

# Projet bowling

Le bowling se déroule tous les mardis après-midi, nous quittons le foyer vers 14h15 pour nous rendre au bowling de Malmedy. Tous les résidents sont les bienvenus, mêmes ceux en chaise roulante car une rampe est aménagée pour aller vers la piste.

Généralement il y a 1 éducateur pour 6 résidents. L'activité se passe dans la bonne humeur chaque semaine, les résidents apprécient prendre une boisson pendant leur partie.

Pour certains de nos résidents, nous remontons les rigoles pour plus de facilité et, progressivement, ils veulent les enlever pour arriver à faire « comme tout le monde ».

D'autres déjà plus habitués jouent de manière assez autonome.

Le bowling est un sport de boules adapté à la pratique handisport. Ce sport permet :

Collaboration en équipe.

Concentration.

Coordination des mouvements.

Force et précision.

Le bowling est un sport à part entière qui exige technique, souplesse et physique. Ce sport muscle les bras et les jambes, il tonifie les épaules et favorise l'équilibre.

Le bowling est un excellent déstressant, il permet le défoulement et retire toute forme de tension.