

ACCUEILLIR - INFORMER - ORIENTER



Des activités physiques et sportives pour tous les publics et tout au long de la vie.

Structure habilitée depuis janvier 2025 par le Ministère des solidarités et de la santé et le Ministère des sports dans le cadre de la stratégie Nationale Sport-Santé.

QU'EST-CE QU'UNE MAISON SPORT-SANTÉ ?

La Maison Sport-Santé est une structure destinée à accompagner les personnes souhaitant débiter ou reprendre une activité physique et sportive pour leur santé et leur bien-être. L'originalité des Maisons Sport-Santé réside dans la collaboration étroite entre

professionnels du sport et de la santé pour offrir un programme personnalisé prenant en compte l'âge, l'état de santé et le niveau du bénéficiaire afin de l'accompagner et lui permettre de s'inscrire dans une pratique d'activité physique et sportive durable.

POUR QUI ?

La Maison Sport-Santé est ouverte à tous, mais particulièrement aux :

▪ **Personnes en bonne santé qui n'ont jamais pratiqué de sport** ou n'en ont pas fait depuis longtemps et veulent se remettre à l'activité physique avec un accompagnement à des fins de santé, de bien-être, quel que soit leur âge.

▪ **Personnes souffrant de maladies chroniques pour lesquelles l'activité physique et sportive est recommandée.**

▪ **Personnes souffrant d'affections de longue durée** à des fins de santé, de bien-être ainsi qu'à des fins thérapeutiques, quel que soit leur âge, nécessitant une activité physique adaptée sécurisée par des professionnels formés et prescrite par un médecin.



La Maison Sport-Santé du Provinois s'adresse prioritairement aux résidents de la Communauté de communes du Provinois avec une offre tarifaire adaptée.

LE RÉSEAU

La MSS du Provinois s'appuie aujourd'hui sur un réseau de professionnels de santé pour orienter et répondre au mieux aux besoins des personnes selon leur profil et leurs limitations physiques.

Les Professionnels de santé

La loi de modernisation de notre système de santé de 2017 a introduit la possibilité, pour les médecins généralistes et spécialistes, de prescrire une activité physique aux personnes sédentaires et à celles souffrant d'une affection de longue

durée (ALD). Cette mesure concerne 10 à 11 millions de Français atteints par exemple de diabète, de la maladie de Parkinson ou d'Alzheimer, de sclérose en plaques ou de cancer, obésité ou autres...

Les associations sportives de la Communauté de communes du Provinois

Le réseau d'accueil du Sport-Santé du Provinois est constitué d'acteurs référencés et disponibles à la Maison Sport-Santé. Les associations partenaires de nos dispositifs ont été sélectionnées

pour la qualité de leur encadrement et leur engagement dans la démarche Sport-Santé. Elles disposent d'un ou plusieurs éducateurs sportifs qui ont reçu une formation certifiante.



LES ACTIVITÉS

1 **PRESCRI'FORME Sport sur Ordonnance :** **L'activité physique sur prescription médicale.**

Avec une prescription d'activité physique adaptée obtenue par son médecin traitant ou spécialiste.

▪ **BILAN INITIAL** (questionnaire, bilan motivationnel, évaluation de la condition physique) réalisée par un professionnel de la Maison Sport-Santé du Provinois formé Prescri'forme

▪ **PROGRAMME PASSERELLE** : un programme varié, du lundi au vendredi, toutes les pratiques sont encadrées par des professionnels de l'Activité Physique Adaptée. Activités diversifiées et variées telles que : Marche, Renforcement musculaire,

Tennis-Santé, Gym douce, Yoga

Durée: 3 mois à raison de 2 séances par semaine prise en charge par les agents de la Maison Sport-Santé et une en autonomie.

Lieux de pratique: les gymnases, salles de la Ville de Provins et espaces de plein air.

▪ **BILAN FINAL DU PROGRAMME PASSERELLE**: orientation des patients vers un club ou une association sportive du territoire.



LE PARCOURS PRESCRI'FORME



1

Vous exprimez l'envie/le besoin de pratiquer ou reprendre une activité physique.
Votre médecin vous prescrit une activité physique pour votre santé.

2

Vous serez pris en charge par un professionnel de la Maison Sport-Santé afin d'effectuer un bilan de votre condition physique.



3

En fonction de vos capacités physiques, de votre motivation et de vos besoins, nous déciderons de l'activité physique qui sera la plus adaptée.



4

La Maison Sport-Santé vous propose un projet personnalisé pour votre reprise d'activité et vous oriente sur les différentes pratiques «sport-santé» présentes sur le territoire.



Activités		Provins et Communauté de communes du Provenois	Hors Communauté de communes du Provenois
Prescription médicale Prescri'Forme	Bilan initial personnalisé	30 €	60 €
	Programme Passerelle (3mois)	Gratuit	100 €
	Bilan final personnalisé	30 €	60 €

2 L'EMSP L'École Multisports du Provenois



Ouverte aux 3-11 ans (de la petite section au CM2), l'EMSP propose des activités pluridisciplinaires pour développer des compétences motrices polyvalentes et complémentaires en

vue d'intégrer à terme l'association sportive de votre choix....

Les familles pourront choisir leurs créneaux, 1 fois par semaine, à partir d'une planification distribuée à la Maison Sport Santé du Provenois.

Les différentes disciplines sont proposées par cycle d'activité de 5 à 7 séances et sont dispensées par des éducateurs sportifs diplômés.

Le début des activités aura lieu à partir du **mardi 16 septembre 2025**. Adhésion à la saison sportive (année scolaire).

LISTE DES DOCUMENTS À FOURNIR POUR L'INSCRIPTION :

- Attestation d'assurance
- Questionnaire de santé
- Le dossier extra-scolaire à remplir auprès de l'espace famille (Dossier complet à remplir)
- Le dossier d'inscription est à retirer auprès de la Maison Sport-Santé ou du Service des Sports.

INSCRIPTIONS :

Les inscriptions commenceront le 23 juin 2025. Cette inscription est annuelle et est facturée selon la grille des tarifs en vigueur.

ATTENTION, NOMBRE DE PLACES LIMITÉ !

Activités	Provins et Communauté de communes du Provenois	Hors Communauté de communes du Provenois
Ecole Multisports	95 €	190 €
	76 € Par enfant pour les titulaires de la carte famille nombreuse	152 € À partir du 3 ^{ème} enfant

DÉBUT DES ACTIVITÉS :

Mardi 16 septembre 2025

FIN DES ACTIVITÉS :

Mercredi 24 juin 2026



LES PLANNINGS EMSP



2025/2026 - Séances du mardi soir

		Cycle 1 5 séances du 16/09/25 au 14/10/2025	Cycle 2 6 séances du 04/11/25 au 16/12/25	Cycle 3 7 séances du 06/01/26 au 17/02/26	Cycle 4 6 séances du 10/03/26 au 14/04/26	Cycle 5 7 séances du 05/05/26 au 16/06/26
5/6 ans 2019/2020	17h15-18h30	Éveil athlétique Grand plateau	Éveil gymnique Petit plateau	Jeux d'opposition Dojo	Jeux de ballons Grand plateau	Natation 17h00-18h00 Centre Aquatique du Provenois
7/8 ans 2017/2018	17h00-18h30	Activités gymniques Petit plateau	Natation 17h00-18h00 Centre Aquatique du Provenois	Sports collectifs Grand plateau	Jeux d'opposition Dojo	Activités athlétiques Stade
9/10 ans 2015/2016	17h00-18h30	Jeux d'opposition Dojo	Sports collectifs Grand plateau	Activités gymniques Petit plateau	Natation 17h00-18h00 Centre Aquatique du Provenois	Activités athlétiques Stade



2025/2026 - Séances du mercredi matin

		Cycle 1 5 séances du 17/09/25 au 15/10/2025	Cycle 2 6 séances du 05/11/25 au 17/12/25	Cycle 3 7 séances du 07/01/26 au 18/02/26	Cycle 4 6 séances du 11/03/26 au 15/04/26	Cycle 5 7 séances du 06/05/26 au 17/06/26
3/4 ans 2021/2022	10h30-11h30	Jeux de motricité Grand plateau Petit plateau	Jeux d'opposition Dojo Petit plateau	Jeux d'adresse Grand plateau Petit plateau	Éveil gymnique Petit plateau Dojo	Éveil athlétique Stade
5/6 ans 2019/2020	9h00-10h15	Éveil athlétique Grand plateau	Éveil gymnique Petit plateau	Jeux d'opposition Dojo	Jeux de ballons Grand plateau	Natation 9h00-10h00 Centre Aquatique du Provenois
7/8 ans 2017/2018	8h45-10h15	Activités gymniques Petit plateau	Natation 9h00-10h00 Centre Aquatique du Provenois	Sports collectifs Grand plateau	Jeux d'opposition Dojo	Activités athlétiques Stade
9/10 ans 2015/2016	8h45-10h15	Jeux d'opposition Dojo	Sports collectifs Grand plateau	Activités gymniques Petit plateau	Natation 9h00-10h00 Centre Aquatique du Provenois	Activités athlétiques Stade

Fête de l'EMSP le 24 juin 2026

3 M3S Multisports Santé Seniors

À l'intention des plus de 65 ans. Activités ludiques et adaptées dispensées en salle et en extérieur.

Sur le principe d'une adhésion par saison, chaque adhérent peut participer à 2 cours par semaine, matin et/ou après-midi, à partir

d'un planning proposé par nos éducateurs sportifs professionnels.

Le nombre de place par groupe et par créneau est limité. Les activités débiteront à partir du **lundi 15 septembre 2025**.

LES BIENFAITS

ÉQUILIBRE

MOBILITÉ
ARTICULAIRE

SOUPLESSE

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

SANTÉ
CARDIOVASCULAIRE

LES TARIFS

DE SEPTEMBRE À JUIN

Habitants de Provins

& CCDP **100 €**

Autres **200 €**

DISPENSÉ PAR
Des professionnels
DIPLÔMÉS

LES CRÉNEAUX HORAIRES

G1	LUNDI 11 h-12 h JEUDI 16 h-17 h
G2	LUNDI 11 h-12 h MERC. 16 h 30-17 h 30
G3	LUNDI 15 h-16 h JEUDI 14 h 30-15 h 30
G4	MARDI 11 h-12 h JEUDI 15 h-16 h
G5	MARDI 16 h-17 h JEUDI 10 h-11 h
G6	MERC. 16 h-17 h VEND. 10 h 30-11 h 30

LA CIBLE



65
ans et +

4 SLV Sport Loisirs Vacances

Accueil collectif de mineurs qui propose à un public de 5 à 16 ans de **découvrir une multitude d'activités physiques et sportives** dans un univers sécurisé et ludique (tous les après-midis des vacances scolaires sauf Noël).

Un programme vous est présenté chaque semaine sur lequel les familles d'activités sportives sont représentées :

- Sports collectifs (Hand Ball, Basket Ball, Football, Volley Ball...)
- Sports innovants (Chase tag, Kin Ball, Spike Ball, Dodge Ball, Touch Ball, Bum Ball...)
- Activités gymniques
- Activités athlétiques
- Jeux sportifs
- Jeux d'opposition
- Sports de raquettes (Tennis de table, Tennis, Badminton)
- Piscine

Des activités événementielles s'ajoutent à l'offre quotidienne :

- Grands jeux
- Tournois de sports collectifs
- Sortie VTT
- Course d'orientation

Ponctuellement, des sorties extérieures sont organisées pour offrir des activités de loisirs :

- Koézio
- Accrobranche
- Base de loisirs
- Boot camp
- Laser Game
- Structures gonflables
- Escalade

Les inscriptions se font à la semaine par l'intermédiaire d'un portail famille. Renseignements sur le site de la Communauté de communes du Provinois :

www.cc-du-provinois.fr/accueils-loisirs/

5 le PASS Provins Activ'Sport Santé

Des activités physiques et de bien-être, gratuites, ouvertes à tout public, proposées par nos associations sportives et les professionnels de la Maison Sport-Santé. Une belle occasion de venir s'initier et découvrir une discipline, sans engagement, dans un cadre sécurisé et convivial.

6 à 8 rassemblements par saison sportive



L'activité physique est un adjuvant thérapeutique (Haute Autorité de Santé 2011) dont les bénéfices ne sont plus à démontrer. Elle améliore les trois composantes de la santé, telles définies par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS): santé physique, santé psychologique, santé sociale. C'est aujourd'hui un outil essentiel en prévention primaire, secondaire et tertiaire.



Sur rendez-vous

Du lundi au vendredi

01 64 00 46 03

(9h-12h et 14h-17h)

sportsanté@mairie-provins.fr

Boulevard d'Aligre



Direction des services départementaux de l'éducation nationale de la Seine-et-Marne