



Atoutform'

PROGRAMME SANTÉ

Devenir acteur de sa santé



Fédération
Sportive
et Culturelle
de France

La Fédération Sportive et Culturelle de France et **Atoutform'** :

La Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) rassemble depuis 1898 des associations partageant un projet éducatif commun basé sur des valeurs d'ouverture, de respect, d'autonomie, de solidarité et de responsabilité. Forte de ses 222 000 licenciés et 1 500 associations

affiliées, la FSCF propose un large choix d'activités sportives, culturelles et socio-éducatives. C'est en cherchant à concilier ses valeurs avec ses engagements de santé publique que la FSCF a conçu le programme Atoutform'.



Atoutform', un programme de santé publique :

La pratique d'une activité régulière participe à la lutte contre les effets de la sédentarité, du vieillissement et de l'isolement. Le programme Atoutform' permet de pratiquer des activités adaptées aux profils et capacités de chacun.

Atoutform' se décline en 3 thématiques : **Atout+**, **Form+** et **Bouge+**.



Atout+ :
Préserver
sa santé.



Form+ :
Adapter
sa pratique.



Bouge+ :
Bouger
au quotidien.

LES + d'Atoutform'

- Pratiquer de nombreuses activités physiques et culturelles.
- Bénéficier d'un accompagnement adapté et personnalisé avec des animateurs formés par la FSCF.
- Préserver son capital santé et garder la forme à tous les âges.

Pour toutes demandes de renseignements sur le programme santé Atoutform' :
www.fscf.asso.fr/atoutform • atoutform@fscf.asso.fr

Rejoignez-nous sur

