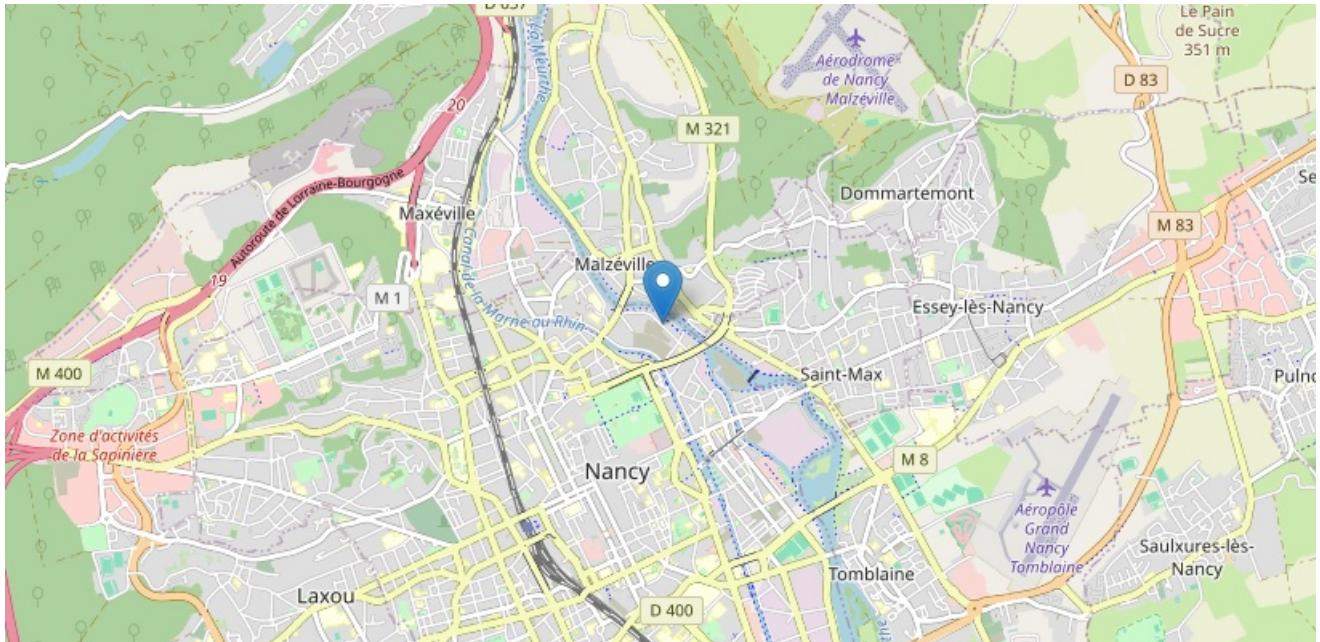


## ⊕ Activité Physique Adaptée - EN FORMES

Public Cible : Adultes

Public cible : Oncogériatrie

Activité physique adaptée



### ADRESSE

EN FORMES 123 rue Mac Mahon  
54000 Nancy



### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

📞 Prescri'mouv: 03 52 62 64 37

🌐 <https://www.prescri-mouv-grandest.fr/>



### STRUCTURE

COMITÉ RÉGIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF GRAND EST  
13 rue Jean Moulin  
54510 Tomblaine

## **Bougez plus, pour vivre mieux.**

La pratique de l'activité physique est recommandée, en tenant compte des possibilités du patient.

Une activité adaptée d'intensité faible à modérée, pendant le traitement, améliore la qualité de vie avec un bénéfice sur la fatigue, l'anxiété, le risque de dépression, le sommeil, l'image du corps et le bien-être.

**Préscri'mouv** propose des séances collectives et/ou individuelles animées par un professionnel qualifié. Sur prescription médicale et après réalisation d'un bilan médico-sportif, vous serez orienté au mieux dans cette pratique sportive.