



## S'engager pour la santé par l'Activité Physique en Occitanie

*eFORMip vous propose **le dispositif d'accompagnement du patient** pour intégrer la pratique d'Activité Physique et la lutte contre la sédentarité dans votre parcours de soin.*

Pour nous contacter

[contact@efformip.com](mailto:contact@efformip.com)

05 67 06 64 76

Le dispositif d'accompagnement du patient, c'est **plusieurs actions personnalisées** selon vos besoins vos particularités et vos envies pour **assurer une intégration sereine et durable** de l'Activité Physique dans vos habitudes de vie.



### Accueil téléphonique

Ligne directe pour vous informer sur les aides existantes et actions proposées.



### Suivi partagé

Accès à une application pour faciliter la coordination et suivre vos évolutions, en conformité à la loi RGPD (*Règlement Général sur la Protection des Données*).



### Bilan éducatif partagé

Analyse construite autour de questionnaires validés permettant l'élaboration d'un Bilan Educatif Partagé.



### Informations & conseils

Mise à disposition de ressources en activité physiques, outils, informations, conseils, application, séance en ligne...



### Accès à des outils numériques

Plateforme permettant d'accéder à de nombreux outils facilitant la pratique d'activité physique (évaluation, suivi, bilan, questionnaire, exercices vidéos, conseils, ...)



### Accompagnement pour faciliter la pratique en structure

Orientation vers les plateformes de cartographie des pratiques d'activités physiques et soutien dans la recherche.



### Education à la santé

Ateliers collectifs pour acquérir les compétences en matière de santé et d'activité physique afin de faciliter l'intégration de l'activité physique au quotidien.



### Suivi motivationnel du patient

Co-construction d'un parcours spécifique selon vos objectifs individualisés et adaptés à vos besoins.



### Programme **D-marche**

Possibilité de pouvoir bénéficier d'un programme motivationnel pour augmenter de manière pérenne le nombre de pas au quotidien (*hors financement ARS*).



### Programme d'activité physique

Programmes d'activité physique pour une pratique autonome pouvant suppléer ou compléter une pratique encadrée.



### Analyse concertée des résultats des bilans

Echanges et indications personnalisés en fonction du bilan fonctionnel et motivationnel.