



Communiqué de presse

6 mars 2024

Bouger ensemble pour lutter contre la sédentarité

La Croix-Rouge neuchâteloise et Quality Gym s'associent pour la campagne mondiale de lutte contre la sédentarité. Le fitness et l'association bougerons ensemble du 12 au 27 mars prochain dans un même but : promouvoir l'activité physique et un mode de vie plus sain.

Un évènement d'envergure mondiale

L'objectif de Let's move for a better world, campagne lancée par Technogym, est de promouvoir les bienfaits d'une activité physique régulière à travers un défi amusant et motivant. Du 12 au 27 mars 2024, les établissements sportifs du monde entier pourront récolter des MOVEs (unité de mesure du mouvement de Technogym). En atteignant le nombre de MOVEs requis, le don d'équipements pourra être offert à une association à but non lucratif locale de leur choix.

Quality Gym et la Croix-Rouge neuchâteloise uniront leurs forces pour atteindre le 1'000'000 !

Ce fitness familial situé dans les hauteurs de la ville de Neuchâtel se prête au jeu et tentera de faire grimper les MOVEs jusqu'au million. S'il réussit, il offrira du matériel sportif la Croix-Rouge neuchâteloise, et plus particulièrement aux bénéficiaires de la prestation Let's move. Ce programme a pour but d'améliorer le bien-être biopsychosocial de ses bénéficiaires, par le biais de l'activité physique. Ces derniers auront également à cœur de participer à la campagne, puisqu'ils auront l'occasion de récolter à leur tour des MOVEs lors de 3 cours collectifs organisés au fitness et préparés spécialement pour eux lors de la campagne.

Une action commune pour promouvoir l'activité physique

En participant à cette campagne, les 2 acteurs visent à sensibiliser leurs bénéficiaires aux bienfaits d'une activité physique régulière et les encouragent à sociabiliser. En ouvrant ses portes gratuitement aux participants Let's move de la Croix-Rouge neuchâteloise et en lui faisant don d'équipements, Quality Gym offre la possibilité à une partie de la population neuchâteloise défavorisée et sédentaire de s'initier au fitness en douceur et de continuer à bouger par la suite avec du matériel adapté.

Renseignements complémentaires :

Julie Rossé, Responsable Let's Move

079 762 35 95

julie.rosse@croix-rouge-ne.ch

<https://croix-rouge-ne.ch/services/lets-move/>

La Croix-Rouge neuchâteloise (CRNE) se concentre sur une activité de proximité et vient en aide aux personnes vulnérables du canton. Nous sommes actifs dans le soutien à la parentalité, le maintien à domicile des aînés et l'insertion par la formation. Nos prestations s'adressent plus particulièrement aux personnes âgées vivant à domicile, aux parents et à leurs enfants.