



ParkinsonVRMove

Vous vivez avec la maladie de Parkinson et souhaitez :

maintenir votre
mobilité et
renforcer votre
musculature

rétablir votre
coordination et
vos réflexes

stimuler votre
cognition et la
prise de décision

développer votre
équilibre et votre
posture

gérer votre stress
et améliorer votre
humeur

tout ceci dans une
ambiance
détendue et
ludique

... alors rejoignez-nous pour une séance d'initiation
rythmée et stimulante, dans une ambiance détendue et
ludique.

Nous sommes un groupe de personnes vivants avec la **maladie de Parkinson** qui se rencontrent chaque semaine aux Pâquis (GE), pour maintenir par l'exercice et le jeu notre mobilité, flexibilité et résistance au stress.

Nous avons choisi pour ceci les casques de **réalité virtuelle** qui nous offrent une palette d'applications (yoga, tai chi, boxe, méditation, tennis de table, etc.) encourageant l'exercice en groupe et à la maison.

Nous vous proposons une initiation gratuite à la réalité virtuelle, et plus particulièrement au jeu d'exercice Beat Sabre.

Nous utilisons principalement le jeu **Beat Sabre** qui allie tous les avantages pour maintenir votre mobilité et votre équilibre.

Les paramètres du jeu pouvant être adaptés, il est possible de jouer en position assise, de diminuer le rythme, de modifier les contrastes, etc.

Inscriptions et informations :



parkinsonvrmove.ch

Email : contact@parkinsonvrmove.ch

AVEC LE SOUTIEN
DE LA
VILLE DE GENÈVE

AVEC LE SOUTIEN
DE L'ASSOCIATION
DEFI PARKINSON

ASSOCIATION
DEFI PARKINSON
BOULEVARD DES MONTANES

Jeudi 30 avril 2026

HUG Genève Auditoire Marcel Jenny
Journée mondiale de sensibilisation à la maladie de Parkinson

• Présentation de notre activité et séances découverte Réalité Virtuelle