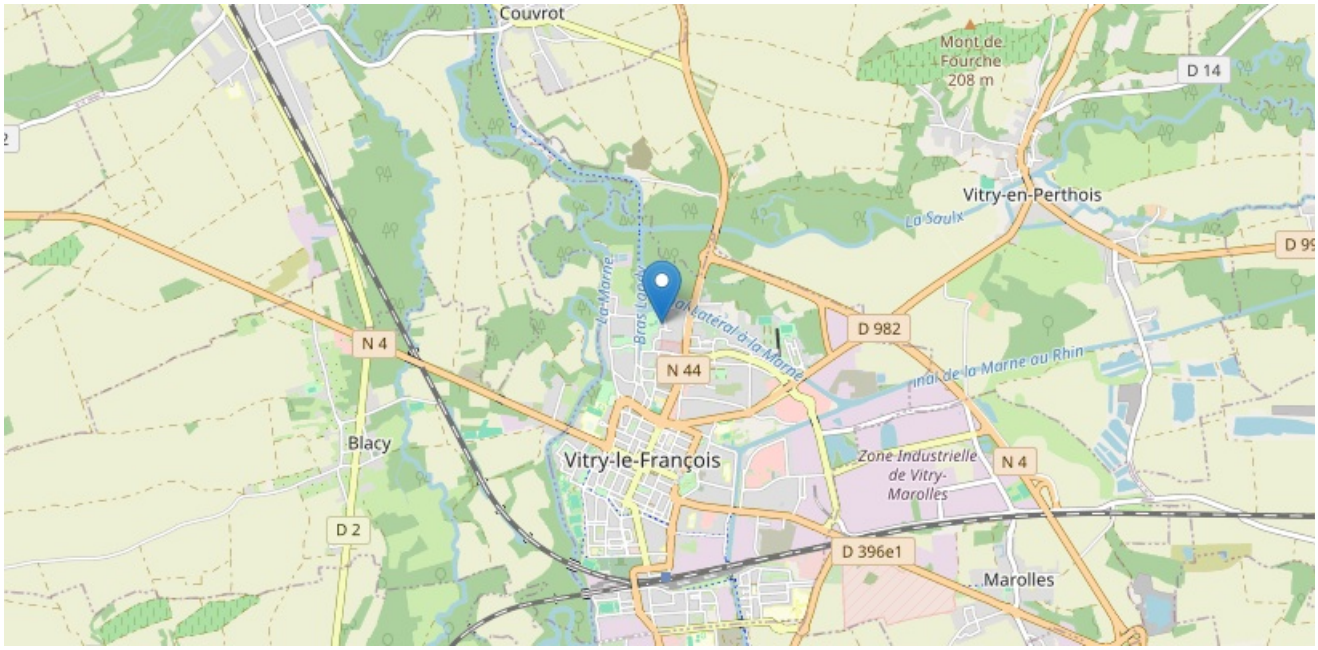
Activité physique adaptée - Gym - CSC Vitry le François

Soin de support (INCa) | Adultes | Oncogériatrie | Après-cancer | Activité physique adaptée



ADRESSE

Centre Social et Culturel Rue René crozet
51300 Vitry-le-François

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

: 03 26 74 08 08

: csc-vlf@orange.fr

STRUCTURE

ACTIONS CROISEES
Complexe Gérard Philippe Bât A - Salle 42 19 Avenue du Général Sarrail
51000 Châlons-en-Champagne

La pratique d'une activité physique après un cancer améliore les capacités fonctionnelles, notamment l'équilibre, les habilités motrices et la force musculaire, les personnes malades ayant souvent été inactives. Elle renforce l'aptitude cardiorespiratoire mise à mal par les différents traitements et par la fatigue. Elle diminue la fatigue, le sentiment d'isolement et améliore l'image du corps.

Sur le plan de la maladie, elle réduit les risques de récidive de 30 à 40 %, un véritable plus.

Le CSC propose des séances de Gymnastique douce et de Gymnastique après cancer.