



A tout âge et avec n'importe quel degré de handicap, pratiquez une Activité Physique Adaptée avec votre Enseignant qualifié APA et constatez votre bien-être séance après séance.



**Gagner en santé avec MonAPA ;
la plateforme pour prescrire,
enseigner et pratiquer l'Activité
Physique Adaptée**



Les domaines d'intervention de l'Enseignant APA (EAPA) sont nombreux : AVC, Alzheimer, dépression, arthrose, cardiopathie, grossesse, parkinson...

L'activité physique adaptée est considérée comme une thérapie non médicamenteuse par la Haute Autorité de Santé (HAS).

Une ordonnance de votre médecin est nécessaire (décret du 30 décembre 2016)

Site : www.monapa.fr
Email : contact@monapa.fr

SAS MonAPA - Les Fromentaux 71110 SARRY.
SAS au capital de 1000 euros -
Siret : 88990499100011 NAF : 4619B

SPORT SUR ORDONNANCE

UNE PRATIQUE LUDIQUE
ADAPTÉE À VOS CAPACITÉS

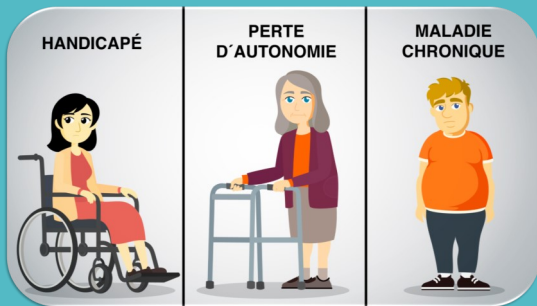


**Mon Enseignant
en Activité Physique Adaptée**

www.monapa.fr



Le manque d'activité physique, associé à une mauvaise alimentation, représente la 1^{re} cause de mortalité évitable en Europe.



Mais comment faire pour pratiquer une activité physique adaptée lorsque l'on souffre d'un handicap, d'une perte d'autonomie ou d'une maladie chronique ?

On utilise la plateforme internet MonAPA !



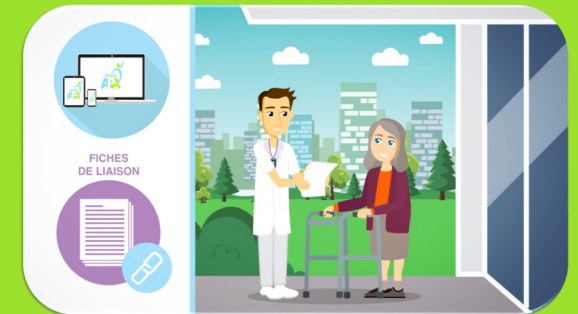
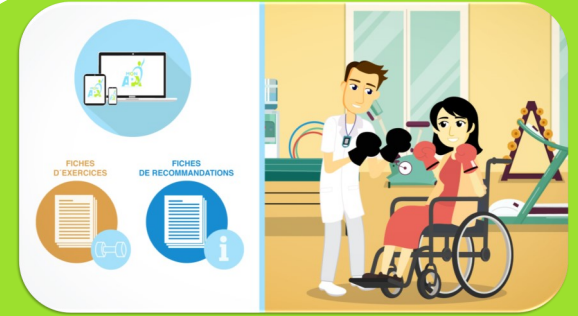
MonAPA vous accompagne dans votre parcours de soin en APA, Activité Physique Adaptées.



La plateforme MonAPA permet de faciliter la communication et les relations entre les patients, les enseignants APA exerçant à l'hôpital ou en ville et les médecins.



Grâce au parcours APA mise en place, vous offrez à votre corps un entraînement physique adaptée en accord avec votre objectif santé.



Si vous êtes dans un établissement de soin, l'Enseignant APA qui s'occupe de vous utilise la plateforme pour accéder à différents outils permettant de vous accompagner dans votre pratique. Afin de préparer votre retour à domicile, il vous fournit une fiche de liaison permettant d'assurer la continuité de votre parcours de soin.



Grâce au guide disponible sur la plateforme, votre médecin vous prescrit une APA auprès d'un Enseignant

APA installé près de chez vous.