



DAC 13 Sud
Dispositif d'appui
à la coordination
Marseille - Aubagne - La Ciotat



APA

Activité Physique Adaptée
Maison Sport Santé



Le **DISPOSITIF** a pour objectif d'aider toute personne avec des besoins spécifiques de se (re)mettre à une activité physique régulière adaptée à ses envies et besoins, à des fins de santé ou thérapeutique.

Le DAC 13 SUD met en place un accompagnement individualisé, gratuit et de proximité pour

- 1** Prendre sa santé en main
- 2** Bouger en toute sécurité
- 3** Améliorer ses capacités physiques en prenant du plaisir
- 4** Être accompagné pour se (re)mettre à l'activité physique dans des petits groupes

CONTACTEZ-NOUS

 **04 65 40 50 00**

apa@dac13sud.fr

Notre process d'accompagnement

1. ACCUEIL & INFORMATION

La Maison Sport santé vous accueille et vous informe sur le dispositif et le parcours médico

2. BILAN PRÉALABLE

Un entretien individuel avec un Enseignant en Activité Physique Adaptée (EAPA) pour évaluer votre condition physique, vos habitudes de vies, votre motivation, vos craintes...

3. ORIENTATION

Vous orienter vers une offre de pratique la plus adaptée à vos besoins et envies à proximité de chez vous

4. SUIVI

Suivi régulier de votre parcours
À votre écoute et conseils selon vos besoins



MARSEILLE | AUBAGNE
Les lieux d'accompagnement

CONTACTEZ-NOUS

 **04 65 40 50 00**

apa@dac13sud.fr



VILLE DE
MARSEILLE

