

Un capital à préserver

Plus on avance dans la vie, plus il est important de faire les bons gestes. Révision ou apprentissage au cours des trois Journées de la forme et du second souffle sur la Coulée verte.



Ateliers et animations attendront les participants sur place.

Quel que soit l'événement, quels que soient les organisateurs, les actions menées par les institutionnels, les acteurs de terrain et les responsables d'association ont une seule ambition :

préserver le capital santé de chacun le plus longtemps possible. Ainsi, les 28, 29 et 30 septembre, la ville de Reims, l'agence régionale de santé, l'Efsra (Entente Family Stade de Reims Athlétisme), les maisons de quartier, l'ANPAA (Association nationale de prévention en alcoologie et addictologie de la Marne) ont fixé plusieurs rendez-vous au grand public sur la Coulée verte (dans le périmètre de la Cerisaie). Le vendredi 28 (17h30 à 21 h), la marche du cœur lancera ces journées en compagnie des Restos du cœur (venir avec une denrée non périssable). Le lendemain (de 10 h à 17 h), les stands (devant les Régates rémoises) renseigneront les visiteurs qui pourront également participer à différents ateliers. Ce sera

aussi le lancement d'Octobre rose (prévention du cancer, notamment du sein), la présentation de la chaîne de survie (alerte immédiate, premiers soins, défibrillation, soins spécialisés), le pré-lancement du moi(s) sans tabac ou encore l'opération « Y a pas d'âge pour bouger » dans laquelle les maisons de quartier proposeront des animations et des ateliers pour les seniors (activités physiques, art-thérapie...). Le dimanche enfin (de 9 h à 13 h), les visiteurs pourront découvrir le mini village et s'initier à la marche nordique. Pendant ces trois jours, certains mots reviendront souvent dans les discussions : forme, bien bouger, bien-être... ■

www.efsra.com / www.reims.fr

