

## COMMUNIQUE DE PRESSE

Marseille, le 09/04/2024



**ça commence à Marseille les 12 et 13 avril 2024**

**Pratiquer une activité physique de manière régulière ou reprendre une activité sportive après une coupure, ce n'est pas toujours évident. Concilier ses études, son travail ou sa vie de famille sans mettre de côté sa santé physique et son bien-être c'est souvent un cap à franchir. Pourtant, pratiquer une activité physique est essentiel pour rester en bonne santé physique mais aussi pour être bien dans sa tête !**

Alors que la France et la région Provence-Alpes-Côte d'Azur et Marseille accueillent les Jeux Olympiques en 2024, l'Agence régionale de santé Paca impulse l'organisation d'une série d'évènements à destination des usagers de la région jusqu'au mois de septembre 2024 pour les inciter à découvrir et pratiquer une activité physique de manière régulière. Le coup d'envoi de cette série d'évènements est donné à Marseille les 12 et 13 avril en association avec la mairie de Marseille.

### **Découvrez une activité physique proche de chez vous !**

Avec les « Jeux me bougent » venez découvrir gratuitement une activité physique proche de chez vous qui vous correspond et rencontrez votre [maison sport santé](#) pour vous aider à trouver la motivation et adopter une activité physique adaptée.

L'objectif de cet évènement est de :

- promouvoir la santé et le bien-être par l'activité physique et sportive ;
- encourager la pratique d'une activité physique et sportive à tous les âges de la vie, pour tous et de manière adaptée ;
- lutter contre les comportements sédentaires dans la vie quotidienne.

### **Les animations proposées**

Des animations gratuites pour tous les âges et quel que soit sa forme physique sont proposées durant ces journées avec :

- des bilans de la forme pour évaluer sa forme physique et choisir l'activité qui nous correspond ;
- des initiations à des activités physiques pour tous (rugby santé, marche nordique, jeux de ballon adaptés, mega rallye...et bien d'autres activités encore !);
- des rencontres avec les professionnels du sport-santé pour vous informer sur les bienfaits de l'activité physique et la nutrition ;
- une orientation personnalisée vers des structures pour vous permettre de commencer une activité physique adaptée à votre condition physique.

### **Contact presse**

## Les Jeux me Bougent : top départ à Marseille

L'opération Les Jeux me bougent démarre le 12 et le 13 avril à Marseille ! L'ARS Paca s'associe à la Ville de Marseille pour proposer des animations gratuites et accessibles à tous pour promouvoir l'activité physique : bilans de la forme, initiations à des activités physiques, rencontres avec des professionnels du sport santé, etc.

Un colloque « Pour une France en Forme » sera également organisé le matin en collaboration avec la Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports Paca et la Ville de Marseille. Cet événement a pour objectif de sensibiliser et de mobiliser les acteurs et élus du territoire à l'importance d'agir pour la santé et le bien-être de tous grâce à la pratique d'activités physiques et sportives. Il sera l'occasion de mettre en lumière les initiatives locales et de valoriser les bonnes pratiques mises en place dans la région pour promouvoir l'activité physique et sportive et lutter contre la sédentarité.



### 12 ET 13 AVRIL 2024 | À MARSEILLE

#### 12 ET 13 AVRIL | ESPLANADE BARGEMON 2ÈME ARRDT.

- Esplanade Villeneuve Bargemon 13002
- de 10h00 - 17h00

#### 13 AVRIL | PARC LONGCHAMP 4ÈME ARRDT.

- Bd Jardin zoologique 13004
- de 10h00 - 17h00

#### 13 AVRIL | PARC BORÉLY 8ÈME ARRDT.

- 551 av Prado, 13008
- de 10h00 - 17h00

#### 13 AVRIL | PARC DE BOUGAINVILLE 3ÈME ARRDT.

- 50, boulevard de Briançon, 13003
- 12h00 - 17h00

TOUS LES DÉTAILS SUR  
**LESJEUXMEBOUGENT.FR**



### Contact presse

Agence régionale de santé Paca  
Service communication  
Mail : [ars-paca-communication@ars.sante.fr](mailto:ars-paca-communication@ars.sante.fr)  
Tél : 04 13 55 83 70

Ville de Marseille  
Service presse  
Mail : [presse@marseille.fr](mailto:presse@marseille.fr)  
Tel : 06 32 28 93 71