



NOTE D'INFORMATION

REFERENCE	OBJET	DATE
2022 – 039	EHPAD RESSOURCE VIE SOCIALE ET THÉRAPEUTIQUE AU SEIN DE LA RÉSIDENCE DEBROU ATELIERS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES	27.04.2022

À l'attention de l'ensemble des résidents,
À l'attention de l'ensemble des familles et des proches,
À l'attention des membres du Conseil de la Vie Sociale (CVS),
À l'attention de l'ensemble du personnel,

Madame, Monsieur,

La Résidence DEBROU s'inscrit aujourd'hui comme un établissement ressource au service de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées. Dans ce cadre, la Résidence DEBROU a signé une convention de partenariat avec une association « SIEL BLEU » qui propose des activités de gymnastique douce.

Tous les lundis, de 14h30 à 15h30, il est proposé aux résidents, mais également aux familles et proches, de bénéficier d'activités physiques adaptées par la participation aux ateliers « équilibre » animés par des professionnels de la gériatrie.

Si vous souhaitez agrémenter votre vie sociale et pratiquer une fois par semaine une activité physique pour améliorer votre condition physique et votre tonus musculaire, vous pouvez vous inscrire aux ateliers ; un intervenant sportif de l'association SIEL BLEU propose des cours d'activités physiques adaptées.

Différents thèmes d'activité sont développés, comme la souplesse articulaire, le renforcement musculaire, la prévention des chutes...

Je vous invite à prendre connaissance de la plaquette d'information que vous trouverez en pièce jointe et à vous faire connaître auprès de mes services pour inscription aux ateliers.

Le personnel de la Résidence DEBROU riche de son expérience en gériatrie met à votre disposition sa compétence professionnelle pour vous ouvrir les portes et vous proposer de nouvelles activités favorisant les liens sociaux avec vos parents et proches.

Restant à votre écoute,

Vous remerciant vivement de votre confiance,

Bonne nuit !

Le Directeur

A. ESSALHI





Bouger pour ma santé

Vous êtes jocondien,

Vous êtes résident, famille, proche,

- Vous souhaitez pratiquer une activité physique au moins une fois par semaine pour améliorer votre condition physique et votre tonus musculaire,
- Vous souhaitez maintenir ou créer des liens avec d'autres habitants de la Résidence DEBROU,
- Vous souhaitez bénéficier de conseils personnalisés,

ENEZ participer aux ateliers « équilibre » animés par des professionnels de la gériatrie, mis à disposition par la Résidence DEBROU

Toutes les semaines, les lundis, de 14h30 à 15h30, un intervenant sportif de l'Association SIEL BLEU, propose des cours d'activités physiques adaptées aux capacités de chacun et visant au maintien et à l'amélioration des capacités motrices, notamment dans la prévention des chutes.

Différents thèmes seront développés :

L'équilibre,

La souplesse articulaire,

Le renforcement musculaire...

**Bouger
pour
ma santé !**



N'hésitez pas, inscrivez-vous

Le partage et le dépassement de soi sont les valeurs dispensées par les membres de l'Association SIEL BLEU dans un esprit de convivialité et de bonne humeur.

Résidence DEBROU

LUNDI de 14H30 à 15H30

Espace vie sociale et animation

12 rue Debrou (GPS : rue de Chambray)

37300 JOUÉ-LÈS-TOURS

Inscription : 02 47 68 41 41 ou communication@mrdebrou.com

