



## L'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE VOTRE ATOUT SANTE



Vous souhaitez prendre soin de votre santé ?  
 Vous avez envie de reprendre une activité physique ?  
 Atteint de maladies chroniques ?  
 Vous avez une prescription ?

**Rejoignez les ateliers SPORT SANTE:**

les activités sont **ADAPTÉES** et **ENCADRÉES**  
 par un enseignant en Activité Physique Adaptée!



Le LUNDI (à p. du **30/09/24**)

de 17h15 à 18h15  
 de 18h30 à 19h30 : **Châteauroux**

Le MARDI (à p. du **01/10/24**)

de 17h15 à 18h15 : **Arthon**



Le JEUDI (à p. du **03/10/24**)

de 9h15 à 10h15 : **Chabris**  
 de 11h à 12h : **Valençay**  
 de 16h30 à 17h30 : **Vendoeuvres**  
 de 18h à 19h : **Levroux**

Le VENDREDI (à p. du **04/10/24**)

de 16h à 17h : **Chatillon**

Avec le soutien financier de l'Action Sociale AG2R LA MONDIALE



Avec le concours de la conférence des financeurs de l'Indre

# Des ateliers pour

**PRENEZ  
SOIN DE  
VOUS ...**

de la **PRÉVENTION SANTÉ**  
de la **PRISE EN CHARGE THÉRAPEUTIQUE**  
du **MAINTIEN DE L'AUTONOMIE**  
et du **LIEN SOCIAL**

## **L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : UN OUTIL AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ**

12 séances spécialement adaptées à vos besoins

- Accueil, bilans et accompagnement individualisés.
- Séances d'activités physiques adaptées collectives (maxi 10 personnes)

**Combien ça coûte? 70 € + 10 € (licence) (12 séances - 3 mois)**

Paiement mensuel possible (chèque ou CB)

Prise en charge possible par votre mutuelle

**Comment ça marche?** Inscription obligatoire  
par téléphone ou par mail

## **Ce que l'ADESLI vous apporte**



**0 DEPLACEMENT  
PROXIMITE**



**ADAPTATION  
A VOS BESOINS**



Ne pas jeter sur la voie publique

## **NOUS CONTACTER**



**Maison des sports  
89 allée des sports  
36 000 CHATEAUROUX**



**06 74 50 36 22**



**adesli36@gmail.com**

## **Pour suivre les infos :**



Visitez notre site internet  
[indre.profession-sport-loisirs.fr](http://indre.profession-sport-loisirs.fr)



**P5L36**

Scannez notre  
carte de visite

