



Atelier « DANSE RYTHMEE PARKINSON & autres pathologies»

❖ Descriptif de cet atelier ;

Quoi et pour qui ?

Faciliter la pratique de la danse thérapie pour les personnes touchées par la maladie et leurs aidants(es) ; Parkinson, Sclérose en Plaque, AVC, Rhumatologie, Diabète, Obésité et Autisme ;

- Pour toutes et tous, sans prérequis (danse, chant, ...)
- Et adhérents(es) de France Parkinson

Animation

Séance dans cadre sécurisant, structuré en 4 parties ;

- Partie 1 / position assise ; apporter bien-être et détente
- Partie 2 / transition ; passer progressivement de la position assise à la station debout, en utilisant les chaises.
- Partie 3 / exploration de l'espace et du rythme, avec différents exercices, avec des déplacements libres, des figures spatiales et des jeux de stop-arrêt.
- Partie 4 / séquences chorégraphiées de danses collectives

Coût

Le Comité FP 92 soutient cette pratique ;

- Le tarif, qui est à payer à l'intervenant, est celui défini par celui-ci, moins la quote-part prise à sa charge par le Comité FP 92 et qui sera lui sera directement versée.

Bienfaits

De nombreux bénéfices constatés, sur les plans ;

- Moteur ; avec amélioration des troubles de la marche, de la parole, ...
- Social ; rupture de l'isolement et établissement de relations d'amitié, ...
- Psychologique et émotionnel ; décontraction corporelle, amélioration de l'humeur et confiance en soi, ...
- Cognitif ; amélioration de la concentration, de la mémoire et de l'attention,

❖ S'Informer, s'Inscrire ;

Comité
FP 92

Lettre-Programme
«Altoséquanaise»

Site ;
<https://www.franceparkinson.fr/comite-92/>

Référente
DRP 92

Laurence SAUTEREAU
Bénévole

Courriel ; laury92sty@gmail.com

Intervenante

Sandrine MENAGER
Sophrologue

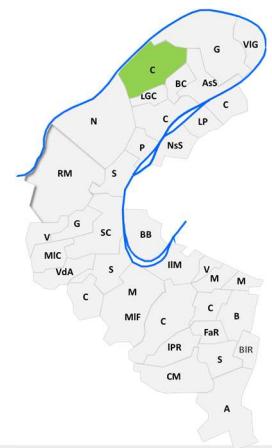
Courriel ; sjc.menager@gmail.com

Inscription s

Terkia BOUDJEMIA
Sce Intergénérationnel

Courriel ; terkia.boudjemia@mairie-colombes.fr

❖ Lieux & Séances de pratique ;



➤ Lieu N° 1 : Colombes ;
démarrage le 02 Octobre 2025

➤ Lieu N°2 ; en projet

COLOMBES

- Salle « J'sport »
- 27 avenue de l'Europe - 92700

Jeudi

14h30 à 16h00

