

# FORMULAIRE TYPE DE PRESCRIPTION D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Je prescris à Mme/M .....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 thérapeutique non médicamenteuse, en privilégiant le développement des capacités suivantes :

- Cardio-vasculaires     Musculaires     Souplesse     Équilibre     Coordination

Cette pratique devra être supervisée par un intervenant qualifié ayant les compétences requises conformément à l'instruction ministérielle, pour encadrer des patients présentant la limitation fonctionnelle suivante (voir au dos si nécessaire) :

- Aucune     Minimales     Modérées     Sévères

Dénomination de la pratique sportive (si demandée) : .....  
.....

## PRÉCONISATIONS PARTICULIÈRES ET COMPLÉMENTS D'INFORMATION À L'INTENTION DE L'INTERVENANT PERMETTANT D'ADAPTER ET DE SÉCURISER LA PRATIQUE (exemples

non exhaustifs : activités avec le poids du corps ou charges légères, pas de sport à risque de chute et/ou de collision, éviter efforts en ambiance froide, éviter efforts statiques intenses, contrôler l'intensité pour ne pas dépasser une intensité modérée, traitements à prendre, ...

Remis en main propres au patient, le

Signature et cachet :