

8 novembre 2021

Santé

Prescri'mouv en mode natation

Lancée en 2018, "Prescri'mouv" commence à se décliner sur le territoire. Depuis l'été dernier, le club nautique néocastrien présidé par Miguel Godde a obtenu la labellisation "Prescri'mouv".

Bouger, c'est la santé

Impulsé par l'ARS Grand Est, la région Grand Est, la direction régionale et départementale de la jeunesse des sports et de la cohésion sociale et le régime local d'assurance maladie, "Prescri'mouv" vise à améliorer la santé et la condition physique de patients adultes atteints de certaines maladies chroniques grâce à la pratique d'une activité physique ou sportive sur prescription médicale. La pratique quotidienne d'une activité physique a des effets bénéfiques pour la santé sur le long terme. Ce dispositif s'adresse aux personnes adultes, qui après consultation de son médecin traitant et avec une prescription de celui-ci, doivent prendre contact avec le réseau de professionnels du territoire dont fait partie le club nautique « il faut faire un premier bilan pour tester les compétences physiques, tester la motivation

», souligne Alison Catin, bénévole au club nautique et enseignante en activité physique adapté et santé. Puis, les personnes sont orientées vers 3 parcours, 1, conseil en matière d'activité sportive pour une pratique en autonomie ou dans une association sportive.2, créneau sport santé, activité sportive encadrée par un professionnel qualifié dans les créneaux sport santé dans des associations labellisées "Prescri'mouv" comme le club nautique à Neufchâteau .3, accompagnement spécifique avec des séances collectives ou individuelles avant de de poursuivre une activité sportive en club ou en créneau sport santé. « Mais pour se développer, l'activité a besoin de visibilité et de publicité, car l'information doit arriver dans les cabinets médicaux pour qu'ils puissent ensuite diriger les patients vers des structures labellisées comme la nôtre », souligne-t-elle. Si vous êtes obèses ou atteints de certaines maladies chroniques : diabète, cancer du sein, colorectal ou de la prostate, maladie



coronaire stabilisée, artérite des membres inférieurs ou bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO) et souffrant de limitations fonctionnelles modérées ou légères, n'hésitez pas en parler avec votre médecin qui pourra ainsi vous diriger vers le club nautique qui pourra vous prendre en charge afin de vous remettre le pied à l'étrier à l'activité sportive. JMR

chacun
que do
la solu
des an
certain
conva
réfléc
mélo
crois
aisé



Lo

Apr
ser
fo
cu
r