



ORIENTER UN JEUNE VERS UN BILAN D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Objectif

Réaliser un entretien avec l'enfant et ses parents afin d'analyser son mode de vie, son niveau d'activité physique et de sédentarité, ses représentations et sa condition physique.

- ➔ Identifier les besoins spécifiques
- ➔ Faire émerger des ressources
- ➔ Proposer des pistes d'action concrètes à la famille et au médecin

1 IDENTIFIER LE JEUNE

Agé de 6 à 18 ans en surpoids ou obésité

- En difficulté pour retrouver une pratique d'activité physique régulière
- Ayant un niveau de sédentarité élevé



2 IDENTIFIER LE PROFESSIONNEL

📍 Trouver un professionnel sur notre site www.reppop-bfc.com/pro :

- ➔ Espace membre - se connecter
- ➔ Carte interactive
- ➔ Sélectionner "Professionnel AP"
- Remplir "code postal" domicile patient
 - ➔ Etendre la distance si nécessaire
 - ➔ Renvoyer sur coordination Besançon/Dijon si trop éloigné

3 ORIENTER ET PRESCRIRE

Transmettre les coordonnées du professionnel en activité physique adapté à la famille. ou l'orienter vers la coordination.

Ouvrir le cercle de soin sur le parcours eTICSS



Remplir la prescription et la transmettre à la famille



Accessible à tout moment de l'année !

PLUS D'INFORMATIONS



Franche-Comté : 03 81 21 90 42



squinart@reppopbfc.fr



Bourgogne : 09 86 73 44 90



vgranger@reppopbfc.fr

ORIENTATION POUR UN BILAN D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉ

➤ **Je soussigné(e),**

Docteur en médecine exerçant à :

➤ Certifie avoir examiné le/la jeune :

Né(e) le : / / ce jour, il/elle pèse : et mesure :

Et qu'il ne présente pas de contre indication médicale cliniquement décelable à une activité physique adaptée à ses capacités.

Pour réaliser un bilan d'activité physique adaptée la famille prendra contact avec :

☐ **Nom et coordonnées du professionnel en activité physique adapté du secteur :**

.....
Adresse :

Tel :

☐ **Enseignant en APA coordination Dijon**
Violène Granger - 09 86 73 44 90 - vgranger@reppopbfc.fr

☐ **Enseignant en APA coordination Besançon**
Sylvain Quinart - 03 81 21 90 42 - squinart@reppopbfc.fr



Pour identifier un professionnel
à proximité du domicile de la famille

Pour analyser plus spécifiquement :

- | | |
|--|---|
| ☐ Niveau d'activité physique | ☐ Capacités physiques |
| ☐ Niveau de sédentarité | ☐ Motivation |



Afin d'établir des pistes
d'action concrètes pour aider
ce jeune et sa famille

Préconisation d'activité et recommandations :

☐ **Aménager les activités physiques qui sollicitent les articulations et en particulier les articulations suivantes :**

☐ Chevilles ☐ Genoux ☐ Hanche ☐ Rachis ☐ Autres

⚠ La douleur doit être un signe d'appel pour arrêter l'activité

☐ **Aménager les activités physiques qui sollicitent les fonctions cardio-respiratoires.**

Adapter la durée / l'intensité / les temps de récupération

⚠ L'essoufflement excessif doit être un signe d'appel pour aménager l'activité

☐ **Traitements utiles lors d'activités physiques :**

☐ Bronchodilatateur ☐ Resucrage ☐ Autres

☐ **Autres préconisations :**

Cachet du médecin

Fait à le
Signature