

COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

Aînés actifs : de l'activité physique offerte gratuitement dans les parcs de la région!

Sorel-Tracy, le 26 avril 2019 – Faire bouger les gens dans leur milieu de vie, tel est l'objectif d'Aînés actifs, une activité s'adressant aux aînés et à leur famille et proposant de l'animation par un spécialiste de l'activité physique dans les parcs de la région.

L'initiative Aînés actifs vise à bonifier l'offre d'activités physiques déjà en place sur le territoire, mais proposée de septembre à mai uniquement. Pourquoi ne pas poursuivre les activités physiques à l'extérieur durant la période estivale? L'idée est de rassembler et de faire bouger les gens à l'extérieur, dans un parc de la région pour favoriser le vieillissement actif sur le territoire. Il s'agit d'ailleurs d'une initiative qui figure dans le plan d'action de la Politique régionale des aînés. Les activités sont encadrées par différents professionnels de l'activité physique.

Les personnes intéressées par cette activité gratuite peuvent s'informer directement auprès de leur municipalité, ou encore visiter le site web de la MRC à l'adresse : <http://mrcpierredesaurel.com/aines-actifs>. Un dépliant et l'horaire complet s'y trouvent.

Rappelons que l'initiative vient de la MRC de Pierre-De Saurel en partenariat avec le Centre intégré de santé et de service sociaux (CISSS) de la Montérégie Est, et en collaboration avec les municipalités participantes : Massueville, Saint-Aimé, Saint-David, Saint-Joseph-de-Sorel, Saint-Ours, Saint-Roch-de-Richelieu, Sainte-Anne-de-Sorel, Sainte-Victoire-de-Sorel et Sorel-Tracy.

-30-

Source : Josée-Ann Bergeron, coordonnatrice aux communications
MRC de Pierre-De Saurel
450 743-2703 poste 227
jabergeron@mrcpierredesaurel.com