

Partag' Gym

Dojo, Rue des Parcs 38
2000 Neuchâtel

Tous les jeudis de 10h30 à 11h30

Sport handicap **Partag' Gym** est une association qui soutient le développement d'activités de gym-mouvement et de moments de partages.

Partag' Gym propose après un **accident, une amputation ou une paralysie,** d'entreprendre une activité hebdomadaire de gymnastique :

- Dans un cadre adapté, le dojo offrent une surface souple (sur les tatamis), sans barrière architecturale, avec un accès à du matériel varié, dans un lieu convivial.
- Une activité gymnique, des mouvements en douceur, des jeux variés, de l'intensité pour conserver ou développer son agilité motrice, son endurance à l'effort et retrouver du plaisir à se sentir mieux dans son corps.
- Les mouvements et formes de jeux sont adaptés spécifiquement à chacun. Chaque participant fait à son rythme pour son « bien » sous le regard vigilant d'une physiothérapeute expérimentée et dynamique, sans préjugés.
- Le rythme hebdomadaire permet de se maintenir en forme raisonnablement et de développer des contacts sympathiques entre les participants.

L'idée de l'association est de trouver des fonds afin de financer cette activité, pour rémunérer l'animatrice et payer le loyer du dojo.

Les frais de participation ou d'adhésion de chaque personne à l'association permettront d'acheter du matériel afin d'agrémenter les exercices de gymnastique et de fidéliser les participants par un acte concret d'attachement à un projet commun.

La difficulté est de sensibiliser les personnes en situation de handicap qu'elles pourraient bénéficier de cette activité et de les stimuler à sortir de leur isolement. Certaines fois, les tentatives pour s'intégrer dans une activité sportive ont échouées par manque d'empathie des responsables de sport ou par manque de connaissances des pathologies et des conséquences sur les possibilités de mouvement des personnes.

Nous désirons proposer cette activité directement dans les lieux de rééducation (Landeyeux, par exemple) en invitant les patients à participer à une séance avant leur retour à domicile.

Pour avancer dans le projet, il faut se faire connaître par des articles-reportages présentant le projet et l'association.

La promotion se fera également par l'**élaboration de flyers** à distribuer dans les cabinets des médecins, des physiothérapeutes ou toutes personnes susceptibles de rencontrer des personnes en situation de handicap qui pourraient bénéficier d'une telle activité.

Pour tous renseignements : Mme Christine Gisiger → **079 / 543 37 07**
M. Paul Jucker → **079 / 810 69 73**

Partag' Gym

est soutenu par



Solidaire de la
même idée du
sport !