



La corporation des
thérapeutes du sport
du Québec

LA CTSQ VOUS ACCOMPAGNE DANS VOS RÉOLUTIONS!

(Pour une remise en forme ou un maintien de la forme en 2021)

Montréal, le 18 décembre 2020 – L'année 2021 est à nos portes et c'est le moment de l'année où plusieurs d'entre nous inscrivons notre liste de 'résolutions' que nous aimerions tenir pour toute la durée de la nouvelle année.

La santé est un élément important de nos vies et demeure un thème populaire dans la liste des buts que nous nous fixons en cette période de l'année.

Que ce soit pour maintenir le niveau de forme que vous possédez déjà ou pour vous lancer dans ce projet de mise en forme, les membres de la CTSQ vous proposent de vous accompagner.

Nos quelques 400 membres, répartis au Québec, sont des professionnels de la santé qui peuvent vous encadrer dans votre projet.

Ils peuvent vous établir un plan de mise en forme fait 'sur mesure' selon vos capacités et vos objectifs. Ils pourront assurer un suivi dans votre démarche tout au long de l'année.

De plus, dans le cas malheureux de blessures votre thérapeute du sport sera en mesure de vous offrir de précieux soins et conseils pour vous permettre de reprendre vos activités dans les plus brefs délais.

Le confinement que nous subissons depuis le mois de mars 2020 n'empêche aucunement la remise ou le maintien de la forme. Il est encore possible de pratiquer une activité physique autant à l'intérieur qu'à l'extérieur tout en respectant les consignes de la 'santé publique'.

Pour communiquer avec l'un de nos membres visitez notre site internet :

<https://ctsq.qc.ca/>