



LA VILLE DE NEUCHÂTEL COMMUNIQUE

Aux représentants des médias

Marcher au quotidien à Neuchâtel

L'Association suisse des piétons, *Mobilité piétonne Suisse*, propose un atelier en salle intitulé « Marcher au quotidien ». Il s'adresse aux aîné(e)s pour leur permettre de prévenir les chutes lors de leurs déplacements et d'apprendre à déjouer les situations complexes. Cet atelier est gratuit. Il a lieu le 13 octobre à Neuchâtel, de 14h00 à 15h30, au 2^e étage de la rue Saint-Maurice 4, dans la salle de conférence. Inscription obligatoire.

Marcher pour ses déplacements quotidiens est synonyme d'autonomie, de santé et de qualité de vie. Mais l'intensification du trafic, la présence des deux-roues, les obstacles rencontrés en chemin et les efforts nécessaires pour se mouvoir peuvent devenir une source d'inquiétude, surtout quand l'équilibre et la vitesse de déplacement s'amenuisent.

En collaboration avec la Ville de Neuchâtel, *Mobilité piétonne Suisse* organise un atelier « Marcher au quotidien » pour permettre aux aîné(e)s de gagner en sécurité lors de leurs déplacements. A partir de situations vécues par les participant(e)s, l'animatrice propose des trucs et des astuces pour entraîner l'équilibre, éviter les accidents et maintenir ainsi le plaisir de marcher. Cet atelier permet aussi de sensibiliser les autorités locales aux besoins des personnes âgées. A l'issue de la séance, les éventuels obstacles à leur mobilité sont répertoriés et transmis aux autorités avec les commentaires des participants.

« Marcher au quotidien » s'adresse aux personnes de 60 ans et plus, mais tout le monde peut participer à l'atelier. Aucune tenue particulière n'est nécessaire. Inscription 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 29 septembre 2015

Direction de l'Education, Santé, Mobilité

Renseignements complémentaires: Isabelle Girod, Attachée aux personnes âgées
Tél 032 717 78 30 (lundi, mardi, jeudi)
E-mail : isabelle.girod@ne.ch

