

NOUVEAU :

PACK SPORT SANTÉ, le sport sur ordonnance, à LAPALISSE

Le Comité départemental EPGV (Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire) de l'Allier, association à but non lucratif, a pour objectif à partir de ses 74 clubs dans le département, de développer la pratique sportive, de lutter contre la sédentarité et de diffuser des valeurs associatives auprès de tous les publics. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1976.

Le Codep EPGV 03 est en partenariat avec l'association DAHLIR (Dispositif d'Accompagnement du Handicap vers des Loisirs Intégrés et Réguliers) depuis 3 ans à Lapalisse pour mettre en place des « ateliers passerelles », avec le soutien de la Maison sport santé de Lapalisse.

Le DAHLIR accompagne des personnes atteintes d'ALD vers des loisirs réguliers, et notamment l'activité physique et partage les objectifs et les valeurs de l'EPGV.

Afin de permettre à ces bénéficiaires de poursuivre une activité physique régulière, pérenne et adaptée, le Codep EPGV 03 propose un programme d'activités physiques adaptées « Pack Sport Santé » destiné à des personnes atteintes de maladies chroniques (cancer, diabète, obésité, fibromyalgie,...) ainsi que pour les personnes en perte d'autonomie (loi du sport sur ordonnance du 1^{er} mars 2017)

Toujours avec le soutien de la Maison de santé de Lapalisse, la mise en place du dispositif débute par la prescription médicale d'un médecin, indiquant les activités à privilégier et les éventuelles restrictions suivant la ou les pathologies du patient.

L'éducatrice sportive, Ericka MAYET, proposera ensuite un entretien individuel au patient via un questionnaire sur sa qualité de vie et lui fera passer des tests de conditions physiques (équilibre, souplesse, force,...) pour ensuite l'orienter vers le programme Pack Sport Santé.

Ce programme, mis en place les vendredis de 11h15 à 12h15 à la salle des mariages à Lapalisse, se conclura par un bilan individuel comprenant le même questionnaire et les mêmes tests de conditions physiques qu'en début du programme afin de constater les progrès des pratiquants et envisager la poursuite d'une activité physique régulière dans un club EPGV du département.

Les séances débuteront à partir du vendredi 8 mars 2023.

Pour tous renseignements complémentaires, veuillez contacter :

Ericka MAYET : 06 70 06 67 56

Codep EPGV 03 : 04 70 34 49 12