

Programme d'activité physique adaptée pour les personnes atteintes d'un cancer - GRATUIT

Offert en partenariat avec la Fondation québécoise du cancer, ce programme propose aux personnes atteintes d'un cancer, que ce soit pendant ou jusqu'à 24 mois après les traitements actifs, une évaluation gratuite par un kinésiologue. Les bienfaits de la kinésiologie sont nombreux :

- Réduction des effets secondaires des traitements contre le cancer
- Augmentation globale de l'énergie
- Encouragement à intégrer une routine d'activité physique bénéfique
- Réduction du stress et amélioration de l'humeur
- Prévention des raideurs et maintien de la mobilité
- Les séances d'évaluation permettront d'évaluer les besoins spécifiques de chaque patient et de lui proposer un plan d'activité physique sur mesure.

Suite à votre évaluation initiale, vous pourrez faire des suivis par téléphone et/ou participer au cours de groupe.

Inscription obligatoire par téléphone

Appelez la Fondation québécoise du cancer au 514 527-2194 poste 0 et précisez que vous êtes un patient de Santé Québec Est-de-l'Île-de-Montréal - Universitaire.

- **Début des séances d'évaluation** : Les mardis (1 séance d'évaluation initiale par personne)
- **Horaires** : 13h à 17h
- **Durée** : 45 minutes (prévoir 10 minutes avant votre rendez-vous)
- **Lieu** : **Hôpital Santa-Cabrini**. Le numéro de la salle sera transmis dans le courriel de confirmation lors de la réservation par téléphone.
- **Matériel requis du patient** : 1 serviette, vêtements 'mous', 1 bouteille d'eau

Assurez-vous avec votre équipe soignante que la kinésiologie peut être intégrée dans votre parcours de soins. Pour toute question, appelez au 514 252-3400, poste 2528