



Centre Hospitalier de Valenciennes
COMMUNIQUE DE PRESSE

Le 5 mai 2017

Le Centre Hospitalier de Valenciennes inaugure ses Chemins de la Forme dans le pôle Chirurgie

Ce mardi 2 mai ont été inaugurés les Chemins de la Forme dans le Pôle Chirurgie en présence du Député-Maire de Valenciennes, de l'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO) et de la fondation d'entreprise Caisse d'Epargne « Agir et Réussir Ensemble ». Cette cérémonie marque la poursuite d'un déploiement dans la région Hauts-de-France des Chemins de la Forme en milieu hospitalier, ainsi qu'un dispositif d'intégration par le sport des publics handicapés, mené en lien avec la Ligue Hauts-de-France d'Athlétisme.

L'activité physique modérée au cœur des politiques de santé publiques

Il n'est plus à démontrer que la diminution de l'activité physique et la sédentarité nuisent à la santé et au bien-être. Il est pourtant reconnu que trente minutes d'activité physique modérée par jour sont associées à une diminution de 30% de la mortalité, grâce notamment à un impact bénéfique sur les maladies coronariennes et cardio-vasculaires, certains cancers, le diabète de type 2, l'hypertension artérielle... De fait, l'Organisation Mondiale de la Santé, relayée par de nombreux organismes, prône l'intégration de la promotion de l'activité physique dans les politiques de santé publique.

La mise en place des Chemins de la Forme contribue à répondre concrètement aux attentes sur les sujets de prévention santé et de cohésion sociale. Quel que soit le lieu de déploiement (grand public, milieu médicalisé, monde de l'entreprise, établissements d'enseignement...), il s'agit de mettre en place dans des parcours de pratique d'activité physique simples, facilement accessibles et utilisables en autonomie par tous.

Les Chemins de la Forme en milieu médicalisé : pour le mieux-être des patients

Dans le même esprit, les soignés peuvent eux-aussi bénéficier en utilisation libre d'outils simples et accessibles sur leur lieu de traitement, bien entendu en fonction de leur pathologie.

Sur le concept des Chemins de la Forme, l'idée est de mettre en place, en complète collaboration avec l'établissement concerné, un espace de pratique d'activités physique en utilisation libre ainsi qu'un chemin de forme avec des ateliers très simples associés à une signalétique adaptée.

Le Chemin de Forme dans les couloirs, balisé et fléché par adhésif au sol, est composé d'exercices très simples et sans risque qui stimulent la respiration, la force, l'endurance, la mobilité, l'équilibre ou la souplesse. Une signalétique adaptée donne les consignes compréhensibles par tous les utilisateurs.



Centre Hospitalier de Valenciennes
COMMUNIQUE DE PRESSE

Le Centre hospitalier de Valenciennes poursuit le déploiement national, avec le soutien de la fondation d'entreprise Caisse d'Epargne « Agir et Réussir Ensemble »

Après le CHRU de Lille en 2015 et Caen en 2016, c'est au tour du Centre Hospitalier de Valenciennes de lancer ses Chemins de la Forme. Grâce à une équipe soignante motivée et dynamique, et une Direction d'établissement soucieuse du bien-être de ses patients, le Pôle de Chirurgie lance le dispositif après 4 mois de préparation.

Durant l'année 2017, ce ne sont pas moins de 3 dispositifs qui seront mis en place dans l'ancien territoire du Nord-Pas de Calais, grâce au soutien de la fondation d'entreprise Caisse d'Epargne «Agir et Réussir Ensemble» qui accompagne cette initiative à destination d'un public fragilisé, comme elle le fait depuis de nombreuses années. Une expérience est également menée à Montpellier et d'autres sont à l'étude à Paris et Amiens.

