

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le Mans, le 12 octobre 2018

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

Découvrez les **Activités Physiques Séniors**

Projet financé avec le concours de la CNSA

Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie et des personnes âgées.

Depuis Janvier 2017, le **Comité Départemental Olympique et Sportif de la Sarthe**, en collaboration avec les Comités Départementaux et les associations sportives dispensent des séances d'activités physiques pour les seniors dans le cadre du dispositif « Parcours Prévention Santé – Découverte des Activités Physiques Séniors » financé par la Conférence des Financeurs.

Cette action, lancée à Moncé en Belin, est reconduite pour la saison sportive 2018-2019. Forts du succès rencontré, nous étendons cette action à l'ensemble du département, afin de permettre à tous de pratiquer une activité physique.

C'EST QUOI EXACTEMENT ?

Le « Parcours Prévention Santé » est un dispositif mis en place par le **Comité Départemental Olympique et Sportif de la Sarthe**. Cette action permet aux personnes âgées de 60 ans et plus de découvrir des activités physiques adaptées **GRATUITEMENT**.

Cette action vise à :

- Prévenir les pathologies liées à l'âge.
- Lutter contre la sédentarisation.
- Renforcer les liens sociaux grâce à des activités collectives.
- Sensibiliser aux bienfaits d'une activité physique régulière.



QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

Toutes les personnes âgées de 60 ans et plus souhaitant découvrir une activité physique et sportive.

Pour entretenir sa santé ou pour rompre avec l'isolement, toutes les raisons sont bonnes pour pratiquer une discipline physique !

COMMENT ?

Le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Sarthe et les associations sportives partenaires offrent la possibilité aux bénéficiaires de **découvrir gratuitement 2 activités physiques, dans la limite de 7 séances par discipline**.

Le bénéficiaire peut participer à 1 heure de chaque activité à raison d'une séance par semaine (hors vacances scolaires) à Moncé en Belin.



Avec le concours de la CNSA
Conférence des Financeurs de la prévention
de la perte d'autonomie des personnes âgées.



CDOS
SARTHE



14
séances
GRATUITES

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

Découvrez les activités physiques
adaptées à partir de 60 ans



Comité Départemental Olympique et Sportif de la Sarthe
Maison Départementale des Sports
29 boulevard Saint Michel
72000 Le Mans

02 52 19 21 10
sarthe@franceolympique.com

