

Vars: Siel bleu met toutes les générations en mouvement



Photo CL.

Tous les jeudis soirs à 20h30, une trentaine de personnes se réunissent pendant deux heures pour pratiquer la culture physique à la salle des sports de Vars, dotée récemment d'un nouveau mobilier de rangement. C'est «Vars en mouvement», une nouvelle association qui succède à la gymnastique volontaire.

L'assemblée générale tenue lundi a nommé un bureau présidé par Anne- Marie Banchereau , secrétaire Nathalie Potier, trésorière Annie Marchesson. Comme avant, danses orientale et africaine sont au programme, et dès le mois de mai, les randonnées pédestres prendront les chemins alentour. Il est aussi question de s'équiper pour faire du step.

Betty Ferré, coach sportif pendant plus de quinze ans, a en septembre passé le relais à Céline Bovani de Siel bleu (Sport, initiative et loisir). Animatrice titulaire d'une licence d'activités physiques adaptées, exerçant depuis quatre ans auprès de publics variés dans les maisons de retraite et auprès de personnes handicapées, elle propose des activités selon les goûts, les envies et les aptitudes de chacun .

Siel bleu intervient déjà à Vars depuis un an, toutes les semaines, auprès des anciens à la résidence du Rossignol. Quelques Varsois les ont rejoints et aujourd'hui, une vingtaine de personnes supplémentaires pratiquent le mercredi après-midi à la salle de fêtes une gymnastique corrective appropriée. «*Les étirements, les exercices d'assouplissement et d'équilibre redonnent du tonus et une meilleure qualité de vie*», affirment les participants avec un sourire crispé par l'effort.