

Sport et seniors

La Direction des Sports et de la Jeunesse organise des événements qui s'inscrivent et répondent à des objectifs d'inclusion, de santé, d'éducation, d'animation et de promotion des activités physiques et sportives par la pratique. Cette stratégie vise une même finalité : le maintien du lien social sur les territoires.

Val Natura en Périgord : un bon moyen de visiter notre département hors des sentiers battus

Ce rallye convivial est réservé aux seniors (+ de 55 ans). Il se déroule sur trois jours avec des étapes sportives adaptées, des découvertes culturelles et des visites de sites exceptionnels.

Par équipe de deux, les participants cumuleront des points sur l'ensemble des journées afin d'établir un classement amical.

L'objectif final dit "amical et convivial" est de pratiquer des activités physiques, sportives et culturelles encadrées et sécurisées tout en découvrant la diversité des paysages et la richesse du patrimoine périgourdin, de remonter le temps et l'histoire, de rencontrer des seniors venus de toute la France.



Seniors à nous la forme

<https://www.dordogne.fr/a-votre-service/sport-pour-tous-et-partout/sport-et-seniors?>

A l'heure de la retraite, c'est une nouvelle vie qui commence où le sport a toute sa place pour contribuer à s'épanouir, continuer de s'enrichir, préserver sa santé et, parfois, rompre l'isolement social. Fort de cette conviction, le Département a mis en place des événements, le plus souvent innovants, régulièrement montrés en exemple au niveau national, avec notamment les journées « Seniors, soyez sport ». A partir de ce succès, nous avons voulu développer de nouveaux rendez-vous, toujours plus proches des territoires. C'est dans cet esprit que nous proposons le dispositif « Seniors, à nous la forme », en partenariat avec les collectivités locales et les professionnels de santé.

Les éducateurs de la Direction des sports et de la jeunesse vous invitent ainsi à découvrir et pratiquer gratuitement une offre élargie d'activités physiques et sportives. Cette gamme de propositions est également complétée par des ateliers de prévention santé. Ensemble, gardons la forme !

