



ParkinsonVRMove

Vous vivez avec la maladie de Parkinson et souhaitez :

maintenir votre mobilité et renforcer votre musculature

rétablissement 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



Jeudi 30 avril 2026

Journée mondiale de sensibilisation à la maladie de Parkinson

- Présentation de notre activité et séances découverte Réalité Virtuelle