

MON PARCOUR À LA MSS

EN 4 ÉTAPES

1

Premier échange

Un premier échange téléphonique pour mieux vous connaître et vous accompagner

2

Bilan initial

Échanges sur votre parcours, questionnaires santé et habitudes de vie, suivi d'un test physique

3

Programme APA

Cycle de 22 séances encadrées par un professionnel APA

4

Accompagner

Un bilan final pour visualiser vos progrès.
Accompagnement post MSS vers des partenaires sport santé du quartier pour continuer de pratiquer