

Retour d'Aînés actifs... en mode virtuel

Sorel-Tracy, le 15 octobre 2020 – « Parce que nous appuyons les aînés dans leur volonté d'être actifs, parce que l'activité est très populaire l'été, parce que la demande était très forte pour un retour à l'automne, nous offrirons Aînés actifs en mode virtuel jusqu'en décembre! », annonce Vincent Deguise, président du comité régional de la famille et des aînés de la MRC de Pierre-De Saurel.

L'ensemble de la région de la Montérégie étant maintenant en zone rouge, les activités physiques normalement offertes aux aînés ont dû cesser. Nombreux sont les aînés qui ont écrit à la MRC pour signifier leur grand intérêt à ce que des cours se donnent de façon virtuelle.

« Lors du Salon des aînés virtuel, nous avons offert deux séances d'activités physiques sur notre page Facebook et ç'a été un véritable succès. La solution était facile! », poursuit M. Deguise. D'ailleurs, le nombre de visionnements de ces publications se compte par milliers.

L'activité Aînés actifs en mode virtuel sera offerte via la [page Facebook de la MRC de Pierre-De Saurel](#), du 20 octobre au 10 décembre. Chaque mardi 9 h, une vidéo d'activités de Céline Gariépy, différente chaque semaine, sera mise en ligne. Chaque jeudi 9 h, c'est une vidéo de Myriam Chevigny qui le sera. Les vidéos resteront dans la vidéothèque de la page, elles pourront donc être réécoutées selon les besoins de chacun.

À PROPOS D'AÎNÉS ACTIFS

Aînés actifs est une activité s'adressant aux aînés et à leur famille et proposant de l'animation par un professionnel de l'activité physique dans les parcs de la région en été, en temps normal. Pour s'adapter aux circonstances, l'activité est offerte en mode virtuel pour une première fois en automne. Faire bouger les gens dans leur milieu de vie, tel est l'objectif d'Aînés actifs!

- 30 -

Sources : Josée-Ann Bergeron
MRC de Pierre-De Saurel
450 494-4296
jabergeron@mrcpierredesaurel.com