

## QU'EST CE QUE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ?

«Une thérapeutique non médicamenteuse validée sur des données probantes dans de nombreuses maladies chroniques et état de santé» Guide HAS 2022.

C'est une activité physique ou sportive encadrée, sécurisée, progressive, régulière, adaptée aux besoins, attentes et capacités des pratiquants.

## QU'EST-CE QUE LE PEP'S ?

Le programme PEP'S (*Prescription d'Exercice Physique pour la Santé*) est là pour accompagner vos patients dans le choix et la pratique régulière d'une activité adaptée à leur situation et à leurs envies.



## POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Si vous souhaitez avoir des informations supplémentaires sur le dispositif PEP'S ou recevoir les outils de prescription :

**Pauline Engrand**

Coordonnatrice PEP'S Corrèze

Par téléphone au : 06 47 31 18 37

ou par e-mail : [coordo19@peps-na.fr](mailto:coordo19@peps-na.fr)



Conception © L'Agence.co | 01/23 | Imprimé sur papier issu de forêts gérées durablement dans le respect des normes environnementales par un imprimeur. Merci de respecter l'environnement et de ne pas jeter ce document sur la voie publique.

## L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SUR PRESCRIPTION POUR VOS PATIENTS



AVOIR DU  
**peps**  
(Prescription d'Exercice  
Physique pour la Santé)  
EN CORRÈZE



Prescrivez de l'activité physique à vos patients et orientez les vers le dispositif PEP'S, un réseau de structure piloté par l'ARS, la DRAJES et la Région Nouvelle-Aquitaine pour une pratique adaptée, sécurisée et de proximité.

# LES ÉTAPES CLÉS DU PARCOURS

## QUI PRESCRIT ?

Le **médecin** a un rôle central dans le dispositif. Généraliste ou spécialiste, **tout médecin peut prescrire de l'activité physique**.

## POUR QUEL(S) PATIENT(S) ?

Toutes personnes éloignées de la pratique sportive ordinaire :

- › Personne sédentaire et/ou inactive
- › Personne porteuse d'une pathologie chronique en ALD ou non.



## COMMENT PRESCRIRE ?

Lors de la consultation, le médecin détermine le **degré de limitation fonctionnelle** du patient, le **degré de motivation** et l'**absence de contre-indication médicale**. Il peut prescrire des examens complémentaires.

À l'issue de la consultation, le médecin complète le **formulaire de prescription d'activité physique** et le remet au patient qui contacte le coordonnateur PEP'S au **05 55 29 87 21**

[www.peps-na.fr/newpage](http://www.peps-na.fr/newpage)

## RÔLE DU COORDONNATEUR

Le coordonnateur PEP'S réalise un **premier entretien** avec le patient et l'**oriente** vers une pratique adaptée.

Il **assure ensuite le suivi** du patient pendant **2 ans** et fait un retour d'information au médecin.

## ENGAGEMENT DU PATIENT DANS UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Le patient est accueilli dans une **structure sportive référencée proche de son domicile**.

Il sera accompagné par un enseignant en activités physiques adaptées, ou un éducateur sportif qualifié, pendant toute la durée de son programme.



Le dispositif PEP'S est porté par l'association **Parcours Santé Corrèze**  
[www.dac-19.fr](http://www.dac-19.fr)

