



RENCONTRE REGIONALE AQUITAINE NORD

Le 6 mai 2022 à VILLEGOUGE (33)

Si Angoulême est le lieu historique des rencontre Aquitaine Nord, sur Bordeaux et ses environs c'était le second essai et quel essai !...

Christian COUDREAU nous avait invité(e)s « chez lui » à VILLEGOUGE pour le plus grand bonheur de l'ensemble des 11 participants qui sont repartis charmés par ce gros bourg du vignoble bordelais. La municipalité nous avait prêté une petite salle communale totalement adaptée ; merci à eux pour cet accueil gracieux que nous devons aussi à la bonne intégration sociale de Christian dans sa commune.

Cerise sur le gâteau, Christian, nous a amené(e)s dans un petit restau proche, de sa connaissance, rapport qualité /prix tiptop. Petit entracte convivial que tous ont apprécié, j'ai cru entendre quelques « à refaire » ...

Cette belle journée printanière, ensoleillée dans ce cadre idyllique a aussi été très productive :

- ✚ Echanges d'expériences : retour de cure à Lamalou, retour de soins en hospitalisation de jour service MPR de Limoges.
Et naturellement nous en sommes venus à échanger sur nos pratiques personnelles entre Kiné et activité physique plus ou moins régulière, avec ou sans coach. L'équilibre que chacun recherche... accord pour reconnaître que, dans la durée, faire seul(e) des exercices recommander la volonté s'éémousse ainsi que la qualité des mouvements ; l'œil entraînant et correcteur du professionnel reste un plus important.
- ✚ « Une aide technique » originale : la trottinette électrique de Jean-Claude, dénichée sur internet que nous avons été plusieurs à essayer avec plus ou moins de témérité ! elle lui permet de continuer d'accompagner ses proches pour des balades champêtre ou autres.

Pliable, elle loge, facilement, dans le coffre et ne pèse que 15kg mais probablement moins stable que les scooters. Une solution pour certains à un moment donné de nos vies et de l'évolution de nos incapacités-capacités.

- ✚ Mise à jour de notre liste « Bonnes adresses régionales » qui s'enrichit du centre de rééducation de LA LANDE (24), attention il n'accueille que des patients de Dordogne ne vous précipitez pas...
- ✚ Point sur la mise en place du contrôle automatisé du stationnement à Bordeaux : mis en place en janvier 2022 cela complique la vie des personnes à mobilité réduite et d'avis d'une adhérente bordelaise cela « cafouille » pas mal ! ...
- ✚ Et puis pleins de bonnes idées pour répondre aux besoins des adhérents comme rechercher une mutuelle senior de groupe, pour rendre plus visible l'association (contacter le stade Rochelais, participer à des manifestations locales telle Decastar à Bordeaux en septembre...)

Merci à tous pour leur participation et particulièrement à Christian pour sa mobilisation.

Arlette BOURON
Correspondante Régionale
Aquitaine-Nord