

Comme un pont entre les mondes

🕒 1 min • ANAÏS REY



Pro Senectute Fribourg avait donné rendez-vous aux seniors du canton jeudi après-midi pour un moment de danse et de nombreux éclats de rire à la clé.

Le simple fait de danser peut inviter au voyage, à déconnecter de son quotidien, mais aussi à s'ouvrir à l'autre. Des seniors de tout le canton en ont fait la douce expérience jeudi après-midi au centre paroissial de Belfaux. Comme chaque année, Pro Senectute a réuni neuf groupes fribourgeois, soit une huitantaine de personnes, dont des seniors de Bulle et de Romont. Ces derniers ont ainsi partagé les danses folkloriques apprises durant l'année.

Pas besoin de talent particulier: «Il suffit de mettre un pied devant l'autre et rejoindre la ronde, former un quadrille ou autres figures en ligne, un peu comme le country», image Marie-France Gigandet, monitrice du groupe bullois.

«La danse du monde est une activité très bénéfique pour l'équilibre, la mémoire, la coordination, et bien sûr la sociabilité», souligne au passage Fanny Perdereau, collaboratrice sport, formation et culture auprès de l'association fribourgeoise. Les cours dispensés dans ce cadre sont par ailleurs subventionnés par l'Office fédéral des assurances sociales. ■



