

COMMUNIQUÉ

POUR PUBLICATION IMMÉDIATE

Deano Clavet invite les argenteuillois au 10^e anniversaire de la Journée 50 + Bouger+

Lachute, le 6 octobre 2017 – Le comité 50+ Bouger + et ses partenaires, le Centre multiservice de santé et de services sociaux d'Argenteuil, la MRC d'Argenteuil, la Ville de Lachute, la FADOQ des Laurentides et la Table de concertation Parole aux aînés d'Argenteuil sont fiers de vous annoncer que la Journée 50+ Bouger+ sera de retour, pour une dixième année consécutive, le samedi 4 novembre, de 9 h à 13 h 30. Les participants se donne rendez-vous à l'École secondaire régionale Laurentian pour participer à l'événement.

S'adressant aux personnes âgées de 50 ans ou plus, cette journée d'activités, offerte pour la modique somme de 10 \$, permettra aux participants de s'initier à différents sports dans une ambiance des plus amicale et non compétitive. L'occasion parfaite de pratiquer une nouvelle discipline sportive qui un jour pourrait devenir, qui sait, une nouvelle passion!

La 10^e édition de la Journée 50+ Bouger+ a pour président d'honneur un homme inspirant pour les aînés de la région. Exerçant sa profession depuis des décennies, l'entraîneur et ancien boxeur Deano Clavet rappelle l'importance de l'activité physique au quotidien et souligne que « la personne la plus forte est celle qui se relève et non celle qui n'est jamais tombée ». M. Clavet sera présent tout au long de l'événement; il sera également animateur de la boxe récréative, un nouveau sport proposé cette année.

Lors de cette journée, les participants auront la chance de s'initier à deux sports différents parmi les douze présentés, dont plusieurs nouveautés telles que la pétanque-atout, le cardio plein air, Physi+, le ballet ainsi que la boxe récréative. Les classiques comme l'entraînement Max/Fit, le pilates, le yoga, la danse en ligne, le Tai Chi-Qi Gong et le pickleball seront également de la partie.

Outre les activités sportives, un délicieux repas sera servi pour rassasier les participants. De plus, pour clôturer la journée en beauté, un tirage aura lieu parmi les personnes présentes.

Pour participer à l'événement, il suffit de se présenter à la journée d'inscription qui se tiendra le mercredi 1^{er} novembre prochain, de 10 h à 16 h, à la gare historique, située au 540 rue Berry à Lachute. Il est également possible de remplir un formulaire d'inscription disponible dans chacun des hôtels de ville ou à la gare historique d'ici le 1^{er} novembre.

C'est donc un rendez-vous le 4 novembre prochain!

-30-

Source : MRC d'Argenteuil

Pour information :

Martine Ayotte

Organisatrice communautaire

Centre intégré de santé et services sociaux des Laurentides

Point de service Argenteuil

450 562-3761 # 72308

martine_ayotte@ssss.gouv.qc.ca