

Le 15 novembre 2022



Quand le sport devient une thérapie avec la CAMI Sport & Cancer

Avec près de 468 000 nouveaux cas de cancer diagnostiqués en France en 2020, et bien que plus d'un cancer sur deux soit aujourd'hui guérit, il reste la **première cause de mortalité dans le monde**.

Démontrée dans de nombreuses études scientifiques, et reconnue par la Haute autorité de santé (HAS) comme une **thérapeutique non médicamenteuse** depuis 2011, l'activité physique est un véritable atout pour les patients face au cancer, qu'elle soit pratiquée avant, pendant ou après les traitements. En effet, il est aujourd'hui reconnu que la pratique régulière d'une activité physique soutenue aide à combattre les effets indésirables des traitements tant physiques que psychologiques, améliore la qualité de vie des patients et est associée à une diminution du risque de récurrence des principaux cancers¹.

Quand on sait, en outre, que **95% des adultes français sont exposés à un risque de détérioration de la santé par manque d'activité physique ou un temps trop longtemps assis** (Anses)² et que la sédentarisation de plus en plus importante de nos activités augmente le risque de cancers, diabète ou encore de maladies cardiovasculaires, il semble important de mettre l'activité physique au cœur de notre santé, que ce soit en traitement préventif ou curatif.

Afin de proposer cette thérapie aux patients atteints de cancer, la CAMI Sport & Cancer ouvre de nouvelles séances en ville à **Aix-les-Bains** et **Chambéry**. En complément, et afin d'accompagner tous ceux qui souhaitent **pratiquer une activité physique pour améliorer leur santé**, l'association propose également des programmes de Médiété® tout public dans ces deux villes savoyardes.

Les nombreux bienfaits de la pratique d'une activité physique en cancérologie

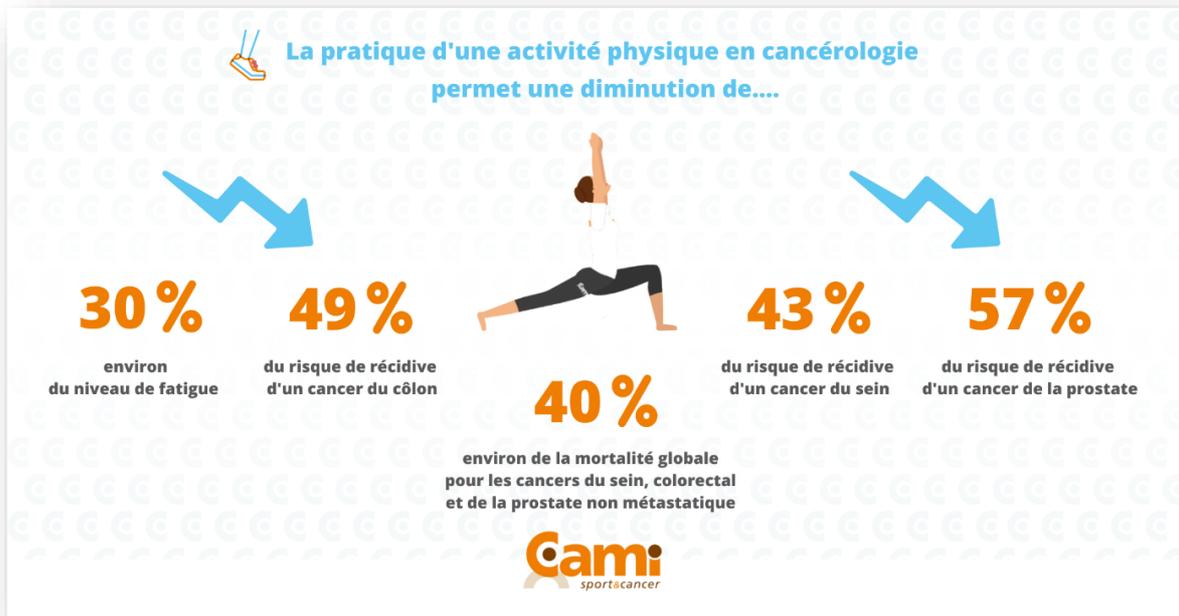
L'activité physique est un véritable allié face au cancer, pratiquée régulièrement pendant ou après les traitements, avec une intensité au moins modérée et sur une durée suffisante prolongée dans le temps. Elle permet en effet de nombreux bénéfices importants, appuyés par diverses études scientifiques :

- Une diminution des risques de récurrence³ ;
- Une limitation des effets indésirables des traitements (prise de poids, perte de masse musculaire, fatigue, essoufflement, douleurs, etc.) ;
- Une amélioration de la qualité de vie et du bien-être ;
- Une réappropriation du corps ;
- La création de lien social, en s'inscrivant dans une dynamique de projet et en se faisant plaisir ;

¹ <https://www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Catalogue-des-publications/Benefices-de-l-activite-physique-pendant-et-apres-cancer-Des-connaissances-aux-reperes-pratiques>

² <https://www.anses.fr/fr/content/manque-d%E2%80%99activit%C3%A9-physique-et-exc%C3%A8s-de-s%C3%A9dentarit%C3%A9-une-priorit%C3%A9-de-sant%C3%A9-publique>

³ <https://www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Catalogue-des-publications/Benefices-de-l-activite-physique-pendant-et-apres-cancer-Des-connaissances-aux-reperes-pratiques>



Des bienfaits non moins négligeables pour la santé de tous

D'après l'Organisation Mondiale de la Santé, la pratique d'une activité physique régulière et soutenue est bénéfique pour la santé et contribue à la prévention des principales maladies chroniques. De plus, les bienfaits d'une pratique physique régulière sont maintenant bien documentés :



Le Médiété® , la méthode CAMI pour se réapproprier son corps

Le Médiété® est une pratique physique basée sur l'étude du mouvement humain, visant à conserver ou reconstruire l'équilibre du système musculosquelettique pour :

- Réduire les douleurs ;
- Diminuer la fatigue ;

- Rendre à nouveau le corps agile et tonique.

Pour cela, le Médiété® se concentre essentiellement sur le placement juste du corps, la précision dans la réalisation des mouvements et la capacité à ressentir et mobiliser le squelette et les muscles de la manière dont nous le souhaitons.

Pour en savoir plus sur le Médiété® :

<https://www.youtube.com/watch?v=6m5uZuHAolg&t=3s>

Les programmes ambulatoires CAMI, pour accompagner les patients tout au long de leur parcours de soins



Afin de proposer aux patients un accompagnement sur l'ensemble de leur parcours de soins via ses programmes de Thérapie Sportive, la **CAMI Sport & Cancer** a développé des programmes ambulatoires à **Aix-Les-Bains, Chambéry et Albertville**.

Dans l'optique de permettre à tous les patients d'accéder à ces programmes de Thérapie Sportive, la **CAMI Sport & Cancer** propose des tarifs solidaires, basés sur le quotient familial de chacun, allant de 0 € à 6.25 € la séance.

Présente à **Albertville** depuis 2012 sous l'impulsion d'un comité local dynamique, l'ouverture des programmes à Chambéry et Aix les Bains a été rendue possible grâce au soutien du **Groupe Apicil**, à la **Ville de Chambéry**, à la **Ville d'Aix-Les-Bains**, à la **Ligue contre le Cancer** et à **Bouger sur Prescription**.

Informations et inscriptions aux séances :

Comité CAMI 73 Savoie

06 34 78 16 14

Cami.73@sportetcancer.com

<https://www.sportetcancer.com/nos-seances>

Le programme Médiété® Tout Public, pour tous ceux qui souhaitent améliorer leur santé

Afin d'accompagner le plus grand nombre dans sa pratique d'une activité physique et ainsi permettre à tous de (re)devenir acteur de sa santé, la **CAMI Sport & Cancer** propose également des séances de Médiété® encadrées par des professionnels de l'association.

Les objectifs de ces séances d'une heure chacune sont multiples :

- Travail de la posture ;
- Proprioception ;
- Tonicité musculaire
- Mobilité articulaire ;



Ces programmes sont ouverts à tous, anciens patients, proches, aidants, professionnels de santé et plus généralement aux personnes souhaitant pratiquer pour améliorer leur qualité de vie et leur santé.

Plus d'informations sur :
<https://www.sportetcancer.com/nos-seances-tout-public>

À propos de la CAMI Sport & Cancer

La CAMI Sport & Cancer est la première association qui développe et structure l'activité physique en cancérologie et en hématologie. Créée en 2000, elle est actuellement présente dans 31 départements, une quarantaine d'hôpitaux et près de 80 villes en France, ce qui lui permet d'accompagner près de 3 500 patients par semaine et de bénéficier d'une reconnaissance médicale, institutionnelle et universitaire. La CAMI Sport & Cancer dispose également de 7 Maisons Sport-Santé, à Nice, Toulouse, Paris, Rouen, Bordeaux, Lyon et Nantes.

Afin de pouvoir accompagner chaque patient sur l'ensemble de son parcours de soins et de vie, la CAMI Sport & Cancer a développé un modèle d'intervention unique et novateur en trois phases complémentaires :

- 1- à l'Hôpital pour les patients en début ou en cours de traitement (au sein de « Pôles Sport & Cancer » mis en place dans des services d'Oncologie, d'Hématologie, d'Adolescents et Jeunes Adultes ou d'Hémato-Onco-Pédiatrie),
- 2- en Ville pour les patients en cours ou fin de traitement ou en début de rémission (grâce à des séances en ambulatoire),
- 3- en ville pour les anciens patients, proches, aidants, professionnels de santé et plus généralement les personnes souhaitant pratiquer pour améliorer leur qualité de vie et leur santé physique grâce au Médiété® tout public.

Depuis 2020, l'association propose également un accompagnement à distance pour les patients souhaitant pratiquer une activité physique thérapeutique depuis leur domicile. Ce programme à distance est composé de téléconsultation, séances vidéo et séances en visioconférence.

Les programmes de la CAMI sont encadrés par des Praticiens en Thérapie Sportive : des experts, professionnels du sport et de la santé, tous détenteurs du Diplôme Universitaire « Sport et Cancer ».

www.sportetcancer.com

Contact presse

CAMI SPORT & CANCER

Laurent BOIVIN

07 82 72 57 45

Laurent.boivin@sportetcancer.com