

# LE DÉFI DES POSSIBLES

LE CHALLENGE NATIONAL DES  
ÉTABLISSEMENTS ENGAGÉS

PAS BESOIN DE COMPÉTITION  
POUR S'AMUSER !

## Le Défi des Possibles : l'énergie collective qui rassemble

### C'EST QUOI ?

- **Le Défi des Possibles** est un événement inter-établissements organisé à distance proposé par la Fédération Française Handisport. Il s'adresse aux établissements et services médico-sociaux souhaitant proposer une dynamique collective autour de l'activité physique, dans un cadre ludique, inclusif et sans recherche de performance et ce à travers **trois catégories d'activités : Outdoor (en extérieur) ; Maxithlon ; Artistique et créatif.**

### POURQUOI VENIR ?

- L'objectif est simple : encourager chacun à bouger à son **rythme**, tout en favorisant la participation du plus grand nombre. C'est faire le choix d'une expérience collective positive, accessible et porteuse de sens, où chacun peut trouver sa place, se dépasser à son rythme et partager des moments forts avec les autres.

### OÙ ÇA

- Dès maintenant, dans votre **ESMS** (établissements et services médico- sociaux) le plus proche, participez à ce challenge qui encourage la pratique d'activités physiques partout **en France.**

### COMMENT PARTICIPER ?

- Les activités sont réalisées directement dans chaque établissement, avec l'accompagnement des professionnels en place. La participation est validée par le **partage de photos ou de vidéos**, permettant de valoriser les actions menées et de créer du lien avec les autres structures engagées dans le challenge.

### AVEC QUI ?

- **Résidents, personnels, familles et proches** sont invités à s'impliquer ensemble dans une aventure collective valorisante, où le plaisir, le partage et la convivialité priment avant tout !

Informations  
et renseignements :

✉ [ledefi@handisport.org](mailto:ledefi@handisport.org)  
Fiche d'Inscription via le QR Code

(Nécessite l'application/logiciel  
gratuit Adobe Acrobat Reader)

