



FICHE D'ACTIVITE

Nom de l'activité :	Sport
Educateur référent :	Manu
Quand est-elle planifiée ?	Mardi après-midi
Fréquence de l'activité :	Minimum une fois par semaine Plusieurs fois par semaine en fonction du projet de vie des résidents
Lieu de l'activité :	Salle de sport Site Loncin
Moyen de transport nécessaire ? Lequel ?	Non
Déroulement et objectifs de l'activité :	<p>L'activité sport se déroule de deux façons en fonction des résidents qui y participent :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Foyer Caméléon : l'activité va être davantage axée sur la psychomotricité, la découverte du schéma corporel, la stimulation motrice global. Les résidents pourront bénéficier d'un parcours installé dans la salle et comprenant des cerceaux, des grosses balles, des steps à franchir tout en étant accompagnés par un éducateur qui assure la sécurité. - Foyer Cocoon : l'activité sera davantage axée sur la santé du résident et la sensibilisation à l'importance d'une activité physique régulière. Les résidents étant en surpoids ou devant pratiquer une activité physique spécifique seront accompagnés par l'éducateur afin d'atteindre des objectifs bien concrets : 20min de vélo tous les 2 jours, raffermissement musculaire, etc. Le but étant, pour certains résidents, de préserver ou d'améliorer leur forme physique (diminution du poids, augmentation des capacités cardio, etc.)
Matériel nécessaire à l'activité :	Cerceaux, tapis, vélo électrique, tapis de courses, ballons, steps, etc.