



Marchons dans nos campagnes

Sous l'impulsion du Crooms (Comité Régional des Offices Municipaux du Sport) avec la collaboration du Contrat Local de Santé du BSI de Mauriac, l'OMJS de Riom-ès-Montagnes, et la Fédération Sports Pour Tous, le projet « Marchons dans nos campagnes » a débuté à Riom-ès-Montagnes vendredi dernier avec un grand succès. Plus de 20 participants du territoire. Une action, gratuite et proposée pour les plus de 60 ans a bénéficié de plusieurs soutiens financiers, notamment de la Conférence des Financeurs ainsi que du CNDS, du Conseil Régional et de l'ARS. Le projet s'organise autour de marches hebdomadaires d'une heure minimum avec pour objectif de prévenir la dépendance des personnes âgées et favoriser leur autonomie. Les participants sont encadrés par des professionnels diplômés. Après chaque marche, l'animateur, Jean-François, prévoit un moment de convivialité

et offre une petite collation à chaque participant. Riom-ès-Montagnes fait partie de l'un des lieux de rendez-vous des plus de 60 ans qui le souhaitent, et ce tous les vendredis matin, de 10h à 11h, devant la salle du dojo. Bien entendu, toutes les communes voisines sont les bienvenues !

Si les personnes n'ont pas la possibilité de se déplacer, un moyen de transport est prévu pour venir les chercher dans un rayon de 10 à 15 kilomètres. Si le temps ne permet pas la balade, la mairie de Riom-ès-Montagnes a mis à disposition la salle du dojo pour des séances de sport adapté.

Il n'est pas trop tard pour vous inscrire et participer à cette marche conviviale.

Pour tous renseignements, contacter le Contrat Local de Santé au Centre Hospitalier de Mauriac, tél. 04 71 67 33 33, pour les inscriptions s'adresser auprès de l'OMJS de Riom-ès-Montagnes au 04 71 78 28 66.