



Groupement des Organismes
de Personnes Handicapées
du Saguenay-Lac-St-Jean

Le GOPHS souhaite mettre en lumière le travail exceptionnel de l'Association Parkinson, un pilier du milieu communautaire régional. Engagée auprès des personnes atteintes de la maladie de Parkinson, elle contribue de manière significative au bien-être de la population du Saguenay-Lac-Saint-Jean en offrant soutien, ressources et espoir.



**SAGUENAY
LAC-SAINT-JEAN**



GOPHS

**P A R
K i N
S O N**

**SAGUENAY
LAC-SAINT-JEAN**

**Dans le cadre de notre mandat,
pour faire connaître les
organismes membres et
partenaires, le GOPHS souhaite
valoriser le travail indispensable
de l'équipe de l'association
Parkinson, et faire rayonner ses
services auprès du grand public.**

**P A R
K i N
S O N**

**SAGUENAY
LAC-SAINT-JEAN**



Mission

Faire connaître la maladie de Parkinson aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson (PAMP) et les inciter à prendre du pouvoir sur leur vie et à adopter les comportements et les habitudes de vie susceptibles de favoriser leur autonomie fonctionnelle et cognitive





**P A R
K i N
S O N**

**SAGUENAY
LAC-SAINT-JEAN**

Services et activités

Activités physiques adaptées

L'organisme propose plusieurs activités hebdomadaires favorisant la mobilité, la souplesse et le bien-être :

- Marche nordique
- Entraînement de boxe adapté
- Stretching postural
- Activités de cardio en plein air

Activités sociales et de soutien

Pour briser l'isolement et favoriser les échanges, plusieurs rencontres sont organisées :

- Cafés-rencontres
- Groupes de soutien
- Déjeuners et activités sociales mensuelles
- Conférences et échanges avec des professionnels



Services et activités

Autres services offerts

Selon les besoins, l'organisme propose aussi :

- Évaluations individuelles en kinésiologie
- Rencontres personnalisées
- Groupes d'entraide et d'information
- Activités adaptées selon les saisons



**P
A
R
K
i
N
S
O
N**

**SAGUENAY
LAC-SAINT-JEAN**

Contact



2208 rue Roussel, bureau 4
Chicoutimi (Québec) G7G 1W7



info@parkinson-slsj.ca



418-973-7003

