



Maladies Chroniques

Programme Passerelle Bleue

Vous êtes atteint d'une maladie chronique ?

Venez participer au programme d'activité physique adaptée à vos capacités, vos besoins et vos envies dans une ambiance conviviale avec un(e) professionnel(le) pour préserver sa santé, améliorer sa condition physique, conserver son équilibre...

Pourquoi ce programme ?

Améliorer la qualité de vie, permettre de diminuer certains effets indésirables du traitement.

•
Créer ou renforcer le lien social.

•
Accompagner vers un changement de comportement durable (pratique physique régulière)

Thématiques des activités :

Tonus et renforcement musculaire

•
Equilibre/ Posture et Marche

•
Souplesse/Amplitude articulaire

•
Respiration/Endurance à l'effort

•
Coordination et réflexes

Infos pratiques

Les séances et évaluations ont lieu
tous les Jeudis

- 9h30 à 10h30 / 11h30 à 12h30 : créneaux d'évaluations
- 10h30 à 11h30 : cours collectif

Sur la commune de
Faye sur Ardin (79160)
12 Route de Niort

Info complémentaire :
Prescription médicale obligatoire

Renseignements et inscriptions

GABOREAU Sarah

Responsable Départemental Adjointe Siel Bleu Deux-Sèvres

Tel : 07 60 88 73 83

E-mail : sarah.gaboreau@sielbleu.org



Donnons le sourire à
votre santé !
www.sielbleu.org