

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

Du théâtre pour inciter les 50 ans et plus à se maintenir en forme

La comédie « La grande forme », à l'affiche le 27 mars prochain

Trois-Rivières, 19 février 2009 – Le service de prévention des chutes du Centre de santé et de services sociaux de Trois-Rivières en collaboration avec la FADOQ-Mauricie et le Théâtre PARMINOÛ présentent « La grande forme », une comédie interactive où l'activité physique est à l'honneur. La pièce peut intéresser un public de tous âges, mais les 50 ans et plus seront particulièrement touchés par les situations qui y sont présentées. L'activité aura lieu le 27 mars à 14h, à l'Institut secondaire Keranna. Les billets sont présentement en vente, au coût de 3\$. Ils sont disponibles à la FADOQ (1325 rue Bréboeuf, 819-374-5774), au Regroupement des aidants naturels de la Mauricie (79 rue Rocheleau, 819-693-6072) ou auprès de Mme Claudette Dubé : 819 376-9999.

Synopsis

Au cours de notre vie, nos activités sociales, familiales et professionnelles nous donnent mille et une occasions de bouger. Pour Raymond, c'est le travail qui l'a maintenu en forme. Maintenant à la retraite, il paresse devant la télévision et ne bouge plus, trop occupé à faire de l'embonpoint! Sa femme est déterminée à le sortir de sa léthargie, mais comment? Dans le cas de Simone, ce sont les tâches domestiques qui lui ont permis de se maintenir en forme. Aujourd'hui inactive, elle a des raideurs dans les articulations et très peu de mobilité. Sa situation inquiète ses enfants. Est-ce que tout en rendu difficile pour elle parce qu'elle ne fait plus rien? Ou est-ce qu'elle ne fait plus rien parce que tout est rendu difficile? La grande forme, ce sont une dizaine de personnages sympathiques et dynamiques qui illustrent les nombreux bienfaits de l'activité physique... parce qu'être en forme, c'est demeurer autonome!

Le service de prévention des chutes est un programme qui a, parmi ses objectifs, celui de travailler à ce que les aînés, individuellement et collectivement, exercent un meilleur contrôle sur leur santé ainsi que sur les facteurs de risques de chutes. Or, le manque d'activité physique est l'un de ces facteurs. De nombreux bénévoles oeuvrent en prévention des chutes, entre autres en organisant et animant des ateliers de sensibilisation dans la communauté.