



TOUS
À
vélo!

28 & 29 MARS 2024
MAS DE BAISIEUX

MARS 2024

Deux jours consacrés au vélo adapté

Tricycle, vélo pousseur, à cadre bas, biplace... Il existe aujourd'hui de nombreuses possibilités pour que chacun, valide, en situation de handicap ou en perte d'autonomie, puisse profiter des joies du vélo. Jeudi 28 et vendredi 29 mars 2024, l'association Les Papillons Blancs de Lille et Roule ma poule proposent deux journées de découverte du vélo adapté à Baisieux. L'événement est ouvert à tous.

Le vélo, bon pour le corps et le moral

Pour garder la forme, s'aérer, se dépenser, se déplacer... Le vélo gagne du terrain comme solution de mobilité douce mais aussi comme activité sportive et de loisirs. La pratique du vélo agit sur le souffle, permet de travailler l'équilibre, protège les articulations... Elle est aussi bonne pour le moral! Monter en selle réduit le stress, l'anxiété, favorise l'estime de soi ou encore une oxygénation du cerveau qui accroît les capacités cognitives. En famille ou entre amis, la pratique du vélo favorise également découvertes et lien social.

Un vélo adapté pour chacun d'entre nous

Mais comment faire du vélo lorsque l'on est en situation de handicap ou en perte d'autonomie? Tricycle, vélo pousseur ou équipé d'une plateforme, vélo biplace... Il existe aujourd'hui une grande variété de modèles pour permettre à tous d'arpenter les routes à vélo!

Deux jours de découverte et d'essai de vélos adaptés

Jeudi 28 et vendredi 29 mars 2024, l'entreprise Roule ma poule et l'association Les Papillons Blancs de Lille rassembleront des acteurs du vélo pour favoriser les découvertes et essais de vélos adaptés. Plusieurs modèles différents pourront être testés sur place. Les visiteurs rencontreront des spécialistes qui les conseilleront en fonction de leurs besoins et attentes.

L'événement est ouvert à tous. Il s'adresse en particulier aux personnes en situation de handicap ou en perte d'autonomie, temporaire ou permanente, pour qui la pratique du vélo « classique » n'est pas possible, à leurs proches et aux professionnels qui les accompagnent.

Les organisateurs

Roule ma poule est une entreprise de réparation de vélo qui se déplace à domicile et en entreprise dans la métropole lilloise. Culture vélo propose à la vente une grande variété de vélos.

L'association Les Papillons Blancs de Lille défend les intérêts de personnes en situation de handicap et de leurs proches. Elle accompagne 2500 enfants et adultes et soutient autant de familles dans la métropole lilloise.

Chaque année depuis 2017, l'association Les Papillons Blancs de Lille s'implique dans un événement dédié au vélo : challenge européen puis métropolitain et, depuis 2022, Mai à vélo. Une participation qui nourrit la vie associative et fédère personnes accompagnées, bénévoles, familles et professionnels. En 2023, Roule ma poule a proposé trois journées de réparations et d'apprentissage à la réparation, ouvertes à tous, au sein d'établissements de l'association Les Papillons Blancs de Lille.



Rendez-vous à Baisieux !

La maison d'accueil spécialisée accueille des personnes adultes porteuses de polyhandicap, de troubles du spectre de l'autisme et de handicaps rares. Dans cet établissement géré par l'association Les Papillons Blancs de Lille, on utilise fréquemment vélo poussoir, équipé d'une plateforme ou encore tandem côte-à-côte pour permettre aux résidents de partir en balade.

TOUS
À vélo!

Jeudi et vendredi 28 et 29 mars 2024
De 9 heures à 19 heures
35 rue de Camphin à Baisieux
Informations au 03 20 43 95 60 et à contact@papillonsblancs-lille.org

CULTURE
vélo

Roule ma Poule

LES
PAPILLONS
Blancs
DE LILLE