



SANTÉ

Découvrez les bienfaits de l'activité physique adaptée, un outil de prévention santé !

L'Association Siel Bleu, spécialisée depuis plus de 20 ans dans la pratique d'une activité physique adaptée aux capacités, aux besoins et aux envies des personnes, organise une conférence suivie d'une séance de mise en pratique pour les seniors de la ville de Guérande le mercredi 1er décembre 2021, Salle du Léchet.

Publié le 29 novembre 2021

L'Association Siel Bleu intervient sur le département de la Loire-Atlantique auprès de personnes pour améliorer leur qualité de vie, leur bien-être au quotidien. Grâce à un outil : l'activité physique adaptée (à leurs besoins, leurs capacités et leurs envies). Les activités peuvent varier selon les personnes qui pratiquent, mais les objectifs principaux restent les mêmes, améliorer ou maintenir ses capacités physiques et sa qualité de vie.

Ainsi, ce mercredi 1er décembre, salle du Léchet, l'Association Siel Bleu, interviendra auprès des seniors guérandais pour leur proposer deux temps sur l'activité physique adaptée et ses bienfaits :

- de 10h à 11h : Conférence sur les bienfaits de l'activité physique adaptée
- de 11h à 12h : Intervention par un professionnel pour montrer ce qu'est une séance d'activité physique adaptée.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter : LE CAM Thomas, Responsable départemental au 06 50 48 77 80 ou par mail à thomas.lecam@sielbleu.org

À propos de l'association Siel Bleu

L'Association Siel Bleu s'est développée pour permettre à plus de 140 000 bénéficiaires par semaine (en France), de pratiquer une activité physique adaptée à leurs besoins, capacités et envies. Ce sont 700 « Sielbleusiens », professeurs diplômés et spécialisés en activité physique adaptée qui interviennent partout en France, et l'Association Siel Bleu est également présente en Belgique, en Espagne et en Irlande ! Tout le monde devrait pouvoir avoir accès à l'activité physique adaptée, et notamment les plus fragiles : personnes âgées, adultes et enfants en situation de handicap ou atteints de maladies chroniques (diabète, cancer, obésité, maladie d'Alzheimer, ...).

En établissement, à domicile ou dans le monde du travail, l'Association Siel Bleu promeut l'activité physique comme une offre thérapeutique à part entière qui doit être accessible au plus grand nombre, quelle que soit sa situation financière. Elle innove au quotidien avec le corps médical pour créer des programmes spécifiques et prouver l'impact de ses activités sur la santé pour chaque pathologie.

Plus d'information :

Service Communication et Evènementiel
Hôtel de Ville
7 place du Marché au Bois
44 350 Guérande
02 40 15 60 40



Ville de
Guérande

HOTEL DE VILLE

7 place du marché au
Bois
44350 Guérande
Tél : 02 40 15 60 40

HORAIRES :

Lun - Ven : 8h30 > 12h
13h30 > 17h30
Mar : 14h30 > 17h30
Sam : 9h > 12h