

GYM ACTIV'

2^{ème} semestre 2018

Parce que le cancer ne doit pas empêcher la pratique sportive



La Ligue contre le Cancer en partenariat avec le Grand Chalons, les associations Toujours Femme et Corasaône, et les services oncologiques du Centre Hospitalier William Morey et l'Hôpital Privé Sainte Marie proposent un cycle de 14 séances d'activité physique adaptée, encadré par un professionnel du Groupe Associatif Siel Bleu.

Ces séances collectives sont adaptées aux capacités de chacun (bilan personnalisé) et à la fatigue qu'engendrent les traitements.

Un certificat médical d'aptitude est nécessaire.

Ce programme intègre un volet complémentaire abordant les Bienfaits d'une Alimentation Equilibrée en présence d'une diététicienne.

15€ pour le cycle

Rendez-vous à l'Espace Santé Prévention, 1 Place Sainte Marie à Chalons-sur-Saône tous les lundis à partir du 17 septembre 2018 de 12h30 à 13h30.

QUE DES AVANTAGES !

- Limiter le risque de récurrence
 - réappropriation son corps
 - réadapter à l'effort
 - Améliorer la confiance en soi
- Être mieux dans sa tête et dans son corps



VENEZ AVEC UNE TENUE CONFORTABLE, VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET VOTRE BONNE HUMEUR !

Inscriptions et informations

Espace Santé Prévention

1, Place Sainte Marie

Tél. 03 85 46 14 57

