

THÉRAPIES

DU SPORT QUÉBEC

**Clinique de Thérapie du sport située
directement à l'école secondaire Cardinal Roy**
Au 2e étage du Centre sportif Bherer, adjacent à l'école



418-271-9209



info@tdsqc.com



therapiesdusportquebec.com



Notre équipe

Anne-Laurie Savard



**Thérapeute du sport
Clinicienne
Propriétaire**

Audrey Felton



**Thérapeute du sport
Clinicienne
Conférencière**

Mathieu Robitaille



**Thérapeute du sport
Clinicien
Responsable des TCCL**

Allyssa-James Plaisance



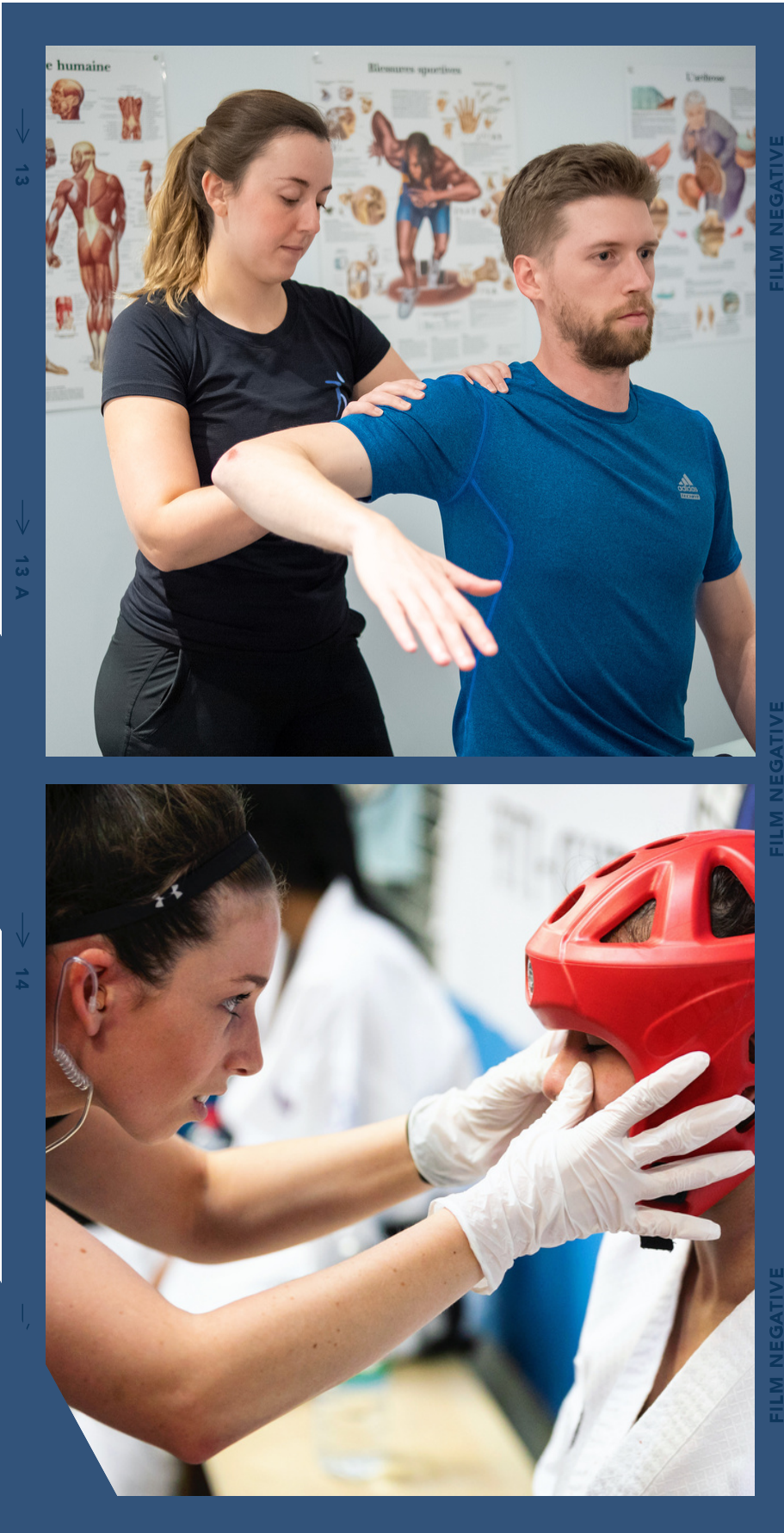
**Thérapeute du sport
Clinicienne
Relève aux TCCL**



Pourquoi venir nous voir ?

- Évaluation et gestion des commotions cérébrales
- Évaluation de blessure et réadaptation en thérapie du sport
- Retour au jeu rapide en toute sécurité
- Collaboration avec un Médecin du sport
- Tarifs réduits pour les étudiants et employés de l'école

Qu'est-ce qu'un thérapeute du sport ?



Formation Universitaire

Spécialisé en réadaptation musculo-squelettique
et en soins d'urgence en milieu sportif

Spécialisé en gestion des commotions cérébrales

Accompagne l'athlète de la blessure au retour au jeu

Collabore avec les entraîneurs et médecin du sport

Tarifs



Gestion des commotions cérébrales et suivis en médecine sportive:
Inclu dans le programme SAE

Évaluation de blessure 50min :
80\$

Suivis en réadaptation de blessure 30min :
60\$

Conférences éducatives :
230\$ taxes incluses

Blocs consultation sur le terrain :
150\$ taxes incluses

Thérapie du sport sur le terrain :
à discuter selon les besoins

Conférences

- Durée 1 heure
- Tarif 230\$ taxes incluses (comprend la préparation et le déplacement)
- Sujets variés selon vos besoins et votre sport

Exemples de sujets:

-  **Prévenir les blessures fréquentes**
(Facteurs de risques, exercices pertinents, récupération)
-  **Gestion du stress**
(Stress positif vs négatif, techniques (respiration, visualisation), concilier sport/études/vie personnelle)
-  **Santé globale**
(Sommeil & récupération, surentraînement, santé mentale)
-  **Premiers soins**
(Urgent vs non-urgent, gestion des blessures, quand consulter)
-  **Nutrition**
(Besoins corps en croissance, idées collations, hydratation, mythes & réalités)



Blocs consultation

Le ou la thérapeute du sport se déplace pendant une pratique pour faire des évaluations puis référer en clinique au besoin.



Tarif : 150\$ taxes incluses
(comprend le déplacement et le matériel)



Très intéressants dans les situations suivantes:

- En début de saison
- Lorsqu'il y a un volume élevé de blessures
- Avant/après compétitions ou matchs



Scannez notre code QR pour prendre rendez-vous !

Lien vers notre site internet : therapiesdusportquebec.com



ou contactez-nous par courriel au :
info@tds qc.com

