



CPRA ACPL

REJOINDRE TOUS ET CHACUN

Modèles de Réussites

Programme Empower-U avec l'instructeur Paola, combinaisons de shadow boxing, Winnipeg Manitoba. Programme spécifique à la maladie de Parkinson, en personne et en ligne.

U-Turn Parkinson's offre des programmes sportifs au-delà de Winnipeg

LES COURS SUR ZOOM DE U-TURN PARKINSON'S ont fait naître en Suzanne Ritchot un amour pour l'activité physique.

Par le passé, la résidente de Ste-Anne, qui est atteinte de la maladie de Parkinson et vit à environ 50 km de Winnipeg, avait de la difficulté à accéder à ces programmes en présentiel à cause de la distance. Mais en 2023, dans le confort de son foyer, elle a été en mesure de se connecter sur Zoom et de se mettre en forme lors des cours Power Stretch, Music Therapy et Empower-U offerts chaque semaine.

De plus, elle a pu accéder à ces cours en ligne avec d'autres personnes de Steinbach, qui est beaucoup plus près d'où elle vit.

« Je suis reconnaissante d'avoir maintenant plus d'occasions de participer à ces merveilleux programmes avec d'autres personnes atteintes du Parkinson dans ma région », explique Mme Ritchot.



U-TURN PARKINSON,
MANITOBA

Canada

Ce projet est financé par
le gouvernement du Canada



Power-Stretch avec l'instructeur Jordyn, Stretching avec sangles, Winnipeg-Manitoba. Programme en ligne en direct spécifique à la maladie de Parkinson.



Gros plan sur le programme Empower-U

Mme Ritchot et plusieurs autres personnes ont pu accéder aux activités sportives de U-Turn Parkinson's plus facilement grâce au financement du programme Rejoindre tous et chacun : une intervention sportive communautaire de l'Association canadienne des parcs et loisirs (ACPL). Ce programme, financé par le projet Le sport communautaire pour tous de Sport Canada, vise à éliminer les obstacles et à accroître les taux de participation au sport des groupes dignes d'équité de partout au Canada.

U-Turn Parkinson's est un organisme caritatif qui offre des programmes de bien-être et d'exercice pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. L'organisme de Winnipeg, qui offre des opportunités de sports et de loisirs en ligne et en présentiel sans frais aux personnes atteintes de la maladie, a lancé le projet pour élargir l'étendue de sa portée aux communautés du Manitoba.

« Nous savons que nous faisons du très bon travail pour rejoindre les gens de Winnipeg et les personnes qui peuvent se déplacer pour nos programmes », déclare Taylor Devlin, directrice générale de U-Turn Parkinson's, « Mais la participation était encore plus grande sur nos services en ligne durant la pandémie de la COVID-19. Nous savions que nous ne touchions encore qu'une partie des Manitobains vivant avec le Parkinson's, donc nous voulions vraiment élargir notre portée dans la province ».

Mme Devlin dit que le financement a aidé à soutenir la première phase de leur projet Increasing Engagement and Accessibility with U-Turn Parkinson's (Améliorer la participation et l'accessibilité avec U-Turn Parkinson's).

Durant cette phase initiale, U-Turn Parkinson's a continué d'offrir sa programmation de sports et loisirs en ligne et a aussi été en mesure d'acheter l'équipement nécessaire à son fonctionnement. De plus, le financement a aidé à soutenir une campagne de marketing pour aider les personnes touchées par la maladie de Parkinson's à en apprendre davantage à propos du programme.

Selon Mme Devlin, l'organisme s'est associé dans le cadre du projet avec un groupe de la communauté de Steinbach qui a rassemblé des bénévoles et des participants pour profiter de la programmation récréative en ligne de U-Turn Parkinson's au centre Pat Porter Active Living.

« Nous avons été en mesure de travailler avec ce groupe pour s'assurer que ses membres aient la formation nécessaire, nous les avons aidés à se préparer pour l'animation et ensemble nous avons créé un espace pour offrir notre programmation », explique Mme Devlin. « C'est une bonne option à faibles ressources au lieu d'avoir à envoyer

nos animateurs à l'autre bout du Manitoba ou de devoir élargir notre offre de services sur place. Maintenant, nous avons un espace communautaire où les gens peuvent venir en personne et participer à nos programmes en ligne, comme ils le feraient à la maison ».

Elle ajoute que les programmes en ligne aident les participants atteints de Parkinson à être actifs et à gérer leurs symptômes. L'un des cours en ligne, Power Stretch, incorpore le yoga et le tai-chi pour aider les participants à se concentrer sur leur équilibre et leur démarche. Un autre programme, intitulé Empower-U, marie la danse et la boxe pour procurer aux participants un entraînement corporel complet.

« Les combinaisons de boxe sont très bonnes pour la coordination oculo-manuelle et pour les habiletés motrices », explique Mme Devlin.

Elle ajoute que ce projet a aidé de nombreux participants de Steinbach et des communautés environnantes à surmonter les barrières liées au transport, qui les empêchent de se déplacer à Winnipeg pour les cours en présentiel.

« C'est un emplacement très accessible et déjà très connu de tout le monde dans la communauté », dit Mme Devlin, en ajoutant que le projet a aussi aidé les participants à surmonter les barrières financières liées à l'accès au sport. « Ce qui est bien avec U-Turn Parkinson's, c'est que tous nos programmes sont gratuits. Nous savons que les personnes atteintes de Parkinson doivent souvent utiliser le système de santé, et cela comprend des programmes couverts par la province et des services qui ne le sont pas. En matière de finances, ils ont beaucoup de préoccupations ».

Mme Devlin dit que le financement a été « vraiment bénéfique » et qu'il a aidé l'organisme à rejoindre une population qui avait besoin d'accéder à leur programmation.

« Ce financement nous a permis de poursuivre nos services en ligne pour les personnes qui ne peuvent pas se déplacer », explique-t-elle. « Sans le programme, nous ne savons pas comment nous aurions été en mesure d'élargir notre portée aux populations rurales ».

Mme Ritchot se dit très heureuse d'avoir un meilleur accès à cette programmation en présentiel ou sur Zoom, et ajoute que les cours ont eu un impact positif sur sa santé et son bien-être.

« Toutes les activités ont grandement contribué à ma santé », dit-elle. « Je me sens bien! Je détestais faire de l'exercice auparavant, mais maintenant, je me sens motivée et soutenue! » 🍁