



Programmes de réhabilitation respiratoire à long terme

Vous souhaitez pratiquée une activité physique adaptée et régulière ?

A ce jour, plus de 150 personnes réparties sur 10 groupes bénéficient chaque année de ces programmes dans la région Midi-Pyrénées.

Vous oin d'unent le production le production

N° Vert 0 800 474 974

Quoi?

- Activités Physiques Adaptées (Endurance, Renforcement musculaire, Équilibre, Étirements, Relaxation...),
 - Ateliers d'Éducation Thérapeutique en fonction des besoins éducatifs du groupe,
 - **Évaluations** (mesure du souffle, test de marche, test d'équilibre...).

Pour qui?

Tout d'

Toute **personne porteuse d'un handicap d'origine respiratoire**, qu'elle ait bénéficié ou non d'un stage de réhabilitation respiratoire.

Où?

Dans 7 départements de la région Midi-Pyrénées : 09 (Pamiers), 12 (Rodez), 31 (Toulouse, Balma, Porte-sur-Garonne), 46 (Cahors), 65 (Tarbes, Argèles-Gazost), 81 (Albi), 82 (Montauban).

Quel prix?

30€/trimestre pour les personnes imposables, 12€/trimestre pour les personnes non-imposables.

Quand?



2 heures chaque semaine, de septembre à juin

Comment?



Un certificat médical suffit.