



LA VILLE DE NEUCHÂTEL COMMUNIQUE

Aux représentants des médias

Atelier pratique pour les aînés le 22 août à 14h00

Marcher en toute sécurité à Neuchâtel

L'Association suisse des piétons, *Mobilité piétonne Suisse*, propose un atelier intitulé « Marcher au quotidien ». Il s'adresse aux aînés désireux de se déplacer en toute sécurité. Cet atelier gratuit aura lieu le 22 août 2016 à Neuchâtel, de 14h00 à 15h30, au 2^e étage de la rue Saint-Maurice 4, dans la salle de conférence. Accès libre mais inscription obligatoire !

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 présence des deux-roues, les obstacles 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 intitulé « 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 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 seniors.

« Marcher au quotidien » s'adresse aux personnes de 60 ans et plus, mais toute personne intéressée peut participer à l'atelier. 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 10 août 2016

Direction de l'Éducation, Santé, Mobilité

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