

COMMUNIQUE DE PRESSE

La Ville récompensée pour ses actions en faveur des seniors



Les participants des premiers ateliers « D-marche »

Dans le cadre du concours Ville amie des aînés 2019 « Autonomie et grand âge : être acteur de sa vi(II)e », La Roche-sur-Yon recevra ce lundi 23 septembre à Paris le prix « transports et mobilité » au titre de l'initiative « D-marche, c'est surtout pour tout le monde », une action incitant les seniors à augmenter durablement leur quantité de pas au quotidien.

Labellisée « Ville amie des aînés » depuis 2017, La Roche-sur-Yon s'engage à favoriser l'intégration des seniors dans la vie locale à travers un programme d'actions, notamment pour lutter contre l'isolement social et promouvoir des activités physiques saines et accessibles. C'est pourquoi elle a choisi d'accompagner l'action « D-marche, c'est surtout pour tout le monde » mise en œuvre sur le plan local par la Fédération sportive et culturelle de France.

Au cours de plusieurs ateliers collectifs, les participants sont invités à augmenter progressivement leur nombre de pas moyen dans la journée pour adopter des habitudes saines et préserver leur état de santé physique. Pour les aider, ils se voient remettre chacun un podomètre pour quantifier leurs évolutions et atteindre leurs objectifs personnels. Deux groupes d'une douzaine de personnes se sont constitués sur l'année 2018/2019 à La Roche-sur-Yon.

Un atelier de découverte est programmé le jeudi 26 septembre de 9h à 12h à l'espace Entour'âge (29, rue Anatole France) pour découvrir le dispositif. A la suite de cette première réunion, 3 ateliers collectifs seront proposés entre octobre et décembre en fonction des plannings des participants

CONTACTS PRESSE

SIRISAWAT Malvina – 02 51 47 48 02 / 06 80 76 43 51 – malvina.sirisawat@larochesuryon.fr
BALAT Yan – 02 51 47 45 70 / 06 14 55 48 82 – yan.balat@larochesuryon.fr

www.larochesuryon.fr