

www.lardennais.fr

Pays : France

Dynamisme : 0



[Visualiser l'article](#)

## Châlons : le sport pour faire face à la maladie



L'association propose des activités physiques adaptées à toutes les pathologies. Animé par Ariel Marchisio, éducatrice sport santé, chaque cours dure environ une heure trente. - CAP

Photographe: CAP

Depuis quelques semaines, l'association Actions croisées, en partenariat avec Arabesk, a reconduit son programme d'activités physiques adaptées (APA) pour les personnes touchées par un cancer ou en rémission. Récupérer les forces nécessaires, retrouver un bien-être mental, physique et social, diminuer la fatigue lors d'un effort, lutter contre les effets des traitements, reprendre confiance en soi... Voilà les objectifs des séances d'activités physiques adaptées.

Pour rejoindre ces cours qui ont lieu chaque vendredi de 14 heures à 15 h 30 au centre socio-culturel de la vallée Saint-Pierre, le patient doit consulter son médecin traitant ou cancérologue, puis réaliser un bilan médico-sportif à l'UTEP (Unité transversale pour l'éducation du patient) du centre hospitalier de Châlons-en-Champagne. Un pass bien-être, sorte de carnet de correspondance entre les médecins et les animateurs, sera alors remis aux éventuel(le)s candidat(e)s.

### Une aide de la CPAM

Grâce à l'implication de Jérôme Sicard, le président de l'association Actions croisées, le créneau bénéficie, cette saison, d'une aide de la CPAM. Les pratiquants sont ainsi dispensés du règlement de la licence, pris en charge par l'association affiliée à la fédération française Sports pour tous.

Contact : 07 81 58 83 63 ou 03 26 64 29 98 ou 06 31 14 49 74