

Bilan individuel de fin Dispositif régional IMAPAC

L'objectif du bilan individualisé est de passer un temps particulier avec le pratiquant afin d'apprécier les progrès et/ou les bienfaits de la prise en charge.

Ce temps permet de proposer une poursuite de cette activité ou de lui apporter des recommandations/orientations quant au type d'activité à poursuivre (fréquence, intensité) dans le cas où le pratiquant aurait acquis une autonomie suffisante ou que son état de santé paraît ne plus nécessiter de séances d'activités physiques adaptées (APA).

Il est possible lors de ce temps de réaliser un bilan d'évaluation de la condition physique et des capacités fonctionnelles ainsi qu'un bilan motivationnel.

Au début de la prise en charge, il est possible de réaliser ces mêmes tests + bilan motivationnel (les questionnaires ONAPS-PAC et questionnaire de perception de la santé peuvent aider)

I. Bilan d'évaluation de la condition physique et des capacités fonctionnelles

Bénéficiaire :

Pour l'encadrant :

Bilan individuel de fin Dispositif régional IMAPAC

II. Bilan Motivationnel – Orientation

Voici des exemples de questions à discuter avec le bénéficiaire :

Quel est votre degré de motivation à continuer une activité physique et sportive ?
(entre 0 et 10) =

Commentaires :

Quel est votre degré de confiance à continuer une activité physique et sportive aujourd'hui ?
(entre 0 et 10) =

Commentaires :

Pratiquez-vous une activité physique en autonomie en ce moment ?

oui non

Quels sont vos objectifs en termes de poursuite d'une activité physique ?

Commentaires :

Synthèse d'orientation :

(Poursuite activité, autonome, autre activité)