

JOIGNEZ-VOUS AU MOVEMENT!

SOYEZ ACTIF - DÉCOUVREZ LES SPORTS ADAPTÉS EN ASSISTANT À UNE FOIRE RÉCRÉATIVE

CENTRE DE RÉADAPTATION D'OTTAWA
505 RUE SMYTH, GYMNASSE & LA COUR
MARDI LE 26 MAI 2015
16H À 20H

QU'EST-CE QUE C'EST? Une séance d'information interactive qui a pour but de renseigner les personnes atteintes d'une lésion médullaire ou autre incapacité physique sur les façons d'augmenter l'activité physique

À QUI S'ADRESSE-T-ELLE? Les personnes atteintes d'une lésion médullaire ou autre incapacité physique, les membres de famille, les amis, les personnes de soutien, les fournisseurs de services et les membres de la collectivité

PARMI LES SUJETS ABORDÉS SERONT LES SUIVANTS:

- Opportunités sportives et récréatives dans la communauté pour les personnes ayant une lésion médullaire.
- Exercices aérobiques et la musculation
- Les façons d'augmenter l'activité physique à la maison
- Opportunités de bénévolat dans votre collectivité
- Équipement sportif / récréatif adaptés
- Une variété de démonstrations interactives au sujet des sports et l'activité physique
- **TOUT CELA ET BIEN ENCORE PLUS!**

R.S.V.P.

Andrea Andrecyk
Coordinatrice de services régionaux
613-723-1033
Andrea.Andrecyk@sciontario.org

OU

Cindy Des Lauriers
Thérapeute en loisirs
613-737-7350 ext. 75624
cdeslauriers@toh.on.ca



SPINAL CORD
INJURY
ONTARIO

LÉSIONS
MÉDULLAIRES
ONTARIO



L'Hôpital d'Ottawa Centre
de Réadaptation
Département de thérapie de
loisirs