

## Certificat d'absence de contre-indication et prescription d'Activités Physiques Adaptées

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_ Docteur en Médecine, certifie avoir examiné  
Mme/M. (lettres capitales) \_\_\_\_\_  
Né(e) le \_\_\_\_\_ et n'avoir constaté, à ce jour, aucune contre-indication apparente à la  
pratique de l'activité physique adaptée<sup>1</sup> dans les conditions ci-dessous.

Je prescris à Mme/M \_\_\_\_\_

- Un Programme Passerelle de 20 séances d'Activité Physique Adaptée d'intensité modérée encadré par un enseignant en APA, dans les conditions mises en place par la Maison Sport Santé Champsaur Valgaudemar .
- Une activité physique adaptée<sup>1</sup> supervisée, pendant \_\_\_\_\_ à une fréquence hebdomadaire et à une intensité à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes du patient, qui l'amènent progressivement vers celle recommandée en thérapie non médicamenteuse

Avis cardiologique sollicité :  oui  non

L'activité prescrite privilégiera le développement des capacités suivantes :

- Cardio vasculaires  Musculaires  Souplesse  Coordination/ équilibre

Cette pratique devra être supervisée par un intervenant qualifié ayant les compétences requises, conformément à l'instruction ministérielle, pour encadrer des patients présentant le niveau de limitation fonctionnelle suivant :

- Aucun  Minimale  Modéré  Sévère

**Préconisations particulières et complément d'information à l'attention de l'intervenant, permettant d'adapter et de sécuriser la pratique** (exemples : type d'efforts à éviter, charge, limitations articulaires, risque de chute élevé, ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre en compte...)

Remis au patient, le :

Signature et cachet du médecin :

La dispensation de l'activité physique adaptée ne peut donner lieu à ce jour à une prise en charge financière par l'assurance maladie.

<sup>1</sup> Décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD.