

NORMANDIE SPORTE CONTRE LE CANCER

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/



PROGRAMME

9h à 14h

>> Hall plateau des consultations, entrée Côte de Nacre

Animation stands

- Tabacologie
- Nutrition
- Groupe CAAdP (Communication Alcool Drogues Prévention)
- Ligue Contre le Cancer
- Association Cadet Roussel

9h à 12h30

>> Maison Sport Santé du CHU Caen Normandie

Atelier Activités Physiques Adaptées pour les patients adultes pris en charge en cancérologie (hôpital de jour de cancérologie, IHBN, autres services...)

Toute la journée

Défi vélo patients

- >> Institut d'Hématologie de Basse-Normandie niveau 4, Bât. Sud (service de cancérologie)
- >> Service d'oncologie médicale Bât. Sud, niveau 3

Vélo smoothie

- >> Hôpital de jour de cancérologie, entrée Côte de Nacre

Diffusion du documentaire Malades de Sport via un canal fermé de la télévision et sur les tablettes des patients en hôpital de jour de cancérologie, IHBN. Interview de Vincent et Léa (réalisateurs)

9h30 à 12h

>> Service d'onco-hématologie pédiatrique

Défi 12 heures de vélo non-stop
(enfants, parents, soignants)

Ateliers pour les enfants

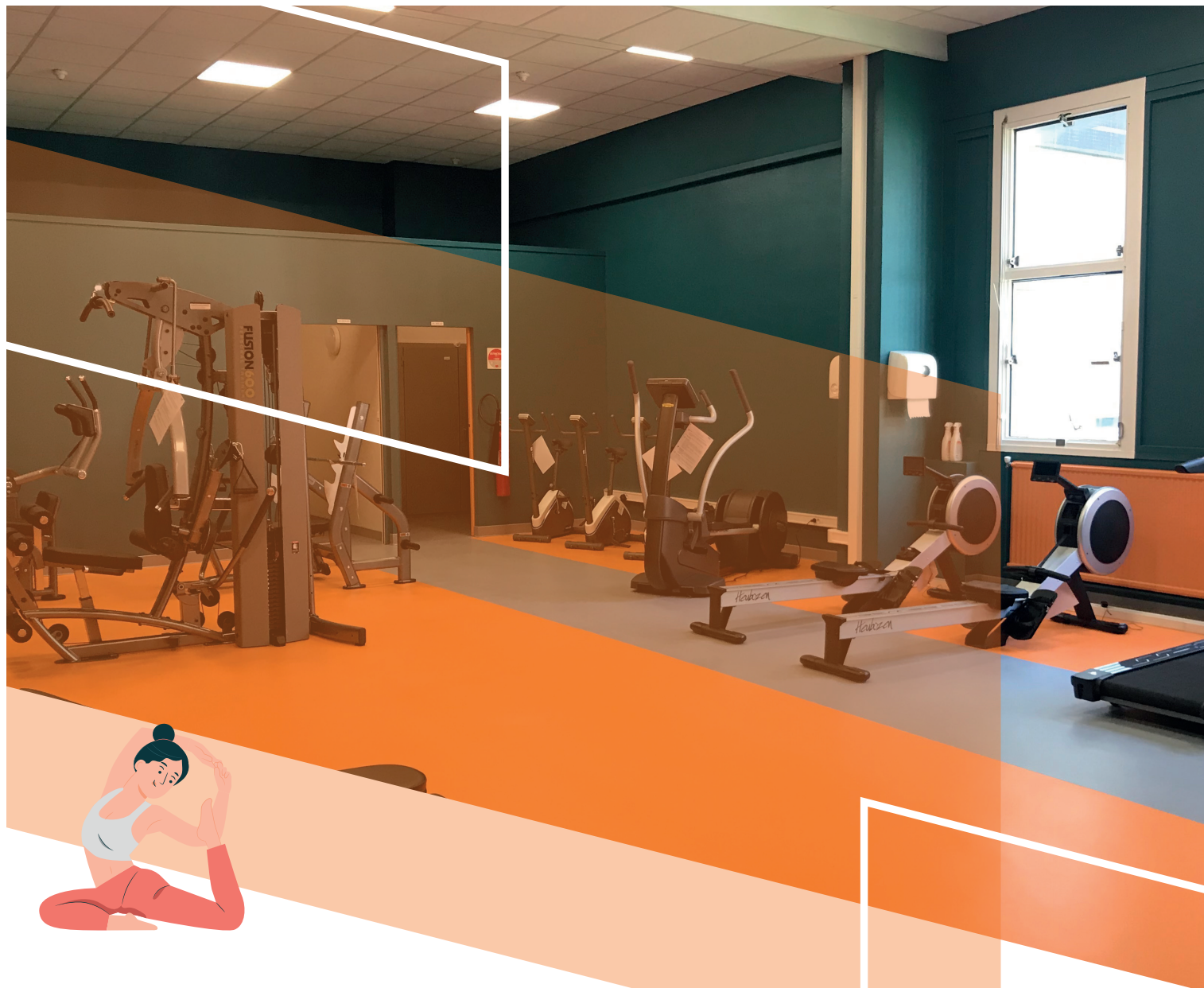
- Eveil musculaire (mobilisation ludique, coordination équilibre...)
- Parcours de motricité
- Tir à l'arc
- Tennis

12h30

Remise des trophées aux enfants

>> Service d'onco-hématologie pédiatrique





LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE



- diminue la mortalité et augmente la qualité de vie ;
- prévient les pathologies chroniques ;
- maintient l'autonomie chez les seniors ;
- améliore la santé mentale (dépression, anxiété) ;
- participe à la prise en charge thérapeutique chez des patients atteints de pathologies chroniques.

