

Les bienfaits de L'activité Physique et/ou sportive

PSYCHISME

- ✓ Diminue le stress
- ✓ Améliore le moral et la confiance en soi

POUMONS

- ✓ Améliore la respiration et aide à l'arrêt du tabac

CŒUR - VAISSEAUX

- ✓ Diminue le risque d'accident cardiaque
- ✓ Diminue le risque d'accident vasculaire cérébral

MUSCLES TENDONS - OS

- ✓ Préserve les muscles et la souplesse des tendons
- ✓ Diminue l'ostéoporose

MÉTABOLISME

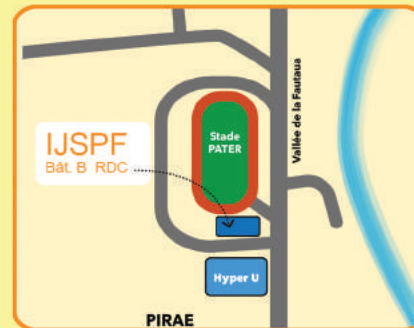
- ✓ Baisse le taux de sucre et de graisses dans le sang

ÂGE

- ✓ Augmente l'espérance de vie dans de meilleures conditions



Direction de la santé
BP 611 - 98713 Papeete
Tahiti, Polynésie française



Bureau : 40 410 600
Médecin : 40 502 789
Régulateur : 89 777 589
Coordonnateur : 40 488 204
Educateur médico-sportif : 89 477 789

Mail: mataisportsante@gmail.com
facebook: matitaisportsante

NOUS TROUVER :
Institut de la jeunesse et des sports
de la Polynésie française
Rue Raauri Tematafaarere
(perpendiculaire avec rue Paul Bernière),
Immeuble Jacques Bonno,
Bâtiment B, rez-de-chaussée,
Tahiti, Polynésie française

INFORMEZ-VOUS!



Maita'i Sport Santé



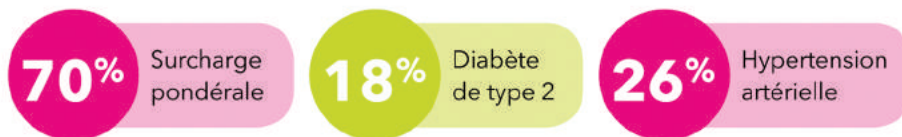
POLYNÉSIE FRANÇAISE

v.190625



Présentation générale

Les indicateurs de santé sont préoccupants en Polynésie française



- Les maladies liées au mode de vie génèrent des coûts de santé très élevés pour la population.
- L'activité physique est un moyen de prévention pour sa santé (expertise collective de l'INSERM 2008), elle permet de stabiliser la maladie et de limiter l'apparition des complications.

Ce dispositif est dédié aux patients qui souhaitent reprendre une activité physique adaptée, régulière, sécurisante et progressive.

Le réseau **Maita'i Sport Santé** propose à chaque patient volontaire :

- une évaluation de sa condition physique,
- puis une orientation vers une activité physique adaptée à sa condition et à ses envies.

Objectifs

- Fédérer le monde de la santé et le monde du sport pour proposer une offre de soins nouvelle : le sport sur ordonnance
- Accompagner le patient vers une pratique physique adaptée, régulière, sécurisante et progressive.



Programme pour les personnes concernées par :

Obésité élevée ou morbide

Diabète de type 2

Dyslipidémie

Hypertension artérielle

Cancer du sein

Cancer de l'utérus

Cancer de la prostate

Cancer du côlon

Bronchopneumopathie chronique obstructive

Maladie de Parkinson

PARCOURS DE SOIN DU RESEAU

Maita'i Sport Santé



LES PLUS

- + Prise en charge et accompagnement par des professionnels
- + Délivrance d'un Pass' Sport santé
- + C'est gratuit : financement assuré par les partenaires du réseau Maita'i sport-santé
- + Ajustement de mon traitement médical par mon médecin