

**NOUS
SOMMES À
VOTRE
ÉCOUTE**

**Patronage
Scolaire Laïque
d'Oullins**

**Section
handicap
&
sport santé**



CONTACTEZ-NOUS

27 rue Diderot 69600 OULLINS

04 78 51 34 26

ploullins@ploullins.fr
www.ploullins.fr



**P
L
O**

PRÉSENTATION

Le Patronage Laïque d'Oullins a pour but de promouvoir l'éducation populaire des enfants en dehors de l'école et favoriser leur épanouissement par le biais d'activités physiques et culturelles. Porté par la volonté d'agir pour l'accès du sport et de la culture pour tous, notre association dispense des séances d'activités physiques adaptées.

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

L'activité physique c'est la réalisation de mouvements du corps par la contraction des muscles, augmentant ainsi la dépense énergétique.

Et l'activité physique adaptée ? Il s'agit de faire correspondre ces mouvements aux capacités, aux besoins et aux envies de la personne, notamment lorsqu'il s'agit d'une personne fragilisée comme une personne âgée, une personne en situation de handicap ou une personne atteinte de maladie chronique. Nous portons attention aux besoins et envies des personnes accueillies. Nous nous adressons aux personnes en situation de handicap, aux personnes âgées et aux personnes atteintes de maladies chroniques.

Nous souhaitons que chaque personne se sente mieux dans sa tête et dans son corps.

La santé et le bien-être, physique, mental et social doivent être un droit et pas un luxe.

La prévention tout au long de la vie est une nécessité en complément des approches curatives.



Séance de l'activité :

Pendant cette séance de 1 heure nous pouvons accueillir 8 à 10 personnes maximum.

NOS MISSIONS

- Développer l'autonomie (mobilité, motricité) et favoriser l'inclusion de toutes les personnes fragilisées au niveau social, cognitif ou physique
- Apporter du lien social
- Lutter contre la sédentarité
- Tenir compte de la pathologie de chaque bénéficiaire pour mettre en place un programme adapté à chacun.
- Donner le sourire aux gens.

NOS ACTIVITÉS

Nous proposons des activités variées avec du matériel adapté aux instituts médico-éducatifs, ESAT et foyers. Scratch ball, tir à l'arc adapté, tai chi, gym douce, trampoline, jeux d'adresse et d'équilibre, basket santé, l'activité peut être choisie avec les résidents de manière à ce qu'ils s'investissent dans la pratique.

NOS MOYENS

- Une salle de gymnastique spécialisée dans nos locaux.
- Un professeur diplômé
- Des cours dans la structure d'accueil c'est-à-dire que nous pouvons nous déplacer à partir du moment où il y a une salle pouvant accueillir l'activité.