

Une prise en charge graduée pour réussir pas à pas



Pratique sportive en autonomie



30 min d'activité
modérée chaque jour

90 min d'activité intense
chaque semaine

Sport et activité santé



Dispensés par des
professionnels de l'activité
physique et sportive dans
les associations
sport/santé

APA Activité Physique Adaptée



Dispensée par des
professionnels de l'APA
Stages possibles dans les
Maisons Sport Santé

Réentrainement à l'effort et ETP



Dispensés par des professionnels
de santé
en cabinet ou en structures
(hôpital, clinique, SMR,
associations)

La CPTS RCM



06.95.02.95.03



contact@cptsrcm.com



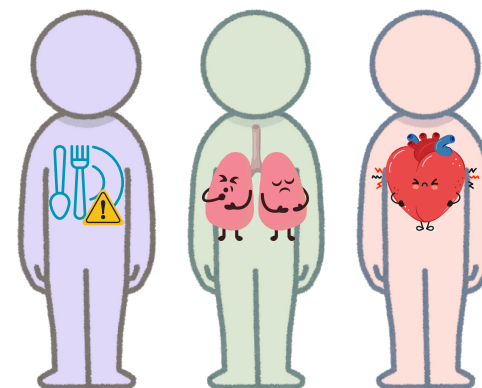
41 bis Avenue Georges Métayer
76000 Rouen

**Pour en savoir plus et
adhérer**



RÉENTRAINEMENT À L'EFFORT

Pour les patients nécessitant
un réentrainement à l'effort
avant de pratiquer une
activité physique (adaptée)



TéléRéhApp

Contact : t.bonnevie@adir-hautenormandie.com

Patients cibles : adultes, pathologies respiratoires

Programme : renforcement musculaire, endurance, éducation thérapeutique du patient ou ETP, questionnaire de suivi des symptômes et coaching quotidien par application

Temporalité : 8 semaines, 3 séances par semaine

Type de programme : télé-réadaptation à domicile

Coût financier : bilan pris en charge par assurance maladie, séances intégrées dans programme de recherche clinique

Nombre de places : encore à déterminer, projet de recherche en cours

ADIR-association

Contact : association@adir-hautenormandie.com

02 35 59 29 70

Patients cibles : adultes, pathologies respiratoires chroniques ou péri-opératoire

Programme : renforcement, endurance, ETP

Temporalité : 24 séances (3X/sem. pendant 8 semaines)

Type de programme : ambulatoire, possibilité de mix présentiel/distanciel

Coût financier : séances prises en charge par assurance maladie +/- complémentaire santé et ETP financée par l'agence régionale de santé ou ARS

Nombre de places : 200 places par an, délai d'attente moyen de 1 à 2 mois

Comité Normand contre les maladies respiratoires

Contact : contact@souffle-normand.com

02 35 59 01 88

Patients cibles : adultes, pathologies respiratoires chroniques

Programme : Post-réhabilitation: renforcement, endurance, équilibre, activité physique adaptée ou APA sur chaise, marche nordique, tennis adapté

Temporalité : 1 à 2X/sem

Type de programme : présentiel (distanciel en cours de réflexion)

Coût financier : adhésion annuelle à l'association de 20 euros plus 2,5 à 4 euros/séance

Nombre de places : 10 à 20 inscriptions possibles

SMR pneumo CHBG

Contact : 02 32 88 92 78

Patients cibles : adultes, pathologies respiratoires

Programme : kinésithérapie respiratoire, renforcement, endurance, APA, psychomotricité, orthophonie, diététicienne, psychologue, pneumologue et médecin rééducateur

Temporalité : 6 à 8 semaines en moyenne

Type de programme : hospitalisation complète, hospitalisation de jour ou HDJ 8 lits

Coût financier : pris en charge par l'assurance maladie +/- complémentaire santé

Nombre de places : 29 lits en hospitalisation complète, 8 places HDJ, délai d'attente 2 à 3 semaines

Centre de rééducation Clinique Mathilde

Contact : 02 32 81 11 80

Patients cibles : adultes avec pathologies respiratoires, **enfants possible**

Programme : éducation ventilatoire, renforcement, endurance, équilibre, ETP

Temporalité : deux séances/semaine

Type de programme : ambulatoire

Coût financier : pris en charge par la sécu+ mutuelle

Délai d'attente moyen inférieur à 4 semaines

Clinique Saint Hilaire

Contact : réadaptation cardiaque : 02 35 08 67 18

Patients cibles : plus de 16 ans, toutes pathologies cardiaques

Programme : réentraînement à l'effort, consultation cardiologique, 2 EFX+/-écho cœur, titration des traitements, ETP (ARS)

Temporalité : Coronarien: 3X/sem, insuffisants cardiaques et chir card ou personne âgée: 2X/sem; 20 séances jusqu'à 30

Type de programme : ambulatoire

Coût financier : pris en charge 100% ALD

Nombre de places : un mois d'attente, 14 personnes max/groupe; max 5 groupes/j

Prise en charge nutritionnelle, aide au sevrage tabac, accompagnement psychologique optionnels (si besoin)

Clinique Saint Hilaire

Contact : Artérioforme : 02 76 51 31 48

Patients cibles : plus de 16 ans; artérite avec claudication intermittente

Programme : réentraînement à l'effort adapté avec marche supervisée, 2 épreuves de marche sur tapis avec mesure des pressions périphériques

Temporalité : 3X/sem pendant 2 mois puis 2X/sem les deux mois suivants

Type de programme : ambulatoire

Coût financier : 100% ALD

Nombre de places : 8 jours, 6 places X2 groupes

Programme d'information thérapeutique optionnel

Clinique Saint Hilaire

Contact : Cardioforme : 02 76 51 21 32

Patients cibles : plus de 16 ans, IMC>30 et au moins un facteur de risque cardiovasculaire

Programme : conventionnel (endurance, renforcement, étirements)

Temporalité : 3X/sem pdt 2 mois puis 2X/sem pdt 2 mois

Type de programme : ambulatoire

Coût financier : pris en charge par l'assurance maladie+/- mutuelle (devis) ou 100% ALD

Nombre de places : 8 patients, 4 groupes, un mois d'attente

ETP (ARS) optionnelle

Clinique Saint Hilaire

Téléadaptation cardiaque

Patients cibles : plus de 16 ans, coronarien stable

Programme : réentraînement à l'effort, renforcement en ligne, EFX et écho cœur

Temporalité : 7 séances en clinique (5 début, 1 milieu, 1 fin)+15 au domicile

Type de programme : domicile, vélo connecté avec une application mobile (surveillance)

Coût financier : pris en charge par l'assurance maladie 100% ALD

Nombre de places : 1 par mois jusqu'à 10 par mois

Croix Rouge BG

Contact : hdj-nutri.bguillaume@croix-rouge.mssante.fr

Patients cibles : adultes, obèses

Programme : activité physique adaptée (renforcement, endurance, mobilité), éducation psycho-affective et ateliers diététiques; équipe pluriprofessionnelle

Temporalité : 2 demies journées/sem pdt 16 sem

Type de programme : hospitalisation ambulatoire

Coût financier : pris en charge sécu+mutuelle

Nombre de places : 13 groupes de 6 personnes dont un pour les patients TSA et un autre pour les personnes à troubles de la motricité



Réhabilitation respiratoire



Réhabilitation cardiaque



Réhabilitation nutritionnelle

