

Certificat médical d'aptitudes partielles ou totales

de non contre-indication et de prescription à la pratique d'une activité physique et/ou sportive adaptée, régulière, sécurisante et progressive.

Je soussigné(e)
docteur en médecine exerçant à
certifie avoir examiné ce jour Mr, Mme,
né(e) le
et ne pas avoir constaté de signes cliniques apparents, contre-indiquant la pratique physique et/ou sportive dans les disciplines souhaitées.....

LIMITATIONS FONCTIONNELLES DU PATIENT

Aucune limitation Minimales Modérées Sévères

GIR (GROUPE ISO-RESSOURCES) CORRESPONDANT AU NIVEAU DE PERTE D'AUTONOMIE

1 2 3 4 5 6

RECOMMANDATIONS MÉDICALES à l'attention des éducateurs sportifs (champs obligatoires)

MOUVEMENTS LIMITÉS EN

Amplitude Vitesse Charge Posture

EFFORTS LIMITÉS SUR LE PLAN

Musculaire Cardio-vasculaire Respiratoire

CAPACITÉS À L'EFFORT LIMITÉES EN

Endurance (longue et peu intense) Résistance Vitesse (brève et intense)

CAPACITÉS INCOMPATIBLES AVEC

Un travail en hauteur Des conditions atmosphériques particulières (à préciser)

Autres PRÉCAUTIONS et/ou PRÉCONISATIONS dans les activités physiques pratiquées :

CERTIFICAT établi à la demande de l'intéressé(e) et remis en main propre pour faire valoir ce qui de droit. Valable pour une année à compter de ce jour.

Cachet du médecin (obligatoire)

Fait à le
Signature du médecin

Réseau Sport Santé : 03 81 48 36 52

le PASS à domicile

Pour lutter contre
la perte d'autonomie



L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, MEILLEURE ARME ANTICHUTE

Découvrez comment améliorer votre santé grâce à la pratique d'une activité physique adaptée sur prescription médicale.

Parlez-en à votre médecin et contactez le réseau :

→ 03 81 48 36 52

→ contact@rspbfc.fr

Plus d'infos espass-bfc.fr



**Réseau
Sport Santé**
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

À qui s'adresse le PASS ?

Le **PASS** (parcours d'accompagnement sportif pour la santé) est le dispositif régional d'activité physique sur prescription. Dans sa déclinaison à domicile, il s'adresse **aux personnes en perte d'autonomie** (GIR 4, 5,6)* ne pouvant pas rejoindre un créneau PASS en collectif.

Sur les conseils et la prescription d'un professionnel de santé, la personne bénéficie d'un **cycle de séances d'activités physiques adaptées** (APA) individualisées à son domicile.

Le PASS à domicile s'inscrit dans le **plan antichute de Bourgogne Franche-Comté**. Il propose des activités physiques adaptées individuelles dans l'objectif de maintenir ou améliorer les capacités physiques de la personne et de lutter contre la perte d'autonomie.

Le PASS propose des activités encadrées par des professionnels formés pour **adapter leur séance aux besoins de chaque patient**.

Comment bénéficier du PASS à domicile ?

1 Faire compléter le certificat médical

de prescription et d'aptitude(s) par le médecin (au dos de ce document).

2 Prendre contact avec le Réseau sport-santé

de Bourgogne Franche-Comté par téléphone ou par mail. Un coordinateur s'entretient avec le patient et le met en relation avec un professionnel de l'activité physique adaptée proche de son domicile.

3 Débuter l'activité physique au domicile

encadrée par un professionnel. Construction d'un registre d'exercices adaptés à la situation et aux besoins du patient.

4 Évaluer les bénéfices de la pratique

(tests de condition physique au début et à la fin du cycle) et suivi proposé à l'issue de la prise en charge.

Le PASS c'est

• Une **prescription médicale** de l'activité physique adaptée

• Une **prise en charge individualisée**

• Un **encadrement** par un professionnel formé au sport-santé

• Un **bilan médico-sportif** et motivationnel partagé

• Une **aide financière** pour un faible reste à charge

*Le GIR (groupe iso-ressources) correspond au niveau de perte d'autonomie. Il est calculé à l'aide de la grille AGGIR.