

Une heure de gymnastique pour France Parkinson - Allonnes

jeudi 19 novembre 2009



Suite à des contacts avec France Parkinson 72, l'association Siel bleu (Sport, initiative et loisirs) vient de mettre en place une heure de gymnastique le mardi de 9 h à 10 h, au Foyer Jean-Duchesne, 11, rue François Cevert, pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs accompagnants. Cet horaire s'ajoute aux deux heures de gymnastique proposées le jeudi, qui sont complètes. Née à Strasbourg en 1997, Siel bleu a pour principaux objectifs de lutter contre les effets du vieillissement par le maintien d'activités physiques et de loisirs. Les séances proposées au foyer Duchesne et encadrées par Marylaure Chandelier, sont adaptées aux personnes incapables de profiter d'un cours classique. Le travail porte sur l'équilibre, un renforcement musculaire doux et un apprentissage des bonnes attitudes à adopter au quotidien pour reprendre confiance en son corps.

La participation est de 30 € pour 20 séances. Pour tout renseignement, s'adresser à Patricia Claude, du Centre local d'information et de coordination gérontologique, au 02 43 21 10 20 ou à Emilie Maussion, responsable Siel bleu, au 02 41 47 23 70 ou emilie.maussion@sielbleu.org