

SPORT-SANTÉ : OBJECTIF BIEN-ÊTRE POUR TOUS !

La Ville, labellisée Maison sport santé, accueille, oriente et accompagne ceux qui souhaitent pratiquer une activité sportive sur mesure, avec la santé et le bien-être en points de mire.



Sant'équinox sport, manifestation-phare de la Maison Sport Santé, a fait son grand retour au mois de mars, halle d'Occitanie après deux reports liés à la pandémie de COVID-19. Deux temps forts : une animation en partenariat avec les associations impliquées dans le Sport Santé et une table ronde avec les principaux acteurs du secteur. Encouragés par **Bernard Carayon et Marie-Christine Imbert, adjointe au Sport**

et à la Jeunesse, certains Vauréens ont, depuis, renoué avec le plaisir et les bienfaits du vélo !



Les personnes pratiquant une activité physique adaptée au sein de la résidence autonomie ont participé, avec énergie, à la manifestation Santéquinox'sport.

SÉJOUR SPORT-SANTÉ SÉNIORS : NOUS VOUS L'AVIONS ANNONCÉ, LE VOICI PROGRAMMÉ DU 30 MAI AU 03 JUIN !



L'inscription au (premier) séjour Sport Santé Séniors - organisé sur le modèle du séjour « glisse » proposé par la Ville aux 7-17 ans depuis près de 20 ans - est ouverte pour 25 places à réserver à destination de Barcarès, dans un village-club entièrement piéton, avec piscine et balnéo, à 350 mètres de la plage catalane... Un séjour proposé aux personnes âgées de 60 ans et plus, pour une semaine d'animations et de découvertes touristiques alliées à une pratique sportive adaptée. Balades, détente, sport, visites, animations, « apéro » avec les compagnons de voyage... Le cocktail idéal pour revenir en forme et avec le sourire !

Toutes les informations et inscriptions sur :

 www.ville-lavour.fr/rubrique/maison-sport-sante

 3s-lavour@ville-lavour.fr

 07 50 14 00 42

Les Rubies de Lavour, association sportive pour les femmes souffrant de cancer, de diabète ou de surpoids, font partie du réseau Sport-santé. Elles ont récemment accueilli les entraîneurs du CO, David DARRICARRERE et Yannick CABALLERO, pour une séance d'entraînement à Lavour, à laquelle ont également participé **Isabelle Balat, adjointe aux affaires sociales, et Marie-Christine Imbert, adjointe au Sport et à la jeunesse.**



LES SÉNIORS SONT REVENUS EN FORME ET AVEC LE SOURIRE !

Les personnes inscrites au premier séjour sport-santé organisé par la Ville sur le modèle du séjour « glisse » offert aux jeunes, ont vécu une semaine intense et joyeuse à Barcarès : sport adapté encadré par des agents municipaux qualifiés, détente, découverte touristique, animations et... « apéros » !



ZOOM : La « danse-santé », un service municipal essentiel - et inclusif ! - du sport-santé à Lavour



La « danse-santé » regroupe deux volets s'adressant aux personnes âgées de 60 ans et plus, comme aux personnes handicapées ou valides :

- La « **Danse santé séniors** », pour les personnes âgées de 60 ans et plus. Les cours ont lieu le **lundi, de 10h30 à 11h30**, dans la salle d'escrime

et le **mercredi, de 10h à 11h**, salle Ferréol Mazas, 12 avenue Augustin Malroux.

- La « **Danse adaptée** », qui offre l'opportunité aux personnes valides et handicapées (handicap moteur) de danser ensemble, dans la salle de danse, avenue Augustin Malroux, **chaque jeudi, de 16h30 à 17h30.**

Les cours de danse sont gratuits et donnés par un professeur de danse diplômé et formé à l'handidanse.

Retrouvez toutes les informations sur le sport-santé à Lavour et la danse-santé en particulier sur :

✳️ <https://www.ville-lavour.fr/.../sport/sport-sante-lavour-2/>

Vous souhaitez vous inscrire ?

Contact du référent sport-santé :

✉️ 3s-lavour@ville-lavour.fr ☎️ 07 50 14 00 42

OCTOBRE ROSE 2022



Vous étiez plus de 600 à participer à la marche organisée par la Ville - CCAS/Sport et jeunesse – aux côtés d'**Isabelle Balat, adjointe aux Affaires sociales** et **Marie-Christine Imbert, adjointe au Sport et à la Jeunesse**, pour soutenir la campagne de dépistage organisé du cancer du sein : à tous, bravo et merci !





Un défibrillateur portable DEA (défibrillateur entièrement automatique) est désormais mis à la disposition des encadrants municipaux lors des sorties et autres actions de la Ville organisées dans le cadre du sport santé : « **Un vrai plus en termes de prévention !** », rappelle le **Dr. Philippe Vantoux, conseiller municipal.**