



**TERRITOIRES
D'INNOVATION**
LE GRAND PLAN D'INVESTISSEMENT



**Vous êtes
touché par
une maladie
chronique ?**

L'Association Siel Bleu vous accompagne dans la reprise d'une activité physique adaptée à vos besoins, vos envies et vos capacités, grâce à un programme sur mesure et convivial.

Vous vous posez des questions
quant à vos capacités physiques, votre autonomie ?
Ou vous souhaitez vous inscrire.

Renseignements et inscription

Tél : 06 73 54 35 11

Email : parcoursmc@sielbleu.org



**Donnons
le sourire
à votre santé !**

Bouger
pour
ma santé !

Un programme à votre rythme !

→ 1 bilan initial individuel gratuit

- Pour évaluer votre condition physique et partager votre vision de la pratique d'activité physique.
- Pour échanger sur vos sensations, vos doutes et/ou vos freins.
- Pour vous présenter les solutions existantes afin de déterminer vos objectifs et trouver un programme sur mesure.

→ Des séances d'activité physique adaptées

Pour améliorer votre qualité de vie grâce à une pratique régulière.

→ 1 bilan final individuel gratuit

Pour évaluer vos progrès et orienter votre pratique d'activité physique future.

**Pour garder la santé et le sourire
Bougeons ensemble !**



Le programme est encadré par des professionnels de l'APA (Activité Physique Adaptée), une initiative de l'Association Siel Bleu. Siel Bleu est une association à but non-lucratif, qui donne la possibilité à chacun, quelles que soient ses capacités, son lieu de vie et sa situation financière, d'améliorer sa santé et son bien-être tout au long de sa Vie. L'activité physique, la sensibilisation à une meilleure alimentation et aux comportements éco-responsables sont les principaux outils de cet accompagnement, créateur de lien social.

Ce programme est soutenu par le projet
« Territoires de santé de demain » de l'Eurométropole de Strasbourg (EMS)
qui vise à impulser l'innovation en santé.



Secrétariat
général pour
l'investissement


BANQUE des
TERRITOIRES
GROUPE CAISSE DES DÉPÔTS



Donnons le sourire
à votre santé !
www.sielbleu.org