



## Foyer Rural Isneauville

Permanence les mardis de 16h30 à 18h30

 Place Alfred Cramilly 76230 ISNEAUVILLE  
Correspondant APA : Nicolas Dhesse

 02-35-59-01-01 / 07-77-23-02-23

 [www.frisneauville.fr](http://www.frisneauville.fr)  
OU

 [www.frisneauville.fr/contactez-nous](http://www.frisneauville.fr/contactez-nous)



Retrouvez toutes nos actualités sur la page Facebook :  
**Foyer Rural Isneauville – Officiel**

# Activité physique adaptée

Foyer Rural Isneauville



## ACTIVITE PHYSIQUE ET CANCER : LES BENEFICES D UNE PRATIQUE REGULIERE ET SOUTENUE

réduit de

# 36%

la fatigue induite  
par les traitements  
en cancérologie

et de

# 50%

les risques de rechute  
sur les cancers  
du sein, du colon  
et de la prostate



## 5 raisons majeures

de pratiquer une activité  
physique pendant le  
traitement d'un cancer

diminuer les effets secondaires des traitements  
(fatigue, douleurs, perte de masse musculaire)  
évacuer le stress  
améliorer la qualité de vie et le bien-être  
se réapproprier son corps  
diminuer les risques de récives

Source : Fédération CAMI Sport & Cancer - sportetcancer.com

- Séances encadrées par une animatrice diplômée d'état et reconnue
- une cotisation préférentielle de 30€ \*
- Parcours de 10 à 12 séances
- Suivi individualisé et personnalisé

"\*" : La cotisation de la licence annuelle de 12 € vous sera demandée correspondant à l'assurance individuelle accident

Un carnet individuel de suivi sera complété tout au long de l'année vous permettant de partager vos progrès avec l'équipe médicale en charge de votre suivi.