

Communiqué de presse

« Générations en forme » arrive à Morges et à La Sarraz à l'été 2026

*Du 1er juillet au 28 août 2026, « Générations en forme » investira les espaces verts de la région avec **des rendez-vous hebdomadaires gratuits et ouverts à toutes et tous** chaque mercredi de 10h30 à 11h30 au Parc du Château à La Sarraz et chaque vendredi de 10h30 à 11h30 au kiosque du Parc de l'Indépendance à Morges.*

Après le succès rencontré à Lausanne depuis 2024, le programme « **Générations en forme** » sera déployé à **Morges** et à **La Sarraz** dès l'été 2026. Gratuit, sans inscription et ouvert à toutes et tous, il propose des séances d'activité physique en plein air favorisant la rencontre entre les générations.

Une fois par semaine, enfants, adultes et seniors se retrouvent pour bouger ensemble lors d'activités ludiques et accessibles, **coachées par des jeunes de la région spécialement formés**. Au-delà des bénéfices sur la condition physique, le programme favorise les rencontres et le lien social.

Ce projet, porté par Espace Prévention - Fondation de La Côte et soutenu par la HESAV, s'inscrit dans la stratégie de la Fondation de La Côte visant à renforcer la prévention et la promotion de la santé à tous les âges de la vie. Grâce à une activité physique gratuite et de proximité, il contribue au maintien de la santé, de l'autonomie et du bien-être. Les parcs et espaces verts de Morges et de La Sarraz offriront un cadre convivial à ces rendez-vous ouverts à l'ensemble de la population

Renseignements :

Nicolas Perehyguine, Espace Prévention la Cote 021 804 66 50

Mathilde Mathilde HYVÄRINEN, collaboratrice HESAV 21 556 64 49

