

Votre parcours Sport Santé

des professionnels de santé, de la prévention et de l'activité physique adaptée se mobilisent pour vous accompagner

Maison Sport Santé MOVA



MOVA vous accueille au sein de l'une de ses antennes pour évaluer vos capacités physiques et votre niveau d'activité physique afin de vous orienter vers des activités physiques adaptées.



Prévention



La Mutualité Française de Corse vous propose un cycle d'atelier de sensibilisation et d'information sur les bienfaits de l'activité physique et de l'alimentation.



Parcours APA



Parcours d'activité physique adapté à votre profil et animés par des professionnels qualifiés des structures partenaires MOVA (Centres de soins de suite et de réadaptation, associations sportives)



Accompagnement motivationnel



Un accompagnement motivationnel afin de créer les conditions favorables à l'initiation puis au maintien de comportement de santé.
(Cabinet Pa Esse, coaching / prévention santé)



Suivi régulier



Accès gratuit à l'application GOOVE

- tous vos bilans / résultats / tests regroupés et consultables en ligne et accessibles à votre médecin traitant et votre éducateur sportif.
- référencement des éducateurs sportifs en APA de votre territoire
- réservation de la séance sportive de votre choix via l'application
- des centaines de séances et exercices en ligne à réaliser en autonomie et en toute sécurité



Partenaires

