

4^{ème} édition

Journées Nationales Maisons Sport-Santé

Projet « à pas durables » à Ma Salle Santé (49)

IDEE ET CONSTRUCTION

- En lien avec le rapport « *marche, vélo et sport-santé* » de l'ADMA et la volonté de Siel Bleu de développer un axe « bien sur sa planète »
- Pensé par un groupe de patient en temps d'échange

OBJECTIF

- Proposer un parcours spécifique mêlant APA, ETP et changement des mobilités

POPULATION

- Groupe de 8 patient.es avec des maladies chroniques différentes (BPCO, fibromyalgie, ostéoporose, AVC, Parkinson)
- Issus de la file active de Ma Salle Santé et du CCAS de Beaucouzé

FORMAT DU PROJET

- Une séance d'APA hebdomadaire
- Un atelier mensuel autour de thématiques liées à la mobilité
- Une évaluation en début et en fin de parcours
- Un défi chaque semaine et un défi individuel sur 1 an
- Un prêt de vélo à assistance électrique gratuit

