

Sport & handicap : quelle activité me conviendrait ? Où et comment la pratiquer ?

Les bienfaits de la pratique d'une activité régulière ne sont plus à prouver. Il n'est cependant pas toujours aisé de choisir l'activité la plus adaptée à son envie et son handicap ; ni où et comment la pratiquer.

C'est pour cela que nous proposons une journée « Portes ouvertes » [Jeudi 1^{er} juin 2023, de 10h à 17h, au centre régional de Médecine Physique et de réadaptation « Les Herbiers » à Bois Guillaume.](#)

Cet événement permettra à toute personne intéressée de venir découvrir et essayer de nombreuses activités, avec mise à disposition des adaptations nécessaires aux différents types de déficit fonctionnel. Ce sera aussi l'opportunité de rencontrer les associations de la région proposant ces activités.

L'encadrement médical sera présent tout au long de la journée pour répondre à vos interrogations quant au bilan d'aptitude et aux modalités de suivi.

Venez nombreux !