

## SYNTHESE ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTE 2019-2020



4 séances d'initiations et de motivation  
15 bilans individuels en visioconférence



Déploiement de programmes en  
ambulatoire sur 6 sites différents



Déploiement de 3 programmes  
à distance en visioconférence



85 séances



75 participants



Augmentation ou stabilisation de  
capacités physiques



Endurance 87.5%



Force 87.5%



Equilibre 71.4%



### Programme en visioconférence

93% des personnes qui ont bénéficié des séances en visioconférence déclarent avoir l'intention de continuer à pratiquer les exercices à domicile

64% déclarent vouloir s'inscrire dans une association l'an prochain

75% des personnes déclarent avoir pu échanger facilement avec l'intervenant et les participants

100% des personnes déclarent que ce programme leur a permis de se sentir moins isolé

60% des personnes estiment que le programme leur a permis d'améliorer leur confiance et leur motivation dans la prise en charge de leur maladie