

Orienter un patient vers un club labellisé Sport-Santé

FitGood est un club de sport-santé situé au 11 rue de la Grande Bretagne, à Nantes Beaujoire. Il accueille vos patients en activité physique adaptée, avec ou sans ordonnance, dans un cadre sécurisé et encadré par des coaches certifiés E3S — un lieu de sport ouvert à tous, où vos patients s'entraînent sans étiquette.

Label **Sport-Santé SF2S**

Coachs certifiés **E3S**

Bilan **InBody 770**

Défibrillateur · **PSC1** à jour

LE CADRE

Ce que dit la loi, ce que fait le club

- Depuis le **décret du 30 décembre 2016**, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à ses patients en affection de longue durée. La HAS reconnaît l'activité physique comme thérapie non médicamenteuse depuis 2011.
- **L'ordonnance n'est pas obligatoire** pour venir au club. Elle formalise vos recommandations et vos contre-indications, et conditionne la participation de la plupart des mutuelles.
- Le **label SF2S**, délivré par la Société Française de Sport-Santé, impose un cahier des charges : défibrillateur, tensiomètre et lecteur de glycémie sur place, coaches E3S, PSC1 à jour, accueil des pathologies chroniques.
- Les **coachs E3S** (40 heures de formation validées par l'ARS et la DRJSCS) évaluent, conçoivent un programme individualisé et savent réagir face aux pathologies chroniques.

POUR QUELS PATIENTS

Les situations accompagnées

- **Articulations et mobilité** — lombalgies, cervicalgies, arthrose, tendinites, troubles musculo-squelettiques.
- **Cœur et respiration** — hypertension, suites d'infarctus stabilisées, insuffisance cardiaque, BPCO, pathologies respiratoires.
- **Métabolisme** — diabète de type 2, surpoids, obésité, syndrome métabolique.
- **Stress et santé mentale** — anxiété, dépression, stress chronique, troubles du sommeil.
- Et plus largement toute personne **éloignée de l'activité physique**, en reprise après un arrêt ou en prévention.

Le programme est construit à partir de vos précautions et contre-indications, transmises par la fiche d'orientation (page 3).

COMMENT ORIENTER UN PATIENT

Trois étapes, et un retour vers vous

Rien à mettre en place de votre côté : une orientation orale ou une ordonnance suffit. Nous nous chargeons du reste.

1

Vous orientez

Un conseil en consultation, la fiche d'orientation de ce kit ou une ordonnance d'activité physique adaptée. Le patient nous appelle ou réserve sur fit-good.fr ; vous pouvez aussi nous contacter directement.

2

Entretien, bilan InBody 770

Première venue avec un coach sport-santé, qui recueille antécédents, traitements, objectifs et vos recommandations, puis réalise le bilan de composition corporelle. Le programme est ensuite adapté à la pathologie et au niveau de départ.

3

Séances encadrées et suivi

Séances corrigées en temps réel, accès 7j/7, cours collectifs adaptés, suivi nutritionnel en option. Bilan trimestriel, transmis au patient ou à vous, avec son accord.

POUR LE PATIENT

Coût et prise en charge

- Formules du club **sans engagement**, coaching inclus. Le détail est sur fit-good.fr/tarifs/.
- Bilan InBody : **19,90 €** pour un non-adhérent, déduit de l'inscription s'il rejoint le club dans le mois.
- **Plus de 40 mutuelles** participent à l'activité physique adaptée, de 30 à 500 € par an selon le contrat, le plus souvent sur prescription médicale et dans une structure labellisée. Nous fournissons la facture et l'attestation.

LE CLUB EN PRATIQUE

Horaires et accès

- Club ouvert **7 jours sur 7, de 5h30 à 23h** ; accueil du lundi au vendredi de 9h à 20h et le samedi de 9h à 16h.
- **11 rue de la Grande Bretagne, 44300 Nantes**, quartier Beaujoire : parking gratuit devant l'entrée, bus ligne 77 (arrêt Grande-Bretagne), accès PMR.
- Équipe stable : Batiste et Enzo, coachs sport-santé certifiés E3S ; Sabrina et Anthony à l'accueil ; Nicolas, directeur.

VOTRE INTERLOCUTEUR

Une question sur **un patient** ?

Nicolas, directeur du club, répond à vos questions et fait le lien avec les coachs sport-santé. Une visite du club, seul ou avec votre équipe, est possible sur simple demande — vingt minutes suffisent.

02 40 50 46 99contact@fit-good.frfit-good.fr/professionnels-de-sante

11 rue de la Grande Bretagne
44300 Nantes

Orientation vers une activité physique adaptée

Cette fiche n'est pas une ordonnance : elle nous transmet vos recommandations pour construire le programme. Une ordonnance d'APA peut y être jointe, utile pour la mutuelle du patient.

Patient

Nom

Prénom

Date de naissance

Téléphone

E-mail

Motif de l'orientation

☐ Articulations et mobilité (lombalgie, arthrose, TMS...)☐ Métabolisme (diabète de type 2, surpoids, obésité...)☐ Reprise après arrêt, déconditionnement☐ Cœur et respiration (HTA, post-infarctus, BPCO...)☐ Stress, anxiété, dépression, sommeil☐ Prévention, patient éloigné de l'activité physique

Autre / précisions

Recommandations pour le programme

Objectifs prioritaires (ex. : perte de masse grasse, renforcement, endurance, mobilité, lien social)

Précautions et contre-indications (mouvements, charges, intensité, positions à éviter)

Traitement en cours pouvant influencer l'effort (bêtabloquants, insuline, anticoagulants...)

Fréquence conseillée (séances / semaine)

☐ Ordonnance d'activité physique adaptée jointe☐ Patient en affection de longue durée (ALD)

Prescripteur

Nom et prénom

Profession / spécialité

Cabinet / structure, commune

Téléphone

E-mail

☐ Le patient accepte que FitGood transmette son bilan InBody et son évolution trimestrielle au prescripteur

Date

Signature et cachet

Les informations de cette fiche sont utilisées uniquement par l'équipe sport-santé de FitGood pour adapter le programme du patient ; elles ne sont ni transmises à des tiers ni utilisées à d'autres fins. Le patient peut y accéder ou en demander la suppression à tout moment en écrivant à contact@fit-good.fr.