



**NORMANDIE SPORTE
CONTRE LE CANCER**

**15 & 16
Septembre
2022**

**Bouger plus pour
se sentir mieux !**

Découvrez l'Activité Physique Adaptée et ses bienfaits dans les établissements de santé participants.



Liste à retrouver sur

www.imapac.fr/normandie-sporte-contre-le-cancer/



**Jeudi 15 septembre 2022 entre 10h00 et 15h30
Hall de la Clinique du Cèdre**

**le Top 3 remportera un
panier gourmand**

Au programme :

- Un défi kilomètres inter-services animé par **Thomas SOARES, Coach Sportif** chez **Activi-T**.
- **Des conseils** pour améliorer sa posture au quotidien.
- **Les astuces diététiques d'Amélie MORISSE**, notre Diététicienne, pour garder la ligne.
- **La présence de la Ligue contre le Cancer avec Jacky BOURGEOIS** (Représentant des Usagers et Vice-Président de la Commission Des Usagers de la Clinique).
- **Des supports et des méthodes d'aide au sevrage tabagique.**



Venez nombreux.

Nous comptons sur votre mobilisation.