



SANTÉ, SPORT



La journée Seniors faites du sport se déroulera jeudi 5 octobre sur cinq sites départementaux

La cinquième édition de l'opération Seniors faites du sport, destinée aux 60 ans et plus, se déroulera jeudi 5 octobre sur cinq sites départementaux. Comme chaque année, les participants pourront bénéficier d'activités physiques adaptées et d'ateliers de prévention santé.

Publié le 02 octobre 2023

Le Conseil départemental de la Dordogne a fait de la pratique du sport, pour toutes et tous et partout, un axe essentiel de sa politique sportive. Dans un département où les seniors occupent une place importante, il a développé depuis de nombreuses années des actions spécifiques à leur attention, en nouant notamment des partenariats avec les comités sportifs et les professionnels du troisième âge : l'opération Seniors faites du sport.

Cette démarche constitue une belle réussite, souvent montrée en exemple au niveau national. La pratique du sport ne connaît pas d'âge. Elle contribue à s'épanouir, à s'enrichir, à sortir parfois de son isolement, tout en améliorant sa santé.

Fort du succès des quatre dernières éditions, le département a choisi de reconduire l'opération Seniors faites du sport jeudi 5 octobre sur les **cinq sites départementaux** de pleine nature répartis sur l'ensemble du Périgord.

Ainsi, le Grand Étang de La Jemaye, le Grand Étang de Saint-Estèphe, le lac de Gurson, la base de loisirs de Rouffiac et le Domaine de Campagne vont une fois encore accueillir les seniors périgourdins. Chacun aura le plaisir de s'adonner à des activités physiques sportives, de loisirs et de pleine nature ainsi qu'à des ateliers « santé et bien-être » dans des espaces particulièrement bien adaptés et équipés pour une pratique douce et conviviale.

Les activités sont proposées gratuitement à la carte. Pour le repas du midi, deux formules sont mises en place :

- › Amener son pique-nique
- › S'inscrire au repas traiteur (les coordonnées des différents prestataires se trouvent sur la page d'inscription)

Les programmes pour chaque site ainsi que le lien d'inscription sont disponibles sur <https://www.dordogne.fr/information-transversale/actualites/la-journee-seniors-faites-du-sport-se-deroulera-jeudi-5-octobre-sur-cinq-sites-departementaux-22333680?>

Les programmes pour chaque site ainsi que le lien d'inscription sont disponibles sur <https://demarches.dordogne.fr/cd/seniors-faites-sports> (<https://demarches.dordogne.fr/cd/seniors-faites-sports>)

Renseignements complémentaires auprès de la Direction des Sports et de la Jeunesse du Conseil départemental au 05.53.02.02.80.