

je soussigné.e,

Médecin prescripteur.rice Adresse mail sécurisée:,

Prescrit de l'activité physique et / ou sportive adaptée pendant, à adapter en fonction de l'évolution des aptitudes de Mme, Mr :

Identité du patient

Nom Prénom
Date de naissance Lieu de résidence
Numéro de téléphone Courriel

Limitation fonctionnelles *

Fonctions locomotrices

☐ Aucune ☐ Minimales ☐ Modérées ☐ Sévères

Fonctions cérébrales et cognitives

☐ Aucune ☐ Minimales ☐ Modérées ☐ Sévères

Fonctions sensorielles et douleurs

☐ Aucune ☐ Minimales ☐ Modérées ☐ Sévères

Fonctions cardiométaboliques

☐ Aucune ☐ Minimales ☐ Modérées ☐ Sévères

Notes

Les fonctions à travailler, en première intention

☐ Cardio-vasculaire ☐ Musculaire ☐ Souplesse ☐ Equilibre ☐ Coordination

Complément d'information à l'intention de l'intervenant permettant de sécuriser la pratique

La dispensation d'activité physique adaptée ne peut pas donner lieu à une prise en charge financière par l'assurance maladie

fait à :

Le:

Signature :

Cachet du médecin obligatoire :





| Fonctions locomotrices | Aucune limitation |  | Limitation minimale |  | Limitation modérée |  | Limitation sévère |  |
|-----------------------------------|----------------------------|---|--|--|--|--|---|--|
| | Fonction neuro musculaire | Normale | Altération minimale de la motricité et du tonus | Altération de la motricité et du tonus lors de mouvements simples | Altération de la motricité et du tonus lors de mouvements simples | Altération de la motricité et du tonus lors de mouvements simples | Altération de la motricité et du tonus affectant la gestuelle et l'activité au quotidien | |
| | Fonction ostéo articulaire | Normale | Altération au max de 3/5 d'amplitude, sur une ou plusieurs articulations sans altération des mouvements complexes | Altération à plus de 3/5 d'amplitude sur plusieurs articulations avec altération de mouvements simples | Altération à plus de 3/5 d'amplitude sur plusieurs articulations avec altération de mouvements simples | Altération à plus de 3/5 d'amplitude sur plusieurs articulations avec altération de mouvements simples | Altération d'amplitude sur plusieurs articulations, affectant la gestuelle et l'activité au quotidien | |
| | Endurance à l'effort | Pas ou peu de fatigue | Fatigue rapide après une activité physique intense | Fatigue rapide après une activité physique intense | Fatigue rapide après une activité physique modérée | Fatigue rapide après une activité physique modérée | Fatigue invalidante dès le moindre mouvement | |
| | Force | Force normale | Baisse de force, mais peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires | Baisse de force, mais peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires | Ne peut vaincre la résistance pour un groupe musculaire | Ne peut vaincre la résistance pour un groupe musculaire | Ne peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires | |
| Fonctions cérébrales | Marche | Distance théorique normale couverte en 6mn = $218 + (5,14 \times \text{taille en cm}) - (5,32 \times \text{âge en années}) - (1,80 \times \text{poids en kg}) + (51,31 \times \text{sexe})$ avec : sexe=0 pour les femmes, sexe=1 pour les hommes | Valeurs comprises entre la distance théorique et la limite inférieure de la normale (82% de la distance théorique) | Valeurs comprises entre la distance théorique et la limite inférieure de la normale | Valeurs inférieures à la limite inférieure de la normale | Valeurs inférieures à la limite inférieure de la normale | Distance parcourue inférieure à 150 m | |
| | Fonctions cognitives | Bonne stratégie, vitesse normale, bon résultat | Bonne stratégie, lenteur, adaptation possible, bon résultat | Bonne stratégie, lenteur, adaptation possible, bon résultat | Mauvaise stratégie de base, adaptation, résultat satisfaisant ou inversement bonne stratégie de base qui n'aboutit pas | Mauvaise stratégie de base, adaptation, résultat satisfaisant ou inversement bonne stratégie de base qui n'aboutit pas | Mauvaise stratégie pour un mauvais résultat, échec | |
| | Fonctions langagières | Aucune altération de la compréhension ou de l'expression | Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en groupe | Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en groupe | Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en individuel | Altération de la compréhension ou de l'expression lors d'activités en individuel | Empêche toute compréhension ou expression | |
| | Anxiété/Dépression | Ne présente aucun critère d'anxiété et/ou de dépression | Arrive à gérer les manifestations d'anxiété et/ou de dépression | Arrive à gérer les manifestations d'anxiété et/ou de dépression | Se laisse déborder par certaines manifestations d'anxiété et/ou de dépression | Se laisse déborder par certaines manifestations d'anxiété et/ou de dépression | Présente des manifestations sévères d'anxiété et/ou de dépression | |
| | Capacité visuelle | Vision des petits détails à proche ou longue distance | Vision perturbant la lecture et l'écriture mais circulation dans l'environnement non perturbée | Vision perturbant la lecture et l'écriture mais circulation dans l'environnement non perturbée | Vision ne permettant pas la lecture et l'écriture. Circulation possible dans un environnement non familial | Vision ne permettant pas la lecture et l'écriture. Circulation possible dans un environnement non familial | Vision ne permettant pas la lecture ni l'écriture. Circulation seul impossible dans un environnement non familial | |
| Fonctions sensorielles et douleur | Capacité sensitive | Stimulations sensitives perçues et localisées | Stimulations sensitives perçues mais mal localisées | Stimulations sensitives perçues mais mal localisées | Stimulations sensitives perçues mais non localisées | Stimulations sensitives perçues mais non localisées | Stimulations sensitives non perçues, non localisées | |
| | Capacité auditive | Pas de perte auditive | La personne fait répéter | La personne fait répéter | Surdité moyenne. La personne comprend si l'interlocuteur élève la voix | Surdité moyenne. La personne comprend si l'interlocuteur élève la voix | Surdité profonde | |
| | Capacité proprioceptive | Equilibre respecté | Déséquilibre avec rééquilibrages rapides | Déséquilibre avec rééquilibrages rapides | Déséquilibres mal compensés avec rééquilibrages difficiles | Déséquilibres mal compensés avec rééquilibrages difficiles | Déséquilibres sans rééquilibrage | |
| | Douleur | Absence de douleur en dehors d'activités physiques intenses | Douleur à l'activité physique. Indolence à l'arrêt de l'activité | Douleur à l'activité physique. Indolence à l'arrêt de l'activité | Douleur à l'activité physique et qui se poursuit à distance de l'activité | Douleur à l'activité physique et qui se poursuit à distance de l'activité | Douleur constante avec ou sans activité | |

Tableau des limitations fonctionnelles - extrait de l'instruction interministérielle du 3 mars 2017

*

Détail des indicateurs de la limitation fonctionnelle sévère :

- **Fonction locomotrice**: Altération de la motricité du tonus et/ou altération d'amplitude sur plusieurs articulations affectant la gestuelle et l'activité au quotidien, fatigue invalidante dès le moindre mouvement, ne peut vaincre la résistance pour plusieurs groupes musculaires, distance parcourue en marche en 6mn inférieure à 150 m.
- **fonctions cérébrales et cognitives**: Mauvaise stratégie cognitive pour un mauvais résultat, échec, fonction langagière empêchant toute compréhension ou expression, manifestations sévères d'anxiété et/ou de dépression.
- **Fonctions sensorielles**: Vision ne permettant pas la lecture ou l'écriture, circulation seul impossible dans un environnement non familial, stimulations sensitives non perçues, non localisées, surdité profonde, déséquilibre sans rééquilibrage, chutes fréquentes au quotidien, douleurs constantes avec ou sans activité.

Pour tout complément d'informations concernant les limitations fonctionnelles et les intervenants habilités, se référer aux annexes 2 et 3 de l'INSTRUCTION INTERMINISTÉRIELLE N° DGS/EAJ/DGESIP/DS/SC/2017/81 du 3 mars 2017.

La déposition de l'activité physique adaptée ne peut donner lieu à la poursuite d'une prise en charge financière par l'assurance maladie.

