

## **Projet marche sportive**

6 de nos résidents y participent de manière générale, nous partons marcher soit le mercredi, soit le vendredi en fonction des horaires. Nous partons la journée et emportons donc avec nous sandwich, collation et boissons. Ce projet est mené par Christophe.

Cette marche plus active qu'en club favorise la remise en forme et le maintien des capacités physiques. Cela développe aussi la coopération et l'entraide.

Il y a aussi tout un travail réalisé autour des sens grâce à la nature.