



30
JUIN

🕒 17h00 à 18h00
Gymnase Souquet
1, rue Jean Mermoz
78200 Mantes-la-Jolie

SANTÉ

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE FACE AU CANCER - 30 JUIN

Un praticien en thérapie sportive titulaire du DU Sport et Cancer établit avec vous un programme de soins pour améliorer vos capacités physiques, lutter contre la fatigue chronique, vous réapproprier votre corps et diminuer les effets indésirables des traitements.

L'Activité Physique Adaptée a un effet bénéfique sur les personnes atteintes de cancer. Les données les plus probantes concernent le cancer du sein et le cancer du côlon.

En effet, plusieurs travaux scientifiques ont conclu qu'une activité physique régulière, démarrée après le diagnostic de cancer, diminue significativement la mortalité et le risque de récurrences.

L'activité physique pratiquée pendant le traitement peut aussi améliorer la qualité de vie, l'état psychologique et la condition physique du patient et diminuer sa fatigue.

Animé par Damien Laurent de la CAMI Sport et Cancer, le programme d'activité physique se base sur le Médiété®.

Le Médiété® est une méthode spécifiquement conçue pour répondre aux atteintes et limitations des patients atteints d'un cancer. Elle vise à préparer le corps à être capable d'exécuter n'importe quel exercice physique de manière efficace et sûre.

Le Médiété® est l'art de penser et faire le mouvement pour protéger et renforcer le corps dans toutes les pratiques où le physique joue un rôle : des pratiques sportives intensives aux programmes de thérapie sportive, des pratiques en milieu professionnel aux gestes les plus usuels du quotidien.

Le Médiété® est plus qu'une activité physique. C'est une méthode dont l'objectif est d'améliorer la compréhension, le rôle et l'utilisation du corps dans sa globalité.

Le Médiété® est une méthode reconnue dans le champ de la santé qui s'appuie sur 20 ans d'expérience dans le domaine de la cancérologie et l'hématologie au service de l'amélioration des capacités physiques des patients et de leur qualité de vie.

Limité à 1 an. Fournir une prescription médicale.

Pass sanitaire et port du masque obligatoire

Toutes les Informations sur :

[Ligue contre le cancer - Espace Yvelines](https://www.ligue-cancer.net/article/31051-espace-ligue-yvelines) (<https://www.ligue-cancer.net/article/31051-espace-ligue-yvelines>)

Une **permanence téléphonique** est également assurée de **9h00 à 17h00**, du lundi au vendredi : **Laurine Temoin** au **01 39 50 83 50** et ely@liguecancer.net

Retrouvez le site national de la

[Ligue contre le cancer](https://www.ligue-cancer.net/) (<https://www.ligue-cancer.net/>)

qui accompagne toutes les personnes touchées par le cancer.

