

Mouv'Santé

Steven HADJ - enseignant en APA à Lyon (69)

Fiche mise à jour le 24 décembre 2024 à 16:06

Mouv'Santé

APPRENEZ À BOUGER POUR VOTRE SANTÉ

Contact

Mouv'Santé

91 rue jaboulay
69007 Lyon

[07 66 61 68 00](tel:0766616800)
mouvsante69@gmail.com

Qualifications

Licence STAPS APAS
Master STAPS APAS (Réadaptation, rééducation et plasticité de la fonction motrice)

Carte professionnelle :

06920ED0474 - [voir sur sports.gouv.fr](http://sports.gouv.fr)

Intervention au domicile : **OUI**

Déplacement : 15 km autour de Lyon (69007)

Description

Je m'appelle **Steven HADJ** et je suis Enseignant APA. Passionné du mouvement sous toutes ses

formes, j'en ai fait mon métier et je le pratique depuis 2019.

Fort de mon expérience dans plusieurs **centres de rééducation**, et après avoir accompagné et pris en charge des **centaines de patients**, je sais aujourd'hui m'adapter à tout type de profil et j'ai pu me spécialiser dans de nombreux domaines. Les principaux étant la prise en charge de personnes atteintes de **lombalgies chroniques**, d'**affections neurologiques**, en situation d'**obésité** et tout autre **troubles orthopédiques** et **musculo-squelettiques**.

Aujourd'hui, je me déplace au **domicile** des patients que je prends en charge, leur permettant ainsi de bénéficier du crédit d'impôt de 50 % (sans avance de frais) sur le tarif de la séance, sur **Lyon et périphérie**.

À la suite d'un bilan, de nombreuses prestations personnalisées vous seront proposées en fonction de vos capacités, de vos besoins et de vos envies/objectifs :

- **Reconditionnement Général** (réentraînement à l'effort, renforcement musculaire global, perte de poids, lutte contre le déconditionnement, ...).
- **Prise en charge des Douleurs Chroniques** (lombalgies, troubles musculo-squelettiques, arthrose, fibromyalgie, ...).
- **Accompagnement et Éducation** (aide vers la reprise d'une activité physique adaptée à vos besoins/votre pathologie, apprentissage des bons mouvements, mise en place d'habitudes saines visant une pratique en autonomie).
- **Suivi à distance et programmes personnalisés** (livret d'exercices, séances et supports personnalisés, séances en vision et suivi WhatsApp pour les programmes de renforcement musculaire).

Mon objectif est avant tout de vous accompagner progressivement dans la reprise d'une activité physique de façon régulière et sécuritaire, tout en faisant mon possible pour vous rendre autonome et maître de votre santé. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à me contacter pour booker un 1er entretien/bilan. C'est **gratuit**, cela dure 30-45mn et nous ferons le tour de vos attentes, de votre historique médical et sportif. À la suite de quelques tests physiques permettant d'évaluer vos aptitudes, nous pourrons également définir ensemble les principaux axes à travailler afin de vous sentir mieux dans votre corps et avec vous-même.

À très vite !

Qualifications complémentaires

Formation d'Éducation Thérapeutique du Patient (IREPS)



Cette fiche de [SFP-APA](#) est mise à disposition selon les termes de la [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale 4.0 International](#).