



2024

# BILAN ACTIVITÉS PARKINSON

DE LA VIENNE



Fédération Française

**EPGV**

Comité Départemental  
Vienne



FRANCE  
**PARKINSON**



# SOMMAIRE

**01** Les Activités

**02** Le développement en Vienne

**03** Questionnaire de référence

**04** Exploitation du questionnaire

**07** Nombre de participants et répartition par activité

**08** Les Partenaires



# LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

Les Activités se déroulent sur 34 semaines

## **MARCHE NORDIQUE (MN)**

La marche nordique, une activité d'extérieur qui permet d'améliorer son endurance, son tonus musculaire, sa posture, son amplitude de mouvement et de lutter contre l'akinésie.

27 séances d' 1h15 hebdomadaire.

## **ATELIER ECRITURE (AE)**

L'atelier écriture pour Parkinsoniens propose des séances de réentraînement au graphisme avec des exercices visant à améliorer la mobilité digitale, la concentration et la vitesse. L'objectif est de retrouver de l'autonomie en se réappropriant l'écriture. Cette activité est proposée tous les 15 jours.

17 Séances de 1h (1 semaine sur 2).

## **GYM EQUILIBRE ET POSTURE (GE)**

La gym équilibre s'inscrit dans une logique de prévention santé, du Bien Vieillir et de la préservation de l'autonomie. Les séances sont adaptées pour stimuler les sens de l'équilibre, faciliter l'approche au sol, maintenir les réflexes corporels et favoriser le maintien du lien social.

34 séances d'1h hebdomadaire.

## **YOGA**

Cette activité permet de gérer l'anxiété et les symptômes dépressifs, mais aussi agit de façon positive sur l'humeur et le bien-être grâce à des exercices de respiration et d'étirements sans passage au sol.

34 Séances d'1h hebdomadaire.

# LE DÉVELOPPEMENT EN VIENNE

## **POITIERS 86000 (GE)**

Vendredi de 14h-15h et 15h-16h  
Centre d'Amination de Beaulieu  
10 Boulevard Savari

## **POITIERS 86000 (AE)**

Un Mardi sur 2 de 14h30-15h30  
Centre d'Animation des Couronneries  
37 rue Pierre de Coubertin

## **POITIERS 86000 (MN)**

Jeudi 14H-15h15  
Parc floral de la Rosaie  
11 rue Salvador Allende

## **BUXEROLLES 86180 (YOGA)**

Mercredi 10h30-11h30  
Maison des projets  
48 avenue de la Liberté

## **CIVRAY 86400 (GÉ)**

Jeudi 10h45-11h45  
Dojo du complexe sportif Beauséjour.

## **CHATELLERAULT 86100 (GE)**

Vendredi 14h-17h20 (3 groupes)  
Dojo du lycée du Verger  
14 Rue Jean Pidoux

## **CHATELLERAULT 86100 (AE)**

Un Mardi sur 2 de 11-12h  
Salle de la Grange Leclerc  
21 rue Abbé Lalanne

## **CHAUVIGNY 86300 (GE)**

Lundi 15h30-16h30  
Dojo du complexe sportif du Peuron  
30 Rue du Peuron

## **MONTMORILLON 86500 (GE)**

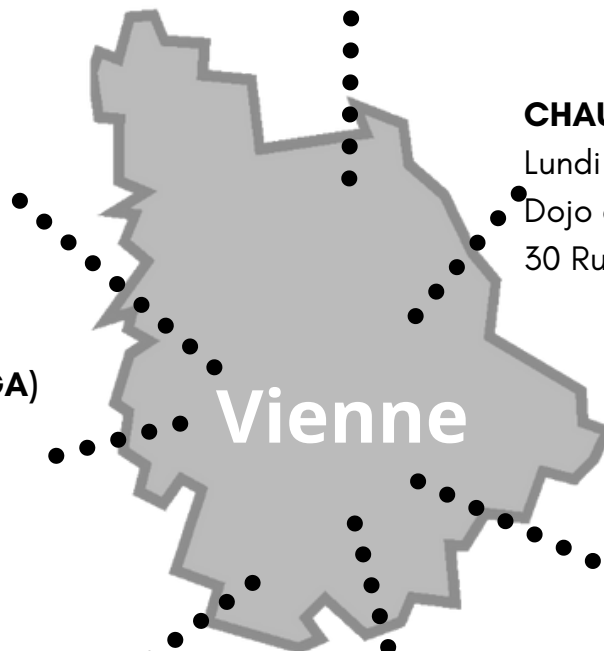
Vendredi 11h-12h  
Dojo du complexe sportif Jean Guillot.  
Rue Saint Nicolas

## **SOMMIÈRE DU CLAIN 86160 (AE)**

Un Mardi sur 2 de 15h-16h  
Salle des fêtes  
Route de Poitiers

## **GENCAY 86160 (GE)**

**Lundi** 15h45-16h45  
Salle du Château d'Eau.  
Place du Champs de Foire



## QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

SEXE :	ÂGE :				
ACTIVITÉS PRATIQUÉES :	LIEU DE LA PRATIQUE :				
Animateur/Animatrice :					
LES SÉANCES	Pas du tout	Pas vraiment	Oui, plutôt	Oui, tout à fait	OBSERVATIONS/ REMARQUES
Le lieu dans lequel se déroule l'intervention vous convient-il ?					
Les exercices sont-ils, selon vous, adaptés ? (Diversité, rythme, enchaînement...)					
Les cours correspondent-ils à vos attentes et à vos besoins ?					
Comment estimez-vous la convivialité ?					

### ENTOUREZ LES RÉPONSES

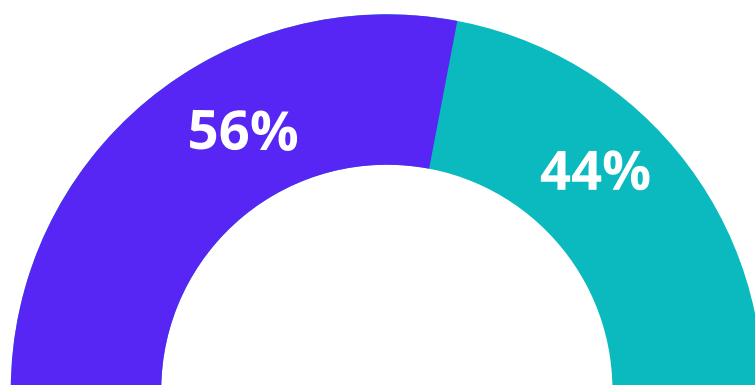
Qu'est-ce qui vous motive à venir ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>La convivialité</li> <li>Le bien-être apporté</li> <li>La dépense physique</li> <li>Autre :</li> </ul>
Après les Activités Physiques, comment vous sentez-vous ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Détendu(e) / Reposé(e)</li> <li>Epuisé(e) / Fatigué(e)</li> <li>Revigoré(e) / Plein d'énergie</li> <li>Autre :</li> </ul>
Que vous apporte l'Activité Physique dans votre quotidien?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être plus souple</li> <li>Moins de douleur</li> <li>Plus de force / Meilleur tonus</li> <li>Meilleur moral</li> <li>Autre :</li> </ul>
Souhaitez-vous continuer l'année prochaine ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Oui</li> <li>Non</li> </ul>
Vos Remarques :	

Toute l'équipe vous remercie d'avoir pris de votre temps pour répondre à ces questions.

# EXPLOITATION DU QUESTIONNAIRE

## RÉPARTITION PAR SEXE

59 personnes ont répondu à ce questionnaire : 33 femmes et 26 hommes.



## L'ÂGE

Âge moyen : 71.5 ans

La personne la plus âgée : 96 ans

La personne la plus jeune : 46 ans

## REPARTITION PAR TRANCHE D'ÂGE

- 50 ans	50 à 59 ans	60 à 69 ans	70 à 79 ans	80 à 89 ans	+ 90 ans
1	5	11	31	10	1

# EXPLOITATION DU QUESTIONNAIRE

**"Le lieu dans lequel se déroule l'intervention vous convient-il ?"**

	<b>Pas du tout</b>	<b>Pas vraiment</b>	<b>Oui, plutôt</b>	<b>Oui tout à fait</b>
%	0	1.7%	25.4%	72.9%

Remarque : "Dojo Colette Besson : manque de propreté "

**"Les exercices sont-ils, selon vous, adaptés ? (rythmes, diversités...)"**

	<b>Pas du tout</b>	<b>Pas vraiment</b>	<b>Oui, plutôt</b>	<b>Oui tout à fait</b>
%	0%	1.7%	17%	81.3%

**"Les cours correspondent-ils à vos attentes et à vos besoins ?"**

	<b>Pas du tout</b>	<b>Pas vraiment</b>	<b>Oui, plutôt</b>	<b>Oui tout à fait</b>
%	0%	0%	15.5%	84.5%

**"Comment estimez-vous la convivialité ?"**

	<b>Pas du tout</b>	<b>Pas vraiment</b>	<b>Oui, plutôt</b>	<b>Oui tout à fait</b>
%	0%	0%	6%	94%

# EXPLOITATION DU QUESTIONNAIRE

"Qu'est-ce qui vous motive ?" (choix multiples)

	La Convivialité	Le bien-être apporté	La dépense physique	Autre
%	61%	68%	64%	0%

Après les Activités Physiques comment vous sentez-vous ?

(choix multiples)

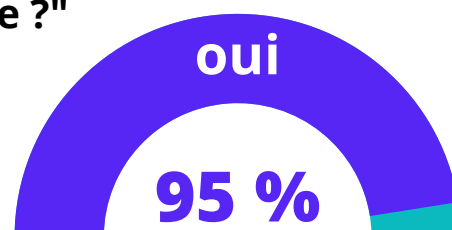
	Détendu(e)/ Reposé(e)	Épuisé(e) / Fatigué(e)	Revigoré(e) / Plein d'énergie	Autre
%	59%	37%	41%	0%

"Que vous apporte l'Activité Physique dans votre quotidien ?"

(choix multiples)

	Être plus souple	Moins de douleurs	Plus de Force/tonus	Meilleur moral	Autre
%	49%	27%	47%	76%	0%

"Souhaitez-vous continuer l'année prochaine ?"





# NOMBRE DE PARTICIPANTS ET RÉPARTITION PAR ACTIVITÉ

**96 Personnes ont participé à au moins 1 activité par semaine : Gym, Marche Nordique, Atelier écriture ou Yoga .**

**Quelques personnes pratiquaient 2 ou 3 activités par semaine parmi les 4 proposées .**

	<b>GYM</b>	<b>YOGA</b>	<b>ATELIER ECRITURE</b>	<b>MARCHE NORDIQUE</b>	<b>2 ACTIVITÉS</b>	<b>3 ACTIVITES</b>
NB	61	19	18	12	29	5
%	63.5%	19.8%	18.7%	12.5%	30%	5.2%

# LES PARTENAIRES

