



Besoin de plus de renseignements ?
N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONTACTER :

Maison Sport-Santé
Secrétariat : Tél. 05 56 71 50 97



Hôpital Suburbain du Bouscat
97 avenue Georges Clémenceau
CS40029 - 33491 Le Bouscat Cedex
Tél. : 05 56 42 49 49

Bus : Ligne 46, arrêt Hôpital Suburbain ou ligne 33, arrêt Lakanal
Tram : Ligne D, arrêt Sainte Germaine

www.hopitaldubouscat.com

MAISON SPORT-SANTÉ

PROGRAMME PEPS

Prescription d'Exercice Physique pour la Santé



**CONSULTATION DE MÉDECINE,
TRAUMATOLOGIE ET BIOLOGIE DU SPORT**



©Hôpital Suburbain du Bouscat - 2020 - Crédits : Freepik/iStock/C101

www.hopitaldubouscat.com

MAISON SPORT-SANTÉ

PRÉVENIR, ÉVALUER, PRENDRE SOIN



CONTACT

Pour prendre un rendez-vous :
Secrétariat : 05 56 71 50 97

PROGRAMME PEPS PRESCRIPTION D'EXERCICE PHYSIQUE POUR LA SANTÉ

Améliorer l'état de santé global du public cible par la pratique d'une activité physique adaptée, régulière et de façon progressive.

POUR QUI ?

- Personnes en situation de sédentarité ou avec une problématique de surpoids.
- Personnes atteintes de cancers ou en rémission.
- Personnes en situation de maladie chronique hors ALD.
- Personnes en situation d'ALD.
- Personnes âgées avec une ALD et/ou une problématique psychologique et/ou sociale.
- Personnes souffrant de douleurs chroniques.
- Personnes actives en arrêt de travail.
- Population vulnérables et précaires.

OBJECTIFS

- Informer, orienter et accompagner les usagers à la pratique d'une activité physique régulière.
- Réaliser un bilan des capacités physiques et motivationnelles du bénéficiaire.
- Orienter vers la structure sport santé de proximité la mieux adaptées à ses besoins.
- Donner, initier ou retrouver le plaisir de la pratique d'activité physique.
- Développer et renforcer l'expertise des professionnels en matière de sport santé par la formation.

EN PRATIQUE

Le dispositif PEPS, c'est une première consultation médicale spécialisée pour définir les capacités physiques, les contre-indications et les objectifs afin de proposer une prescription individualisée d'exercice physique pour la santé.

Puis, une orientation dans le dispositif selon différents parcours, proposée par un coordinateur territorial ou un professionnel formé à l'activité physique adaptée. La pratique d'exercice physique est personnalisée et adaptée en fonction de chaque situation.

Enfin une évaluation et un retour d'information sont organisés par le coordinateur puis transmis au médecin.

CONSULTATIONS DE MÉDECINE, TRAUMATOLOGIE ET BIOLOGIE DU SPORT

Consultations de Médecine du Sport : traumatologie, suivi médical avec examen, conseils et suivi d'entraînement pour les sportifs et non-sportifs, bilans complets avec participation de médecins spécialistes (cardiologues, radiologues...) et kinésithérapeutes pour un projet thérapeutique.

