

Qu'est-ce qu'un Kinésiologue ?

Le kinésiologue est le professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance.

Notre objectif ?

Aider les patient(es), en traitement et en rémission, à améliorer leur qualité de vie ainsi que leur forme physique par l'entremise de programmes d'activités physiques sécuritaires, adaptés et supervisés.



Pour nous joindre :

Fondation Virage pour le soutien au cancer

Pavillon Mailloux Nord,

1^{er} étage

Porte K-1253-1

Montréal (Québec)

H2L 4M1



514 890-8000

Administration — poste : 28139

Kinésiologie — poste : 24144



[Facebook.com/fondationvirage](https://www.facebook.com/fondationvirage)

Virage@viragecancer.org

www.viragecancer.org

Bouger pour la vie

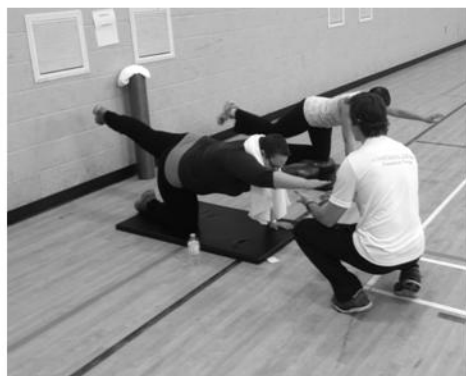


Vivre avec un cancer tout en demeurant actif

SERVICE GRATUIT

Kinésiologie en oncologie





Services offerts selon le type de cancer :

Tous types de cancer

Évaluation de la condition physique

**Cours en groupe
PENDANT
traitements
2X semaine**

**Cours en
groupe POST
traitements
3X semaine**

**Suivi
individuel
(programme
pour le
Domicile)**

Les bienfaits de l'activité physique en lien avec le cancer :

- ◆ Diminution des risques de récurrence
- ◆ Augmentation du taux de survie
- ◆ Facilitation de la gestion des effets secondaires reliés aux traitements
- ◆ Amélioration du sommeil
- ◆ Optimisation de l'énergie
- ◆ Amélioration de la santé psychologique
- ◆ Augmentation de la confiance en soi

La pratique régulière d'activité physique vous permet :

- ◆ L'amélioration de votre force musculaire
- ◆ Un meilleur contrôle de vos douleurs articulaires
- ◆ D'Apprendre à mieux connaître vos limites
- ◆ De mieux doser vos efforts
- ◆ Un meilleur contrôle de votre poids corporel

Témoignage d'une participante

« Le programme de kinésiologie m'a offert un tremplin pour reprendre mes activités physiques plus rapidement et surtout, sans me blesser. Si cela a été bénéfique pour moi, j'imagine le cas d'une personne sédentaire. J'ai d'ailleurs été impressionnée d'observer autour de moi la confiance en soi se construire de semaine en semaine chez les autres participants au programme. »

Mélissa

Parlez-en à votre équipe de soins !