

# QUI SOMMES-NOUS ?



Les associations PAS APA, A2VIE62 et les Maisons Familiales Sport et Santé (MFSS) souhaitent remettre l'activité physique à portée de tous au cours de nos vies.

Débutants, pratiquants, public ayant une pathologie ou non, nos encadrants diplômés APAS (Activité Physique Adaptée Santé) vont vous accompagner dans un projet d'équilibre santé.

En collaboration avec vos professionnels de santé.



# CONTACTEZ-NOUS

## Maison Sport et Santé - MARQUISE

Téléphone Fixe : 03 21 32 27 40  
Portable : 06 81 09 04 35  
mail : a2vie62@gmail.com

## Maison Sport et Santé - EPERLECQUES-Fauquembergues

Portable : 06 85 79 45 81  
mail : assopasapa62@gmail.com

## Maison Familiale Sport et Santé - LUMBRES

Portable : 09 65 04 12 51  
mail : mfssdelumbres@gmail.com

## Maison Familiale Sport et Santé - SAINT-OMER

mail : mfsssaintomer@gmail.com

## Maison Familiale Sport et Santé - MONTREUIL-SUR-MER

Portable : 03 21 06 22 17  
mail : mfssdemontreuilсурmer@gmail.com

## Maison Familiale Sport et Santé - DESVRES

Portable : 06 81 09 04 35  
mail : mfssdedesvres62@gmail.com

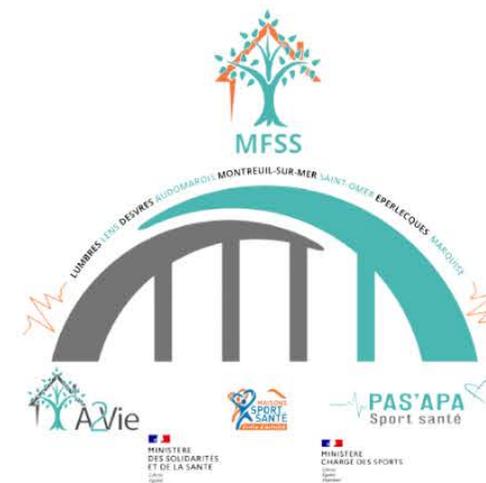
## Maison Familiale Sport et Santé - AUDOMAROIS

Portable : 07 87 29 83 92  
mail : mfssdelaudomarois@gmail.com



# MAISONS FAMILIALES SPORT ET SANTÉ

POUR UNE REMISE EN FORME  
ADAPTÉE NOUS VOUS  
ACCOMPAGNONS



## NOS PARTENAIRES



CAPSO  
COMITÉ NAISON D'AGGLOMÉRATION  
DU PAYS DE SAINT-OMER



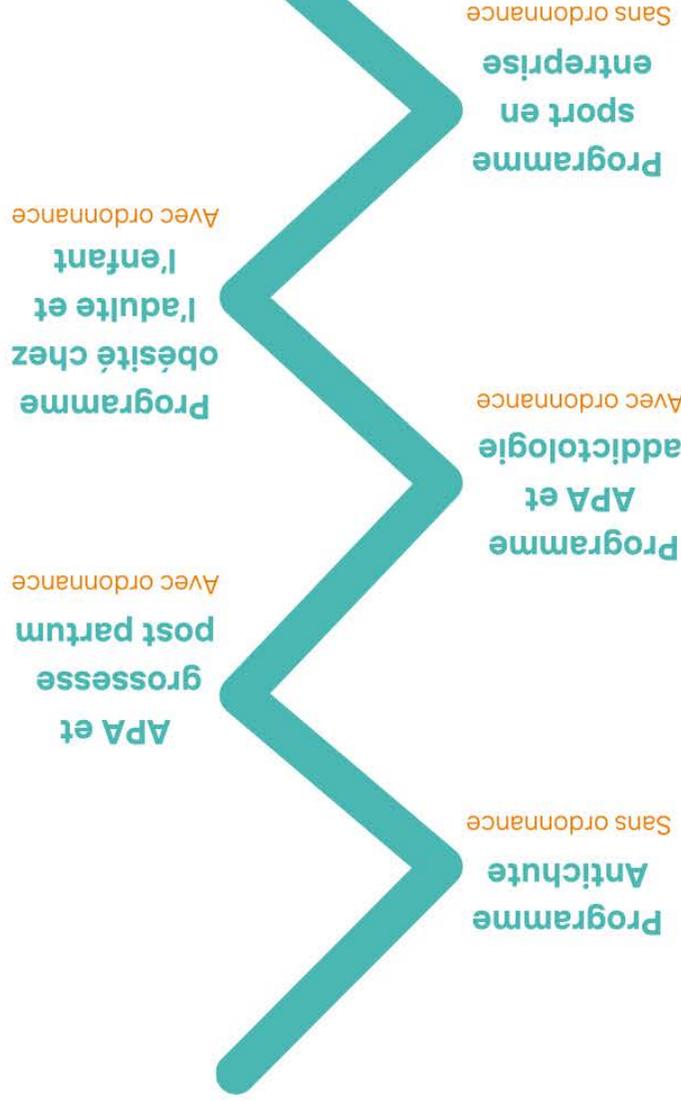
Côte d'Opale

VOTRE PARCOURS DE SOINS AVEC



LE SPORT SANTÉ,  
LE SPORT ADAPTÉ POUR TOUS,  
LE SPORT SUR ORDONNANCE

# NOS DISPOSITIFS SPORT SANTÉ



# NOS ACTIVITÉS PHYSIQUES

**SPORT SÉNIOR**

MARCHE NORDIQUE

**MARCHE SANTÉ**

GYM DOUCE

**F'HITT**

**APA LIBRE**

QI GONG

YOGA

# SPORT SUR ORDONNANCE

Encadré par des professionnels en activité physique adaptée pour lutter contre les pathologies à risques

ETAPE 1

Je consulte

ETAPE 2

Je m'inscris

ETAPE 3

Je fais mon évaluation initiale

ETAPE 4

Je pratique

ETAPE 5

Je fais mon évaluation finale

ETAPE 6

J'ajuste mon traitement