

La danse adaptée et inclusive, c'est quoi ?

De la JOIE

Du PARTAGE

De la DANSE

De la MUSIQUE

Des
RENCONTRES

MAIS AUSSI :

- Offrir un espace sécurisé et bienveillant pour s'épanouir en pratiquant une activité physique adaptée
- Le mélange des publics : peu importe l'âge, les limitations, le handicap,... On peut TOUS danser ensemble
- Un espace d'expression corporel adapté à chacun(e) où la finalité n'est pas la performance mais le bien-être autant physique que mental
- Des exercices adaptés en fonctions des besoins de chaque participant(e)s
- Transformer le : **"Je ne peux pas..."** en **"Comment faire autrement ?"**



Benjamin Planquette
Enseignant en APA indépendant

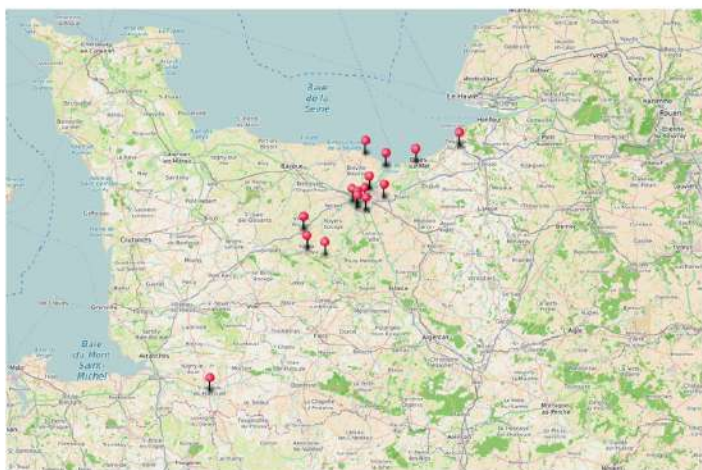
 + 33 (0)6 98 21 98 22

 contact.b.apas@gmail.com

QUELQUES DONNEES SUR B-APAS



- Un public allant de **3 ans à 101 ans !**
- Plus de **50 ateliers** à thème originaux
- Plus de **500 personnes** touchées depuis sa création en **Janvier 2024**
- La création de **3 spectacles** de danse originaux et adaptées **“Danse-moi ton histoire”, “Impressions” et “Memories”**
- Une **expérience professionnelle** avec : le poly-handicap, les troubles du comportement et de la conduite (TCC), la déficience intellectuelle (DI), les troubles du spectre de l'autisme (TSA), la sclérose en plaque (SEP), les lésions cérébrales, l'obésité, l'Alzheimer et le Parkinson
- Des interventions dans de **nombreuses structures** : Associations, MAS, IME, IEM, IMPRo, EHPAD,...



- Des interventions dans **toute la Basse-Normandie**: Caen, Villers-Bocage, Cabourg, Saint-Hilaire-du-Harcouët, Saint-Arnoult, Luc sur Mer,...



Benjamin Planquette
Enseignant en Danse Adaptée
EAPA indépendant



+ 33 (0)6 98 21 98 22



contact.b.apas@gmail.com

B-APAS c'est quoi ?

Des valeurs :

Inclusion

Bien-être **Confiance** **Respect**

Adaptabilité **Expertise** **Partage**

Professionalisme **Bienveillance**

Pour qui ?

Toutes personnes ayant envie de pratiquer une activité physique peu importe son âge , sa condition physique et ses limitations

- **Une ligne directrice : " Rien n'est impossible, il suffit juste de la bonne adaptation"**
- **Un service de prestation d'activité physique adaptée pour les structures et les particuliers**
- **Un professionnel de l'APA à votre disposition pour mettre en place un/des projet(s) dans un objectif de bien-être et de santé**



Benjamin Planquette
Enseignant en APA indépendant

 + 33 (0)6 98 21 98 22

 contact.b.apas@gmail.com