

Service Communication

Lundi 28 mai 2018

« Tout l'ICO bouge » du 4 au 8 juin 2018

En écho à la manifestation « Tout Angers bouge » et pour sa 2^{ème} édition, l'Institut de Cancérologie de l'Ouest organise une semaine d'activités intitulée « Tout l'ICO bouge ».

« *L'hospitalisation ne signifie pas alitement obligatoire !* », pour l'équipe des kinésithérapeutes et des oncologues médicaux de l'ICO, le parcours de forme installé au 4^{ème} étage de l'établissement est un moyen d'améliorer la qualité de vie pendant l'hospitalisation. Composé de deux vélos d'intérieurs dont un elliptique, et d'un parcours d'équilibre ce dispositif est mis à la disposition des patients hospitalisés tout au long de l'année. Du 4 au 8 juin, les équipements sont ouverts à tous, sous l'œil vigilant des professionnels de l'ICO.

La semaine "Tout l'ICO bouge" est destinée à bousculer les mentalités sur l'hospitalisation. Toutes les personnes présentes dans l'établissement, patients et accompagnants, mais aussi soignants sont invités à pédaler, chacun à leur rythme et selon leurs capacités, le plus de kilomètres possible. Des soignants assureront des permanences dans la journée pour encourager les volontaires. Chacun pourra inscrire sa "performance" sur un panneau et en fin de semaine, le total sera affiché pour féliciter tous ceux qui auront participé à l'exploit sportif !

L'année dernière, 627 km ont été parcourus, un aller simple Angers-Toulouse ! Cette année, nous aurons la participation de cyclistes amateurs engagés dans des clubs locaux qui soutiendront les patients et qui nous permettront d'aller encore plus loin !

L'activité physique : un atout pour le patient

L'activité physique durant une hospitalisation permet de répondre à 3 objectifs principaux :

- diminuer la fatigue conséquente aux traitements et lutter contre la fonte musculaire due à l'alitement
- permettre aux patients d'évacuer du stress dû à l'enfermement
- permettre aux patients de retrouver du plaisir, d'éprouver un effort gratifiant, d'échanger avec d'autres patients et d'acquiescer ainsi une meilleure confiance en soi.

L'ICO est le seul Centre de Lutte Contre le Cancer à mettre à disposition des patients hospitalisés des vélos d'intérieur. Cette installation marque la volonté de la Direction de développer cette approche Sport et Cancer. Sur le site Paul Papin, ces nouveaux parcours de forme et d'équilibre donnent la possibilité à chaque patient hospitalisé de faire de l'exercice à toute heure de la journée, seul ou encadré.

Plus d'information sur notre site internet : <http://www.ico-cancer.fr/>