Inscriptions et renseignements :

07.43.77.53.50
contact@cpts-laval.fr

CPTS du Pays de Laval

Ce projet est co-porté par la CPTS du Pays de Laval et le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Mayenne (CDOS 53).

La CPTS du Pays de Laval est l'association des professionnels de santé libéraux du Pays de Laval : elle regroupe des médecins, des masseurs kinésithérapeutes, des infirmiers, des pharmaciens, ...

... et de nombreuses autres professions qui souhaitent améliorer l'accès aux soins et les prises en charge sur le territoire !



ET SI BOUGER VOUS FAISAIT RESTER EN BONNE SANTÉ ?

Testez le parcours PANA !



Parcours d'Activité Neuro-Adaptée (PANA), pour les patients atteints d'une pathologie neurodégénérative

Proposé par :

CPTS DU PAYS DE LAVAL

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS
CDOS MAYENNE

LE PARCOURS

Vous avez été diagnostiqué.e d'une maladie neurodégénérative ou bien avez des symptômes évoquant des difficultés neurologiques. Votre professionnel de santé peut vous orienter vers le parcours d'activité neuro-adaptée (PANA), adapté à vos capacités !

Prescription médicale

Etape 1

Une prescription d'activité physique adaptée doit être réalisée par un médecin.

Inscription

Etape 2

Prise de contact au 07.43.77.53.50 pour s'inscrire. Une liste d'attente sera mise en place en cas de besoin. Les groupes sont constitués de 8 personnes.

Atelier APA

Etape 3

Vous bénéficiez d'une séance par semaine encadrée par un professeur diplômé pendant 3 mois (= 12 séances).

Lieux et dates

Les cycles sont organisés sur des communes de Laval Agglomération.

Les horaires seront définies en amont et vous seront communiquées au moment de la prise de contact.

Pour connaitre les horaires et le lieu du cycle à venir, merci de contacter la CPTS au 07.43.77.53.50 ou d'envoyer un mail à contact@cpts-laval.fr

Tarif et paiement

Le parcours PANA est à un montant unique de 80 € par cycle de 12 séances, soit un prix de revient à 6.70 € la séance.

Le paiement se fait uniquement via Hello Asso, avec un lien qui sera envoyé une fois l'inscription réalisée.

Les objectifs :

- **Favoriser la pratique accessible de l'activité physique adaptée**
- **Ralentir les évolutions de la maladie par la stimulation physique**
- **Favoriser le lien social en intégrant un groupe**
- **Trouver des ressources sur le territoire pour continuer la pratique d'activité physique**

D'un point de vue pratique

- Des solutions de transport peuvent être envisagées au cas par cas.
- Un bilan sera réalisé par les enseignants en fin de parcours.
- Vos coordonnées seront utilisées par la maison sport santé pour le bon fonctionnement du cycle.