

## SAINT-PARDOUX

### Les seniors aussi font du sport

Le projet « Seniors de Gâtine, venez bouger, pour une meilleure santé » a débuté il y a deux ans. Un projet, en partenariat avec la commune, la Mutualité française Poitou-Charentes, Sport et animation 79, l'Ufolep et quelques autres, où chacun a pu apporter son concours.

Florimond Blais est éducateur sportif, adhérent de l'association École sport de Parthenay, et dirige l'activité à Saint-Pardoux, le jeudi matin de 10 h 45 à 11 h 45.

#### À qui s'adressent les séances ?

**Florimond Blais :** « A tous les seniors, les activités sont adaptées en fonction de la possibilité et du rythme de chacun. »

#### Comment se déroule l'heure d'animation ?

« Ce sont des séances de multi-activités, jeux de ballon, de balles... Une partie ludique sur 35 minutes, des jeux de mémoire, d'équilibre, puis d'assouplissement. »

#### Quelles conditions pour rejoindre « Seniors et sportifs » ?

« Mettre des chaussures et des vêtements dans lesquelles on est à l'aise. Avoir une bouteille d'eau. Le reste est fourni. »



Florimond Blais.

#### Des renseignements pratiques ?

« Le tarif est de 60 € pour une saison de 30 séances. C'est au Foyer rural. Il y a encore quelques places disponibles, et des séances d'essai sont possibles. L'année dernière, 20 adultes étaient inscrits et 15 à 20 personnes étaient présentes à chaque séance. »

Contact : mairie de Saint-Pardoux, tél. 05 49 63 40 03, ou Alexis Denis, tél. 05 49 77 38 77.

LA FERRIÈRE-EN-PARTHENAY

La mairie déménage pour travaux