



RÉLIAN

“ Mon patient est trop sédentaire...

“ Je veux retrouver une vie saine et rencontrer d'autres personnes...

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE SUR ORDONNANCE

L'activité physique adaptée a pour objectif de vous faire ressentir les bénéfices de santé associés à une pratique régulière d'activité physique.

Il s'agit d'exercices en douceur selon vos besoins et vos capacités. Une équipe de professionnels (kiné et éducateur physique) vous accompagne.

GRATUIT

**Contactez
RÉLIAN**

04 296 76 76



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE SUR ORDONNANCE



Faites votre choix ci-dessous :

Mardi à 14h30

RML Liège, Quai Van Beneden 25 à 4020 **LIÈGE**

Mardi et jeudi à 17h

Centre Blanc Gravier, Allée des sports B21 à 4000 **LIÈGE**

Lundi et mercredi à 18h

Rue de Morchamps 44 à 4100 **SERAING**

GRATUIT

Ces activités s'adressent aux personnes qui habitent Liège ou Seraing, qui sont atteintes d'au moins une pathologie chronique (diabète, insuffisance respiratoire, maladie cardiovasculaire...) et qui vivent une souffrance psychique (dépression, anxiété, isolement...).

Plus d'informations et inscription ?

Contactez RéLIAN au 04 296 76 76