



## VOUS SOUHAITEZ PRATIQUER UNE ACTIVITE DE LOISIRS EN CLUB OU ASSOCIATION ?



- Vous êtes porteur de maladie chronique, en affection longue durée (diabète, cancer, maladie cardiovasculaire, obésité...)
- Et / ou vous êtes âgé de plus 60 ans, repéré fragile par un professionnel de santé.

**Vous souhaitez devenir acteur de votre santé.**

Le DAHLIR vous accompagne pour trouver une activité adaptée à vos besoins et à vos envies.

## UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ, GRATUIT ET ADAPTÉ POUR RÉALISER VOTRE PROJET DE LOISIRS.

### LES ÉTAPES DE NOTRE ACCOMPAGNEMENT

#### 1 – La demande individuelle :

Qui peut solliciter le DAHLIR ? Vous, un programme d'éducation thérapeutique, un professionnel de santé, un partenaire...

#### 2 – La rencontre :

Organisation d'une rencontre avec le chargé d'accompagnement DAHLIR afin de cerner vos envies, votre projet.

Recherche d'une activité et du club/association correspondant à votre projet.

Prise de contact et sensibilisation (si besoin) de la structure d'accueil, en amont de la séance d'essai.

#### 3 – L'essai & l'adhésion :

Proposition de séance(s) d'essai dans le club / association, en présence du chargé d'accompagnement DAHLIR.

Si là ou les séances d'essai sont concluantes, vous pourrez adhérer à la structure.

#### 4 – Le suivi - vers une pratique autonome de l'activité :

Suivi régulier réalisé par le référent DAHLIR auprès de vous ainsi que du club / association, afin de garantir une intégration pérenne.



### INFOS PRATIQUES

Contactez-nous :

☎ 06.20.58.69.00

✉ [jtheillet@dahlir.fr](mailto:jtheillet@dahlir.fr)

💻 [www.dahlir.fr](http://www.dahlir.fr)

### AVEC LE SOUTIEN DE :

En Auvergne Rhône-Alpes :



Dans les Hautes-Alpes :

