



# 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 à 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** Se (re)mettre à l'activité physique dans des petits groupes

CONTACTEZ-NOUS

 04 65 40 50 00

[apa@dac13sud.fr](mailto:apa@dac13sud.fr)

# Notre accompagnement

## 1. ACCUEIL & INFORMATION

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

## 2. BILAN PRÉALABLE

Un entretien individuel avec un Enseignant  
en Activité Physique Adaptée (EAPA) pour évaluer votre condition physique,  
vos habitudes de vie, 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  
Écoute et Conseil selon vos besoins

## CONTACTEZ-NOUS



**04 65 40 50 00**

**apa@dac13sud.fr**