

PRÉSENTATION DE NÎMES SPORT SANTÉ

Nîmes Sport Santé est une association à but non lucratif, qui est devenue au fil des années un acteur de référence du **Sport-Santé** et de l'**Activité Physique Adaptée** sur le territoire nîmois.

Notre mission : permettre à chacun de bouger de manière adaptée, sécurisée et progressive, quels que soient son âge, son état de santé ou ses capacités.

À travers ses différents programmes, l'association accompagne les personnes pour préserver leur santé, améliorer leur condition physique, renforcer leur autonomie et favoriser leur bien-être physique, mental et social.

Habiletée **Maison Sport-Santé**, Nîmes Sport Santé développe des parcours personnalisés, encadrés par des professionnels qualifiés, en lien avec les acteurs de la santé et du territoire.

SPORT THÉRAPIE	Aujourd'hui, l'association déploie son expertise autour de 9 pôles d'activités , afin de proposer une réponse adaptée aux besoins de chacun.
SPORT BIEN-ÊTRE	
SPORT SÉNIORS	
SPORT ADAPTÉ	
SPORT INSERTION	
ÉCOLE DE SPORT	
SPORT FORMATION	
SPORT ENTREPRISE	
SPORT RECHERCHE	

CONTACTEZ-NOUS

07.67.56.82.29

antoine@nimessportsante.fr

420 avenue de la Bouvine

Résidence Le Neptune

30900 Nîmes

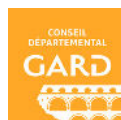
www.nimessportsante.fr



NOS PARTENAIRES



Gard



Association loi 1901, à but non lucratif

SENTEZ-VOUS BIEN EN BOUGEANT

Action de Soins et de Santé



LE SPORT SANTE, OUTIL D'INSERTION SOCIALE

PRESENTATION DE L'ACTION

L'Action de Soins et de Santé (ASS) « Sentez-vous bien en bougeant » se compose de séances sport santé visant à favoriser l'autonomie du participant dans sa pratique d'activités physiques et/ou sportives et la gestion de sa santé.

Financée par le Département.



OBJECTIFS

L'objectif général est de favoriser l'insertion professionnelle et le retour à l'emploi en limitant les freins liés à la santé par la pratique d'activités physiques adaptées.

Objectifs secondaires :

- Trouver ou retrouver le goût à l'activité physique et le plaisir de bouger, pratiquer une activité physique régulière
- Prendre en charge sa santé, rompre avec la sédentarité
- Favoriser le lien social



DÉROULEMENT

Le programme se compose d'une réunion de présentation et de **12 séances d'activités physiques, dont un bilan de forme, de septembre à décembre 2026.**



Une présentation du programme aura lieu
le mardi 22 septembre 2026 à Nîmes
Sport Santé de 11H à 12H



Les séances ont lieu **les Mardis**
de 10H00 à 11H00

Les rendez-vous sont fixés **sur le parking de la piscine Némausa** à Nîmes.

L'association disposant d'un minibus le groupe pourra être transporté par l'enseignant en charge de l'activité.



N2S est habilitée MAISON SPORT SANTE par le Ministère de la Santé et le Ministère des Sports.

LES ACTIVITÉS

Nous proposons des séances **de MARCHÉ** (marche nordique, marche orientation, marche santé, etc.) durant lesquelles seront proposés des atelier d'entretien musculaire (circuit training, gymnastique, etc.)

Les séances sont collectives, adaptées, organisées et dirigées dans un contexte chaleureux et convivial.



Un carnet de conseils et des temps de **sensibilisation** mis en place durant les séances

