

BOVELLES

Pour que l'eau suive son cours

Bien pratiques, les plans d'eau, quand il n'y a pas de cours d'eau dans une commune. Outre leur utilité en cas d'incendie, ils permettent de filtrer l'eau de pluie naturellement. De plus, ils servent

à canaliser l'eau en cas d'orage ou de fortes pluies, pour éviter les inondations. Bovelles dispose déjà de deux mares. Mais ce n'est pas suffisant pour écarter tout danger. C'est pourquoi la

Métropole vient d'y acquérir, pour 16 000 €, une parcelle libre de 3 850 m² afin d'y construire un bassin d'infiltration qui sera relié aux mares, par canalisations. Ce qui permettra à l'eau de s'y

déverser en cas de trop-plein. Ce futur bassin, dont le calendrier de réalisation n'est pas encore connu, sera situé au nord de la commune, rue Jean-Marie-Barras. Volume total : 1 500 m³. **J.-C. F.**



SANTÉ

Seniors et sportifs

Entretenir sa forme et sa souplesse quand l'âge avance : c'est bon pour le moral. Une trentaine de seniors sont inscrits à des ateliers créés rien que pour eux.

« Ça me fait un bien fou, s'enthousiasme Larbi. Le sport, c'est indispensable pour ne pas se trouver en difficulté lorsqu'on jardine ou bricole. À mon âge, il ne faut pas tomber dans le piège du fauteuil. » Depuis septembre, ce jeune retraité de 64 ans participe à l'un des ateliers Seniors, Soyez sport, mis en place par l'Ufolep Somme et Amiens Métropole. Au programme de sa séance hebdomadaire : échauffement, sport collectif, gym douce, assouplissements et parfois une activité nature. Soit une heure trente à deux heures d'efforts physiques adaptés aux personnes peu sportives âgées de 60 ans et plus. Hélas, malgré le vieillissement de la population, peu de seniors s'inscrivent dans des associations spor-

tives. « De plus, le départ à la retraite peut entraîner une perte du lien social, constate Karine Messenger, maire adjointe chargée de l'adaptation de la Ville aux personnes âgées. Ces ateliers brisent l'isolement tout en préservant le capital santé. » Ouverts dans cinq cantons du département, dont deux à Amiens, ils répondent aussi à l'accroissement des pathologies cardiovasculaires liées à la mauvaise alimentation et à la sédentarité. « On travaille sur le souffle, l'équilibre et les articulations avec plaisir, sourit Catherine, 63 ans. C'est une bonne initiative qui m'a permis de reprendre le sport avec un coach génial et de rencontrer du monde. » Par chance, il reste encore des places !

Coline Bergeon

**Le mardi, de 14h à 15h30, au gymnase des Quatre-Chênes
Le jeudi, de 9h à 11h, au gymnase des Teinturiers**

Inscription à l'Ufolep Somme
03 22 52 49 16
ufolep@fol80.org
60 €/an (licence comprise)