

# Seniors faites du sport

Début octobre, une journée pour les plus de 60 ans est proposée sur les 5 sites de loisirs départementaux (La Jemaye, Saint-Estèphe, Rouffiac, Gurson et Campagne).

Cet événement, Seniors faites du sport répond à plusieurs objectifs :

- › découvrir et s'initier à une offre élargie d'activités physiques et sportives adaptées ;
- › pratiquer et apprendre à pratiquer en milieu naturel et à proximité de chez soi ;
- › s'inscrire dans une démarche de bien-être et de santé physique et psychologique par la pratique sportive ;
- › animer pour favoriser l'échange, le partage et le lien social ;
- › promouvoir les dispositifs réguliers "Séniors à nous la forme".

