



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

VILLE DE MONTIVILLIERS

10/05/2021

POUR AIDER LES HABITANTS À REPRENDRE UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE, MONTIVILLIERS LANCE « MONTI'SPORT SANTÉ »

La crise sanitaire continue d'empêcher le bon déroulement des activités physiques et le cours normal de la vie sociale. En ayant rencontré moins de monde qu'auparavant, avec moins d'occasions pour des d'activités physiques, certains Montivillonnais connaissent, par conséquent, des difficultés à supporter l'isolement lié à la crise et ses effets sur la santé. Pour répondre à cette situation et accompagner la reprise en douceur, la Ville de Montivilliers met en place, à partir du mardi 25 mai, le programme « Monti'sport Santé ».

L'objectif de ce nouveau programme est principalement d'encourager la reprise ou le début de l'activité physique. Mais pas seulement : l'animateur guidant les participantes et les participants est également là pour apporter des notions autour de la nutrition et du sommeil, en lien avec les bienfaits de l'activité physique. « Monti'Sport Santé » c'est donc à la fois une solution pour rétablir un équilibre physique et psychique tout en offrant un espace favorisant le lien social.

Destiné avant tout aux personnes dont la crise a accentué la sédentarité ou bien aux seniors, « Monti'Sport Santé » vous donne rendez-vous une fois par semaine au stade Claude Dupont. Infographie : adultes - le mardi de 9h30 à 10h30 / seniors – le jeudi de 15h à 16h.

Au programme : des séances travaillant les gestes et les postures ainsi que le rapport au corps et à l'environnement.

Pour Christel BOUBERT, Adjointe au Maire en charge de la Vie sportive, du Développement du sport santé, des Equipements sportifs de détente et de loisirs, « *Sport et santé sont évidemment liés. Avec la crise sanitaire, les confinements et les différents couvre-feux, la pratique d'activités sportives a été mise à mal et la santé, tant physique que morale, de nombreux de nos concitoyens en a subi les conséquences. Avec le programme « Monti'Sport Santé », nous espérons pouvoir aider les Montivillonnaises et aux Montivillonnais à reprendre goût au sport et aux activités en groupe.* »

.../...

La participation est gratuite mais l'inscription est obligatoire. Pour cela, vous pouvez contacter le service des sports au 02.35.55.19.94, par mail (service.sport@ville-montivilliers.fr) ou une des structures suivantes : CCAS, Centre social Jean Moulin, centre social AMISC, à partir du 17 mai.

Contact presse :

Edwige CHAPELLE
Responsable du service Communication
Tél. 02 35 30 96 46 – 06 18 66 19 36
edwige.chapelle@ville-montivilliers.fr

Benoît BAUDU
Chargé de Communication
Tél. 06 26 66 81 12
benoit.baudu@ville-montivilliers.fr