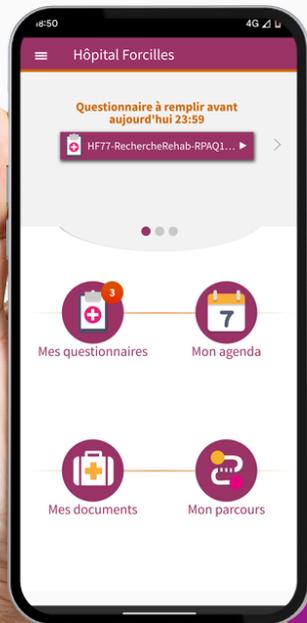


## Plateforme numérique "Hôpital Forcilles"

Disponible en téléchargement ou sur votre ordinateur, elle vous servira à structurer votre reprise d'activité physique et sera un lien avec l'équipe de La Maison Sport-et-Marne.



## Prenez contact



**Maison Sport-et-Marne**  
**Lieu-dit Forcilles**  
**77150 Férolles-Attilly**



[sportetmarne@cognacq-jay.fr](mailto:sportetmarne@cognacq-jay.fr)



01.60.64.64.07



Maison  
Sport et  
Marne

Pour une reprise  
d'activité physique et  
un accompagnement  
personnalisé



[sportetmarne@cognacq-jay.fr](mailto:sportetmarne@cognacq-jay.fr)



01.60.64.64.07

## NOS ENGAGEMENTS

### Accueillir

Toute personne de plus de 11 ans souhaitant pratiquer une activité physique

### Informier

Sur les bienfaits de l'activité physique et/ou sportive

### Évaluer

Réalisation de bilans physiques et motivationnels avec des professionnels formés

### Suivre

Via une application numérique mais aussi avec des RDV réguliers

### Orienter

Vers un parcours d'activités physiques, une consultation, un partenaire

### Pratiquer

À distance via une application de suivi ou lors de nos ateliers découvertes



## VOTRE PARCOURS

Venez nous voir !

Remplissez un formulaire

### Accompagnement adapté

- Programme d'APA
- Contacts
- Maison Zen-et-Marne
- Suivi connecté

Bilan APA

Programme passerelle

RDV de suivi

À 3, 6 et 9 mois

## NOS ATOUTS

- Une expertise hospitalière pour vous,
- Un parcours complet allant de l'évaluation au suivi à distance,
- Un accompagnement et des conseils pour installer l'activité physique dans votre quotidien,
- Des liens possibles avec notre plateau de consultations spécialisées,
- Un parc et des infrastructures à disposition,
- Un lieu d'accueil chaleureux et une passerelle vers La Maison Zen-et-Marne.