#"><u>Fiche pratique et formulaire de prescription d'activité physique adaptée et de renouvellement de prescription</u></a>	<b>p.5</b>
<a href="#"><u>Mon Sport Santé Paca : Cartographie des offres d'activité physique santé de la région Sud Paca</u></a>	<b>p.10</b>
<a href="#"><u>Listing des Maisons Sport-Santé de la Région Sud Paca</u></a>	<b>p.11</b>
<a href="#"><u>Organismes de prévoyance, d'assurance et mutuelles proposant des offres de soutien à la pratique d'activité physique et sportive</u></a>	<b>p.14</b>
<a href="#"><u>Guide pratique Médicosport et Formations APA</u></a>	<b>p.20</b>



Consulter le guide.



# PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



## Pourquoi prescrire ?

Aujourd'hui, l'efficacité de l'activité physique adaptée comme thérapeutique non médicamenteuse fait l'objet d'un large consensus scientifique avec un haut niveau de preuve (1-3).

La loi de modernisation de notre système de santé a introduit en 2016 la possibilité, pour le médecin traitant, de prescrire une activité physique aux personnes atteintes de maladies chroniques (4-5).

Depuis 2022 elle élargit cette possibilité de prescrire à tout médecin intervenant dans la prise en charge du patient (6).

Depuis le décret du 28 décembre 2023 (9), les masseurs kinésithérapeutes peuvent renouveler une fois la prescription.

Une activité physique adaptée a pour but de permettre à une personne d'adopter un mode de vie physiquement actif.

Pratiquée de façon régulière, elle réduit les facteurs de risques et les limitations fonctionnelles.



## Pour qui ?

L'activité physique adaptée s'adresse aux patients n'ayant pas un niveau d'activité physique (à minima) égale ou supérieur aux recommandations de l'OMS\* et ne pouvant augmenter ce niveau de façon autonome, adaptée et sécurisée (6).

Elle concerne donc les situations suivantes (7) :

- maladies chroniques ayant un retentissement sur la vie quotidienne
- facteurs de risque tels qu'une condition, une pathologie ou un comportement augmentant la probabilité de développer ou d'aggraver une maladie ou bien de souffrir d'un traumatisme, (surpoids, obésité, hypertension artérielle, dénutrition, sédentarité, dyslipidémies, conduites addictives)
- situations de perte d'autonomie dues au handicap ou au vieillissement

## Comment ?

Le médecin établit la prescription médicale initiale d'activité physique adaptée, en indiquant notamment le type d'activité, sa durée, sa fréquence et son intensité sur un formulaire spécifique dont le modèle a été défini par arrêté ministériel. Pour se faire, il s'appuie sur la consultation médicale, qui comprend notamment un bilan d'évaluation de sa condition physique et de ses capacités fonctionnelles ainsi qu'un bilan motivationnel, que le médecin peut déléguer à une personne qualifiée.

De même les masseurs kinésithérapeutes s'appuient sur le formulaire ministériel pour le renouvellement de la prescription.

Date : ...../...../..... Nom et prénom du patient : .....

Je prescris une activité physique adaptée, pour une durée de : .....

(La durée de prescription est de 3 à 6 mois renouvelable <sup>[1]</sup>), à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient.

Préconisations d'activité, selon les référentiels d'aide à la prescription d'activité physique lorsqu'ils existent <sup>[2]</sup> : .....

(type d'activité à libeller sous la forme et en fonction de l'état de santé du patient d'exercices d'endurance, de renforcement musculaire, travail de l'équilibre, de la souplesse, la coordination à réaliser, fréquence, intensité)

Restrictions et/ou limitations fonctionnelles à prendre en compte : .....

Cette prescription ouvre droit au patient à la réalisation d'un bilan d'évaluation de sa condition physique et de ses capacités fonctionnelles ainsi qu'à un bilan motivationnel par une personne qualifiée (masseur-kinésithérapeute, ergothérapeute, psychomotricien, intervenant en activité physique adaptée formé à la réalisation de ces évaluations), à l'entrée puis à la fin du programme d'activité physique adaptée, en référence à l'article D. 1172-2 du code de la santé publique.

Le patient présente-t-il une indication qui nécessite le renouvellement et l'adaptation de la prescription par un médecin ? <sup>[3]</sup> :  NON  OUI (si oui, laquelle) : .....

Signature  
du médecin :

(1) Article D. 1172-2 du CSP. Décret n° 2023-234 du 30 mars 2023 relatif aux conditions de prescription et de dispensation de l'activité physique adaptée.

(2) Se référer au site de la Haute Autorité de santé [https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante](https://www.has-sante.fr/jcms/c_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante).

(3) Art. D. 1172-2-1. CSP : avec l'accord du patient, le masseur-kinésithérapeute peut, sauf indication contraire du médecin, renouveler une fois la prescription médicale initiale d'activité physique adaptée à l'échéance de la durée de celle-ci ou du nombre de séances prescrites ou l'adapter en termes de type d'activité, d'intensité, de fréquence et de durée, sur le formulaire spécifique prévu à l'article D. 1172-2, aux conditions suivantes :

1° Le compte rendu et les bilans mentionnés à l'article D. 1172-5 ne rapportent pas de difficulté ou de risque dans la pratique de l'activité physique adaptée susceptible de nuire à la santé du patient ;

2° Le médecin intervenant dans la prise en charge n'a pas émis d'indication contraire en amont ou en aval de la transmission du compte rendu et des bilans mentionnés à l'article D. 1172-5.

Le renouvellement de la prescription médicale par le masseur-kinésithérapeute tient compte des propositions relatives à la poursuite de l'activité figurant dans ce compte rendu et les bilans susmentionnés ou l'adapte aux besoins du patient.

Le masseur-kinésithérapeute porte sur l'original du formulaire spécifique de prescription, présenté par le patient, le renouvellement ou l'adaptation qu'il réalise en apposant les indications suivantes :

a) Son identification complète : nom, prénom et numéro d'identification ;

b) La mention « Renouvellement/Adaptation (le cas échéant) de prescription médicale d'activité physique adaptée » ;

c) La date à laquelle le masseur-kinésithérapeute effectue ce renouvellement ou cette adaptation, et sa signature.

L'original est remis au patient. Le masseur-kinésithérapeute en informe le médecin prescripteur par tout moyen garantissant la confidentialité des informations transmises.

(4) Art. D. 1172-2-1. CSP.

## Partie destinée au masseur-kinésithérapeute

A compléter par le masseur-kinésithérapeute en cas de renouvellement ou adaptation de la prescription médicale initiale ci-dessus (renouvellement ou adaptation limité à 1 fois), dont le médecin doit être informé <sup>[4]</sup>

Tampon du masseur-kinésithérapeute :

Date : ...../...../.....

Nom et prénom du patient : .....

### Renouvellement de prescription initiale :

Je renouvelle la prescription d'activité physique adaptée ci-dessus pour une durée de (3 à 6 mois maximum)

ou

### Adaptation de prescription initiale :

Je prescris les adaptations suivantes (préciser le type d'activité à libeller sous la forme et en fonction de l'état du patient d'exercices d'endurance, de renforcement musculaire, travail de l'équilibre, de la souplesse, la coordination à réaliser, la fréquence, l'intensité) :

Pour une durée de : (3 à 6 mois maximum)

Signature du masseur-kinésithérapeute :

(1) Article D. 1172-2 du CSP. Décret n° 2023-234 du 30 mars 2023 relatif aux conditions de prescription et de dispensation de l'activité physique adaptée.

(2) Se référer au site de la Haute Autorité de santé [https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante](https://www.has-sante.fr/jcms/c_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante).

(3) Art. D. 1172-2-1. CSP : avec l'accord du patient, le masseur-kinésithérapeute peut, sauf indication contraire du médecin, renouveler une fois la prescription médicale initiale d'activité physique adaptée à l'échéance de la durée de celle-ci ou du nombre de séances prescrites ou l'adapter en termes de type d'activité, d'intensité, de fréquence et de durée, sur le formulaire spécifique prévu à l'article D. 1172-2, aux conditions suivantes :

1° Le compte rendu et les bilans mentionnés à l'article D. 1172-5 ne rapportent pas de difficulté ou de risque dans la pratique de l'activité physique adaptée susceptible de nuire à la santé du patient ;

2° Le médecin intervenant dans la prise en charge n'a pas émis d'indication contraire en amont ou en aval de la transmission du compte rendu et des bilans mentionnés à l'article D. 1172-5.

Le renouvellement de la prescription médicale par le masseur-kinésithérapeute tient compte des propositions relatives à la poursuite de l'activité figurant dans ce compte rendu et les bilans susmentionnés ou l'adapte aux besoins du patient.

Le masseur-kinésithérapeute porte sur l'original du formulaire spécifique de prescription, présenté par le patient, le renouvellement ou l'adaptation qu'il réalise en apposant les indications suivantes :

a) Son identification complète : nom, prénom et numéro d'identification ;

b) La mention « Renouvellement/Adaptation (le cas échéant) de prescription médicale d'activité physique adaptée » ;

c) La date à laquelle le masseur-kinésithérapeute effectue ce renouvellement ou cette adaptation, et sa signature.

L'original est remis au patient. Le masseur-kinésithérapeute en informe le médecin prescripteur par tout moyen garantissant la confidentialité des informations transmises.

(4) Art. D. 1172-2-1. CSP.

# FORMULAIRE DE PRESCRIPTION

**#1 L'activité physique adaptée est prescrite pour une durée de trois à six mois renouvelable.**

**#2**  
Le guide de la HAS(7) aide le prescripteur ou vous aide en tant que prescripteur à préciser les capacités physiques à travailler en priorité selon la pathologie du patient.

**FORMULAIRE DE PRESCRIPTION D'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE**

Date : ...../...../..... Nom et prénom du patient : .....

Je prescris une activité physique adaptée, pour une durée de : .....

(La durée de prescription est de 3 à 6 mois renouvelable <sup>(1)</sup>, à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient.)

Préconisations d'activité, selon les référentiels d'aide à la prescription d'activité physique lorsqu'ils existent <sup>(2)</sup> : .....

(type d'activité à libeller sous la forme et en fonction de l'état de santé du patient d'exercices d'endurance, de renforcement musculaire, travail de l'équilibre, de la souplesse, la coordination à réaliser, fréquence, intensité)

Restrictions et/ou limitations fonctionnelles à prendre en compte : .....

Cette prescription ouvre droit au patient à la réalisation d'un bilan d'évaluation de sa condition physique et de ses capacités fonctionnelles ainsi qu'à un bilan motivationnel par une personne qualifiée (masseur-kinésithérapeute, ergothérapeute, psychomotricien, intervenant en activité physique adaptée formé à la réalisation de ces évaluations), à l'entrée puis à la fin du programme d'activité physique adaptée, en référence à l'article D. 1172-2 du code de la santé publique.

Le patient présente-t-il une indication qui nécessite le renouvellement et l'adaptation de la prescription par un médecin ? <sup>(3)</sup> :  NON  OUI (si oui, laquelle) : .....

Signature du médecin :

**#3** Pour vous aider à déterminer les limitations de votre patient : voir "Outil d'aide à la détermination des limitations fonctionnelles" plus bas. [Tableau ici](#)

**#4**  
Vous pouvez également vous référer aux fiches de synthèse de prescriptions : [Has-santé.fr](http://Has-santé.fr)  
Si besoin, possibilité de consulter les Maisons Sport-Santé de la région et/ou les structures recensées sur le site web : [paca.sport.santé.fr](http://paca.sport.santé.fr)

**#5**  
Exemples de restrictions : activités avec le poids du corps ou charges légères, pas de sport à risque de chute et/ou de collision, éviter efforts en ambiance froide, éviter efforts statiques intenses, contrôler l'intensité pour ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre en compte...

**#6** Certaines mutuelles prennent en charge tout ou partie du programme d'APA :  
Ce listing figure dans le "kit d'aide à la prescription" sur [paca.sport.santé.fr](http://paca.sport.santé.fr)

(1) Article D. 1172-2 du CSP. Décret n° 2023-234 du 30 mars 2023 relatif aux conditions de prescription et de dispensation de l'activité physique adaptée.  
(2) Se référer au site de la Haute Autorité de santé [https://www.has-sante.fr/jcms/c\\_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante](https://www.has-sante.fr/jcms/c_2876862/fr/consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-a-des-fins-de-sante).  
(3) Art. D. 1172-2-1. CSP : avec l'accord du patient, le masseur-kinésithérapeute peut, sauf indication contraire du médecin, renouveler une fois la prescription médicale initiale d'activité physique adaptée à l'échéance de la durée de celle-ci ou du nombre de séances prescrites ou l'adapter en termes de type d'activité, d'intensité, de fréquence et de durée, sur le formulaire spécifique prévu à l'article D. 1172-2, aux conditions suivantes :  
\*1 Le compte rendu et les bilans mentionnés à l'article D. 1172-5 ne rapportent pas de difficulté ou de risque dans la pratique de l'activité physique adaptée susceptible de nuire à la santé du patient.  
\*2 Le médecin intervenant dans la prise en charge n'a pas émis d'indication contraire en amont ou en aval de la transmission du compte rendu et des bilans mentionnés à l'article D. 1172-5.  
Le renouvellement de la prescription médicale par le masseur-kinésithérapeute tient compte des propositions relatives à la poursuite de l'activité figurant dans ce compte rendu et les bilans susmentionnés ou l'adapte aux besoins du patient.  
Le masseur-kinésithérapeute porte sur l'original du formulaire spécifique de prescription, présenté par le patient, le renouvellement ou l'adaptation qu'il réalise en apposant les indications suivantes :  
a) Son identification complète : nom, prénom et numéro d'identification ;  
b) La mention « Renouvellement/Adaptation (le cas échéant) de prescription médicale d'activité physique adaptée » ;  
c) La date à laquelle le masseur-kinésithérapeute effectue ce renouvellement ou cette adaptation, et sa signature.  
L'original est remis au patient. Le masseur-kinésithérapeute en informe le médecin prescripteur par tout moyen garantissant la confidentialité des informations transmises.  
(4) Art. D. 1172-2-1. CSP.

# OUTIL D'AIDE À LA DÉTERMINATION DES LIMITATIONS FONCTIONNELLES

Le degré de limitation fonctionnelle *ne correspond pas à la sévérité de la pathologie mais aux limitations locomotrices, cérébrales, sensorielles et de douleur du patient*. Chaque fonction doit être individuellement évaluée. La limitation fonctionnelle résultante de votre patient correspond théoriquement à la limitation la plus sévère qui aura été cochée (cf : modèle en ligne sur le site mon sport santé PACA)

## FONCTIONS LOCOMOTRICES (NEUROMUSCULAIRE, OSTEOARTICULAIRE, ENDURANCE À L'EFFORT MARCHÉ, FORCE) :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## FONCTIONS CÉRÉBRALES (COGNITIF, LANGAGE, ANXIÉTÉ / DÉPRESSION) :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## FONCTIONS SENSORIELLES (VISUELLE, SENSITIVE, AUDITIVE, PROPRIOCEPTIVES) ET DOULEUR :

Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

## DÉTAIL des indicateurs de la **LIMITATION FONCTIONNELLE SÉVÈRE** :

- **FONCTIONS LOCOMOTRICES** : Altération de la motricité et du tonus et / ou altération d'amplitude sur plusieurs articulations affectant la gestuelle et l'activité au quotidien, fatigue invalidante dès le moindre mouvement, ne peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires, distance parcourue en marche en 6 mn inférieure à 150 mètres,
- **FONCTIONS CÉRÉBRALE SET COGNITIVES** : Mauvaise stratégie cognitive pour un mauvais résultat, échec, fonction langagière empêchant toute compréhension ou expression, manifestations sévères d'anxiété et/ou de dépression
- **FONCTIONS SENSORIELLES** : Vision ne permettant pas la lecture ni l'écriture, circulation seul impossible dans un environnement non familier, stimulations sensibles non perçues, non localisées, surdité profonde, déséquilibre sans rééquilibrage, chutes fréquentes lors des activités au quotidien, douleurs constantes avec ou sans activité

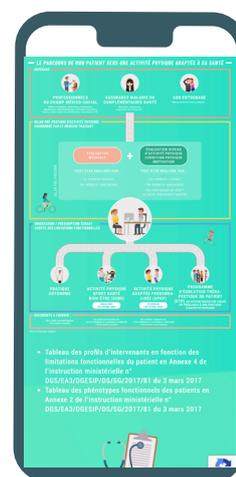
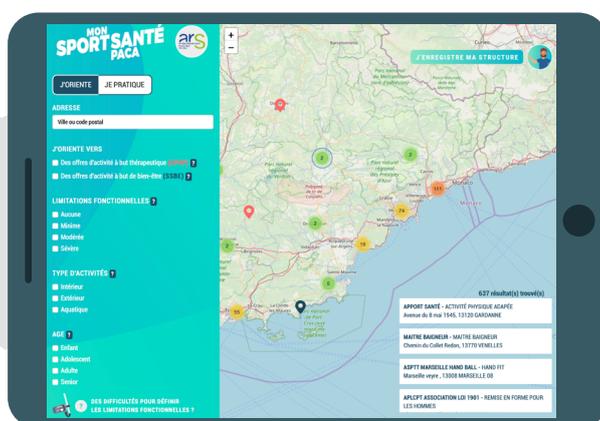
**SEULS LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ** (kinésithérapeutes, ergothérapeutes et psychomotriciens) **SONT HABILITÉS À SUPERVISER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE POUR** les patients présentant une limitation fonctionnelle sévère (pour les kinés, hors actes de rééducation pris en charge par l'assurance maladie, et dans la limite de leurs compétences, à savoir bilan kinésithérapique et gymnastique hygiénique, d'entretien ou préventive). Les patients **AVEC LIMITATION FONCTIONNELLE SÉVÈRE** pourront être orientés, en fonction du bilan effectué en fin de cycle par le professionnel de santé et en concertation avec le médecin traitant, vers un enseignant en activité adaptée pour poursuivre sa pratique.

Pour tout complément d'informations concernant les limitations fonctionnelles et les intervenants habilités, se référer aux annexes 2 et 3 de l'INSTRUCTION INTERMINISTÉRIELLE N° DGS/EA3/DGESIP/DS/SG/2017/81 du 3 mars 2017

**ATTENTION, CET OUTIL N'EST QU'UNE AIDE À LA DÉCISION. IL APPARTIENT AU MÉDECIN D'IDENTIFIER LA LIMITATION FONCTIONNELLE DE SON PATIENT.**

# Mon Sport Santé Paca : Cartographie des offres d'activité physique santé de la Région Sud Paca

Pour vos patients résidents en Région Sud Paca retrouvez sur Mon Sport Santé Paca les offres d'activité physique adaptée thérapeutique ainsi que les offres de sport santé bien-être.



<https://paca.sport.sante.fr>  
Comment utiliser la cartographie ?

# Liste des maisons sport santé de la Région Sud Paca

Ces établissements sont destinés à accompagner les personnes souhaitant débiter ou reprendre une activité physique et sportive pour leur santé et leur bien-être. L'originalité des maisons sport santé réside dans la collaboration étroite entre professionnels du sport et de la santé pour offrir un suivi personnalisé et sur mesure prenant en compte l'âge, l'état de santé et le niveau de la personne à accompagner.

## ALPES DE HAUTE-PROVENCE 04

MISS du Verdon  
86 chemin de Notre Dame  
04120 CASTELLANE  
capverdon04@gmail.com  
07 87 38 38 65  
<https://capverdon.fr/>

MSS Provence Alpes Sport Santé  
Rattachée au centre médico-sportif du Centre Hospitalier  
Quartier Saint Christophe  
04000 DIGNES-LES-BAINS  
06 71 08 53 73  
mssprovencealpes@gmail.com  
<https://www.provencealpesagglo.fr/la-maison-sport-sante/>

MISS Provence Verdon  
30 avenue des Alpes  
04800 GREOUX-LES-BAINS  
06 29 84 37 27  
sportsante04@gmail.com  
<https://missprovenceverdon.com/qui-sommes-nous/>

MISS Provence Luberon  
Place du Palais  
04300 FORCALQUIER  
06 29 84 37 27  
sportsante04@gmail.com  
<https://missprovenceverdon.com/>

MSS La vista  
260 avenue Blaise Pascal  
04100 MANOSQUE  
secretariatlavista04sud@gmail.com  
04 92 79 37 33  
<https://lavista04sud.fr/>

## HAUTES ALPES 05

Pôle Santé Champsaur Valgaudemar  
Avenue du 11 novembre  
05500 SAINT-BONNET-EN-CHAMPSAUR  
contact@psc.fr  
<https://psc.fr/maison-sport-sante-2/presentation/>

Maison Sport santé du Grand Briançonnais  
118 route de Grenoble  
05100 BRIANÇON  
sportsante@fondationseltzer.fr  
07 88 38 42 82  
<https://www.fondationseltzer.fr/sport-sante-senior>

Maison Sport-Santé Gapençaise  
7 impasse de Bonne  
05000 GAP  
07 68 60 26 67  
contact@etnas.me  
<https://www.etnas.me/>

MSS ATHENA  
1A route de Gap  
05300 LARAGNE-MONTÉGLIN  
06 85 65 11 09  
contact.mssathena@gmail.com  
<https://centreathena-laragne.fr/index.php/maison-sport-sante/>

DHALIR 05 – MSS d'Embrun  
Avenue du Lac, 05200 Embrun  
04 43 07 36 46  
contact@dahlir.fr  
<https://www.dahlir.fr/>

Maison Sport Santé Buëch Dévoluy  
Mairie, place du Commandant Antoine Mauduit  
Avenue Picasso, 05400 VEYNES  
04 92 58 16 58  
csveynes.secretariat@gmail.com

## ALPES MARITIMES 06

Mairie d'Antibes Juan-les-Pins  
210 avenue Jules Grec  
06600 ANTIBES  
maisonsportsante@ville-antibes.fr  
04 92 90 53 40  
<https://www.antibes-juanlespins.com/sorties-loisirs/le-sport/maison-sport-sante>

MSS Vitae  
3 allée François Coli  
06210 Mandelieu La Napoule  
vitae.sportsante@gmail.com  
06 21 55 08 41  
<https://vitaesportsante.com/>

MISS Pays d'Azur  
75 Parc d'activité de l'Argile  
06370 Mouans Sartoux  
activasante@gmail.com  
<https://myapson.com/a-propos-de-lassociation-activasante/>

Nice Acti'Santé  
10 rue Hancy  
06000 NICE  
sportsante@ville-nice.fr  
06 13 05 35 73  
<https://www.nice.fr/fr/sante-et-autonomie/nice-acti-sante>

MSS ActiVallées  
Mairie, 3 place Louis et Victor Robini  
06710 Villars-sur-Var  
activallees06@gmail.com  
06 49 60 20 47  
<https://www.facebook.com/activallees06/>

MSS SIVOM Val de Banquière  
103 Quai de la Banquière  
06730 SAINT-ANDRE DE LA ROCHE  
mss@svdb.fr  
04 93 27 71 50  
<https://svdb.fr/competences/activites-sportives/maison-sport-sante/>

MSS de Villeneuve-Loubet  
469 Avenue des Plans  
06270 Villeneuve-Loubet  
06 49 19 65 73  
sportsante@villeneuve-loubet.fr

## BOUCHES DU RHÔNE 13

Marseille en Forme  
4 rue Marguerite Desnuelle  
13010 MARSEILLE  
marseilleenforme@gmail.com  
07 66 38 77 88  
<https://www.maison.sportsante.provenceenforme.fr/>

MISS13  
10 Chemin de Rastel  
13510 EGUILLES  
contact@miss-13.com  
07 64 82 77 68  
<https://miss-13.com/>

Miramas Maison Sport-Santé  
11 rue Albert Camus  
13140 MIRAMAS  
maisonsportsante@oms-miramas.fr  
06 69 66 80 98  
<https://www.oms-miramas.fr/>

Maison Sport-Santé de La Ciotat  
45 avenue Ernet Subilia  
13600 LA CIOTAT  
maisonsportsante.assbe@gmail.com  
06 18 90 30 10  
<https://maisonsportsante-assbe.fr/>

Maison Sport-Santé SMUC  
65 avenue Clot Bey  
13008 MARSEILLE  
sport.sante@smuc.fr  
04 91 76 30 70  
<https://www.smuc.fr/sport-sante/>

MSS 13 SUD  
11 rue Montgrand  
134006 MARSEILLE  
04 65 40 50 00  
<https://activ-sante.fr/annuaire/maison-sport-sante-dac-13-sud/>

Marignane Sport Santé  
Service des sports  
3 avenue du Président Kennedy  
Maison de la proximité  
130700 MARNIGNANE  
04 42 31 11 04  
marignanesportsante@ville-marignane.fr

MSS Ville de Marseille  
23 rue Louis Astruc  
13005 MARSEILLE  
04 91 55 32 86

Treiz'en Forme  
Bd Louis Michel  
13500 MARTIGUES  
06 52 21 01 61  
mss.13enforme@gmail.com  
<https://cdoms13.wixsite.com/treizenforme>

## VAR 83

MSS 83  
133 boulevard Général Brosset  
83200 TOULON  
contact@maisonsportsante83.fr  
04 94 46 01 92  
<https://maisonsportsante83.fr/>

CCAS de Cavalaire sur mer  
32 allée Galinière  
83240 CAVALAIRE-SUR-MER  
ccas@cavalaire.fr  
04 94 64 45 20  
<https://www.cavalaire.fr/centre-communal-daction-sociale-2>

MSS du pays de Fayence  
250 impasse de la Base Nautique  
83440 MONTAUROUX  
msspaysdefayence@gmail.com  
06 86 91 42 63  
<https://www.gaps-sante.fr/maison-sport-sante/>

MSS UFO3S Provence Verte  
5 Bd Just Marie Raynouard  
83170 BRIGNOLES  
ufo3s@ufolep83.org  
07 45 09 17 36  
<http://ufolep83.org/>

RésO2s Var Est  
176 rue Edmond Poupe  
83600 BAGNOLS-EN-FORET  
reseauportsante83@gmail.com  
06 98 41 60 85  
[https://www.reseau-sport-sante-83.com/maison-sport-sante/?doing\\_wp\\_cron=1693990616.2716710567474365234375](https://www.reseau-sport-sante-83.com/maison-sport-sante/?doing_wp_cron=1693990616.2716710567474365234375)

MSS Toulon Var Est  
Rue Henri Sainte-Claire Deville  
83000 TOULON  
apas.sport.maatis@gmail.com  
06 86 54 69 18  
<https://www.apassportsante.fr/>

## VAUCLUSE 84

ASSER Sport-Santé  
546 chemin des Ramières  
84700 SORGUES  
maisonsportsanteasser@gmail.com  
04 90 25 46 85  
<https://www.asser84.fr/sport-santé>

La santé par le sport  
861 avenue Pierre de Coubertin  
84200 CARPENTRAS  
04 90 63 34 23  
sportsanteomscarpentras@gmail.com  
<https://www.oscarsante.org/provence-alpes-cote-d-azur/action/detail/10460>

Sport-Santé en Luberon  
115 Avenue des Druides  
84400 APT  
06 59 02 54 98  
mssenluberon@gmail.com  
<https://www.sportsanteenluberon.fr/>

Maison Sport Santé du Grand Avignon  
Stade Nautique, 190 Av. Pierre de Coubertin  
2ème étage,  
84000 AVIGNON  
04 90 25 46 85  
maisonsportsante@avignon-sport.com  
<https://mss.avignon-sport.fr/>

Maison Sport Santé Luberon et Pays de Sorgues  
393 avenue Georges Clémenceau  
84300 CAVAILLON  
06 47 34 91 68  
maisonsportsante.lps@gmail.com  
<https://www.maisonsportsante-lps.fr/>



## TYPE D'OFFRE :

Afin de faciliter la lecture, les offres ont été rassemblées en deux grandes catégories. Les forfaits et les offres varient selon le type de garantie souscrit, pour plus de détails, cliquer sur les liens, ou prendre contact directement avec les organismes quand leur offre n'apparaît pas directement sur leur site.

**A** : Aide au financement d'une pratique d'activité physique et/ou sportive (forfait de prise en charge ou de remboursement d'une licence sportive/ d'un abonnement annuel /de séances, ou offre directe de séances d'activité physique adaptée.)

**B** : Prise en charge d'un bilan personnalisé pour la reprise d'une activité physique adaptée



### APIVIA

**Offre** : A  
**Forfait** : 50 € par an  
**Public** : Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### AUBÉANE MUTUELLE DE FRANCE

**Offre** : A  
**Forfait** : Jusqu'à 100€ / an  
**Public** : ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### ALLIANZ

**Offre** : A+B  
**Détail** : Bilan + 5 séances + équipement + orientation (partenariat avec Siel bleu)  
**Public** : Patients atteints d'une ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### CCMO

**Offre** : A  
**Forfait** : De 15 à 50 € / séance (dans la limite de 10 séances / an)  
**Public** : ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### CNM MUTUELLE

**Offre :** A + B

**Forfait :** Jusqu'à 70€ / an (AP ou APA) + 30€ / an (bilan) +

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### ICERM MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### PASTEUR MUTUALITÉS (AGMF PRÉVOYANCE «ACTION»)

**Offre :** A

**Forfait :** Séance d'APA forfait à l'année jusqu'à 90 €

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



LA MUTUELLE DES  
ÉTUDIANTS

### LMDE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 30€ par an pour un abonnement vélo, une licence ou un abonnement à un club sportif

**Public :** Tout public étudiant

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### HARMONIE MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Entre 60 et 240 € / an

**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### M COMME MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 150 € / an

**Public :** Tout public et patients atteints d'une ALD\*

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### IDENTITÉ MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** 35€ / an limité à deux bénéficiaires par contrat

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MAAF

**Offre :** A (5% de réduction sur la pratique parmi les disciplines proposées)

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MACIF**

**Offre :** A  
**Forfait :** 40€ / an  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MCEN**

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 200€ par an et  
par bénéficiaire  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MACSF**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 120€ / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



GRUPE **vyv**

**MNFCT**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 50 € / an + plateforme  
vivoptim  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MAIF**

**Offre :** B  
**Forfait :** Jusqu'à 59 € / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



Avec vous, c'est mutuel

**MNFCT**

**Offre :** B  
**Forfait :** Entre 60 et 240 € / an  
selon l'offre choisie  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

**MALAKOFF HUMANIS**

**Offre :** A + B  
**Forfait :** 500€ / tous les 2 ans  
**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



groupe Macif

**MNFCT**

**Offre :** B  
**Forfait :** 25 € / an  
**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE NATIONALE TERRITORIALE (MNT)

**Offre :** A  
**Forfait :** De 60 € à 240 € / an  
**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTEST

**Offre :** A (l'adhésion donne des réductions sur la pratique d'un sport)  
**Forfait :** Jusqu'à 250€ par an  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE MMC

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 250 €  
**Public :** Patients atteints d'une ALD\*

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUALIA

**Offre :** B  
**Forfait :** Prise en charge test effort + visite sport  
**Public :** Particuliers

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE AIR FRANCE

**Offre :** A (5% de remise sur tous les packs et cours individuels en passant par My Santéclair)  
**Forfait :** Non communiqué  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE CENTRALE DES FINANCES

**Offre :** A  
**Forfait :** 30€ / séance jusqu'à 30 séances  
**Public :** Patients cancers

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DE FRANCE, ALPES DU SUD

**Offre :** A  
**Forfait :** 40 € / an  
**Public :** Adulte de + 18 ans en ALD

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DE LA CORSE

**Offre :** A  
**Forfait :** Ateliers sport-santé gratuits  
**Public :** Tout public

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DES SERVICES PUBLICS

**Offre :** A  
**Forfait :** Jusqu'à 90 € / trimestre  
**Public :** ALD

En savoir plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DES SPORTIFS

**Offre :** A+B

**Forfait :** 500 € sur 2 ans

**Public :** Patients atteints d'une ALD\* +  
Victimes accidentées

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE GÉNÉRALE DES AFFAIRES SOCIALES

**Offre :** A

**Forfait :** 50 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE DU REMPART

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 200 € / an

**Public :** + 55 ans

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE LA CHOLETAISE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 200 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLES DU SOLEIL

**Offre :** A

**Forfait :** Environ 30 €

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### MUTUELLE NATIONALE ENSEIGNANT CATHOLIQUE

**Offre :** A

**Forfait :** 35 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### EMOA MUTUELLE DU VAR

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 40 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### OCIANE GROUPE MATMUT

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 400 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### RADIANCE MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 500 € / 2 ans

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SOLYON MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 70 € / an

**Public :** Tout public hospitalier

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SMÉNO

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 290 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



SwissLife

### SWISS LIFE

**Offre :** A+B

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SMI MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** Non communiqué

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### UNÉO MUTUELLE

**Offre :** A

**Forfait :** 150 € / an

**Public :** ALD

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### SOLLY AZAR

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 80 € / an

**Public :** Tout public

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)



### YVON

**Offre :** A

**Forfait :** Jusqu'à 50 € / an

**Public :** Tout public étudiant

En  
savoir  
plus

[Cliquer ici](#)

# GUIDE PRATIQUE

## MEDICO SPORT-SANTÉ

Le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives

Consulter le Médico Sport-Santé : <https://www.vidal.fr/infos-sport-medicosport-sante/>

## SE FORMER

### PLUSIEURS SOLUTIONS POUR SE FORMER À LA PRESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

#### **A** : Contacter Azur Sport Santé

Nous pourrions vous orienter vers des formations existantes sur le territoire ou vous proposer une sensibilisation en fonction du nombre d'intéressés.

#### **B** : Contacter le site de l'agence nationale du DPC

En tapant les mots clés « activité physique », pour prendre connaissance des [formations éligibles au DPC](#) dans votre région.

#### **C** : Suivre une formation en ligne gratuite

IRBMS - [MOOC\\* - Prescrire le sport santé sur ordonnance](#)

Formateur : Dr Patrick BACQUAERT

Objectif de ce MOOC : Savoir prescrire les Activités Physiques Adaptées (APA) à chaque patient en ALD en organisant une collaboration entre les acteurs identifiés pouvant prendre en charge votre patient, en utilisant un langage commun.

Une fois inscrit-e vous pourrez travailler chaque objectif regroupant plusieurs chapitres qui sont proposés avec un accès libre sans contrainte de temps de réalisation.



Azur Sport Santé est disponible pour vous accompagner dans votre démarche de prescription, ou quels que soient vos besoins dans le domaine du sport santé.

N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par email.

09 78 81 10 91 | [contact@azursportsante.fr](mailto:contact@azursportsante.fr)



[www.AzurSportSanté.fr](http://www.AzurSportSanté.fr)