

Lundi 27 octobre 2025

Paray-le-Monial

Au Béguinage, on se prépare pour les JO seniors de septembre

Jeudi, la conférence inaugurale du projet « JO Seniors au Val-d'Or » a réuni une dizaine de personnes à la salle communale de Bellevue. Yves Lefranc, coordinateur à la Vie partagée pour le Béguinage a présenté le projet. À l'initiative de Justine Blanchard, enseignante en activités physiques adaptées, nous avons proposé la mise en place tout au long de l'année d'ateliers autour de la santé. L'objectif est d'ouvrir les portes du Béguinage à tous les Parodiens intéressés. Dès à présent sur inscription, chacun peut participer au programme mis en place pour l'année.

Des séances d'activités adaptées

Sont prévues, 40 séances APA (Activité Physiques Adaptées), un atelier prévention des chutes, 9 ateliers prévention santé et nutrition avec Céline Coupard, infirmière, accompagnatrice santé, 5 séances de coaching pour coconduire le projet « Les clés du bien-être »



Céline Coupard, infirmière, accompagnatrice santé, Yves Lefranc, coordinateur à la Vie Partagée, Justine Blanchard, enseignante en activités physiques adaptées. Photo Maryvonne Bidault

avec Franck Carminati et une formation aux gestes de premier secours. Aymeric Dury, de Paray cyclisme, animera les séances vélo. Tout est gratuit. Le financement est pris en charge par le Département dans le cadre de l'appel à projets lors de la conférence des financements. Le but est d'orga-

niser et de se préparer aux « JO Seniors du Val-d'Or » le jeudi 10 septembre 2026. « L'idée première est de s'amuser sérieusement dans la bonne humeur. Nous invitons les gens à nous rejoindre au béguinage. C'est un lieu accueillant », conclut le coach, Yves Lefranc.

● Maryvonne Bidault (CLP)