

**SAINT
QUENTIN
EN YVELINES**

Terre d'innovations

SPORT SUR ORDONNANCE

BESOIN DE PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ?

*Prenez soin
de vous, bougez!*

SUR AVIS MÉDICAL

SUR INSCRIPTION

01 30 16 17 80 - sante@sqy.fr

Gratuit

L'IPS vous propose des séances d'activité physique
encadrées par des **éducateurs sportifs formés**
à Trappes et à Magny-les-Hameaux



Direction Départementale
de la Cohésion Sociale



**Institut
de Promotion
de la Santé**

QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

- Habitants de Saint-Quentin-en-Yvelines à partir de 18 ans
 - Souffrant d'une pathologie chronique (diabète, cancer, asthme, hypertension...), en surpoids, ou sédentaires...
-

COMMENT PROCÉDER ?

- Contactez l'IPS pour plus d'informations sur les créneaux, les lieux disponibles et la démarche à suivre.
 - Consultez votre médecin pour discuter de l'activité la plus adaptée... , lui demander de remplir le certificat de non contre-indication à la pratique sportive.
 - Bienvenue à la séance d'activité physique à Trappes ou Magny-les-Hameaux.
-

SUR INSCRIPTION :

IPS - 01 30 16 17 80 - sante@squ.fr

Gratuit

