

NEWSLETTER #3

CONFINEMENT : LE GE S'ADAPTE

Nous avons conscience que la préoccupation principale est la lutte contre le covid 19. Et nous tenons à remercier tous les professionnels de la santé, du soin, de l'aide et de l'éducation qui en structure comme à domicile sont mobilisés à lutter contre ce virus. Nous leur apportons tout notre soutien et toute notre reconnaissance.

Mais, en cette période de confinement, nous sommes aussi conscients des effets délétères rapides de l'absence d'activité et de mouvement pour les personnes les plus fragiles et isolées. Le GE APA Santé Nutrition mobilise ainsi ses compétences pour permettre à ses bénéficiaires de rester actifs dans le respect total des mesures « distanciation » et « barrières ». 2 protocoles de prise en charge spécifiques à cette situation exceptionnelle ont ainsi été élaborés :

Des séances d'activités physiques adaptées « aux balcons »

Dans le cadre de notre partenariat avec la Mairie de bordeaux et de notre action dans les Résidences Autonomie de la ville, nous remplaçons les séances collectives dans les résidences, en séances dirigées depuis les coursives ou dans les rues devant les résidences.

Des séances d'activité et d'exercices physique par visioconférence ou par suivi téléphonique

Dès à présent, nos enseignants APA vous proposent soit des contenus APA en visioconférence, soit des exercices à réaliser chez soi sur guidage et sur suivi téléphoniques.

En individuel ou en petit collectif, les pratiquants pourront se maintenir leur condition physique tout en préservant un lien social avec leur enseignant APA habituel et avec leurs amis.

Nous avons démarré ce type de travail de suivi à partir de tutoriels d'exercices avec l'AURAD Aquitaine.

Nous proposons des séances gratuites financées par la CARSAT Aquitaine aux personnes de plus de 60 ans vivant à domicile.

▶ Si vous êtes une personne, vous pouvez nous contacter sur l'un des liens ci-dessous pour savoir comment bénéficier de ces séances.

▶ Si vous êtes une structure et si le besoin de bouger de celles et ceux des résidents qui le peuvent se fait ressentir, nous pouvons avec vous concevoir des séances à distance.

Vous pouvez nous contacter sur l'un des liens ci-dessous pour plus de détails.

Téléphone



E-Mail



Site internet



GE APA Santé Nutrition
18 avenue Gustave Eiffel
33600 PESSAC
contact@ge-apa-sante.com