



LA VILLE DE NEUCHÂTEL COMMUNIQUE

Aux représentants des médias

Atelier pratique pour les aînés le 23 mars de 14h à 15h30

Marcher en toute sécurité à Neuchâtel

Au vu du succès enregistré l'an dernier, une nouvelle édition de l'atelier pour seniors « Marcher au quotidien » aura lieu le 23 mars prochain. Rendez-vous à 14 heures à la rue St-Maurice 4, 2^e étage, pour un cours gratuit sur l'art de se déplacer en ville avec sérénité. Ouvert à toutes et à tous, mais essentiellement à un public de 60 ans et plus, cet atelier est proposé par Mobilité piétonne Suisse et la Ville de Neuchâtel. N'oubliez pas de vous inscrire !

Dans la vie de tous les jours, marcher est synonyme d'autonomie, de santé et de qualité de vie. Mais l'intensification du trafic, la cohabitation avec des engins roulants sur le trottoir, les obstacles et les efforts nécessaires pour se mouvoir peuvent devenir source d'inquiétude, surtout quand l'équilibre et la vitesse de déplacement s'amenuisent.

En collaboration avec la Ville de Neuchâtel, Mobilité piétonne Suisse - l'association suisse des piétons - organise une nouvelle session de l'atelier « Marcher au quotidien ». Objectif : permettre aux aînés de gagner en sécurité lors de leurs déplacements. A partir de situations vécues par les participants, l'animatrice dispense des conseils pour entraîner l'équilibre, éviter les accidents et maintenir ainsi le plaisir de marcher.

« Marcher au quotidien » s'adresse aux personnes de 60 ans et plus, mais toute personne intéressée peut participer. Aucune tenue particulière n'est nécessaire. Inscription obligatoire auprès de l'attachée aux personnes âgées de la Ville de Neuchâtel, Isabelle Girod (tél. 032 717 78 30, lundi, mardi, jeudi) ou sur le site <http://www.sante-ne.ch/fr/personnes-agees/>.

Neuchâtel, le 14 mars 2017

Direction de la santé

Renseignements complémentaires: Isabelle Girod, 032 717 78 30 isabelle.girod@ne.ch