



**STADE MULTISPORTS DE MONTROUGE**

**SPORTS X SANTÉ**

# **SPORT SUR ORDONNANCE**

**PARLEZ-EN AVEC VOTRE MÉDECIN ET  
RENSEIGNEZ-VOUS AU SECRÉTARIAT GÉNÉRAL  
DU STADE MULTISPORTS DE MONTROUGE**



**105 RUE MAURICE ARNOUX  
92120 MONTROUGE  
01 42 53 70 88 - SMM92.FR**





# SPORT SUR ORDONNANCE

Pratiquer une activité physique ou sportive réduit le stress et la fatigue en plus d'améliorer les capacités physiques. Une vraie « bulle d'air » dans la semaine.

### **POUR QUI ?**

Pour les personnes souffrant d'une affection de longue durée (diabète, obésité, cancer...) qui ont une ordonnance de leur médecin traitant prescrivant la pratique d'une activité physique.

### **COMMENT ?**

En prenant une adhésion au SMM aux activités physiques qui proposent une pratique physique ou sportive adaptée à la pathologie dont souffre le patient et à ses capacités physiques.

### **ET L'ENCADREMENT ?**

Il est réalisé par des professionnels diplômés ayant été formés spécifiquement à l'encadrement du sport santé. Un programme spécifique est proposé pour chaque adhérent en fonction de ses aptitudes.