

COMPIÈGNE

Un service destiné aux patientes de la clinique et de l'hôpital

De la marche nordique pour tourner la page du cancer



Compiègne, hier. Quelques conseils avant d'aborder la première séance de marche nordique sous la conduite du coach sportif Jérôme Brocoud. (LP/J.L.G.)

Un groupe de courageuses sportives bravant la pluie et le froid. C'est ce que l'on pouvait rencontrer hier matin au départ du carrefour Royal de Compiègne, en bordure de forêt. « C'est notre premier rendez-vous, nous proposons aux patientes du centre hospitalier et de la clinique Saint-Côme en cours ou en fin de traitement de pathologies liées au cancer de participer à trois activités par semaine, la marche nordique est l'une d'elles » confie Martine Mornay, responsable de service à la clinique Saint-Côme. Encadrées par le coach sportif Jérôme Brocoud les participantes sont suivies pas à pas

durant l'heure de marche rapide proposée pour cette activité.

Autre rendez-vous, le mercredi à 14 heures à la clinique Saint-Côme. « Nous souhaitons cette fois aider les femmes à se recentrer sur l'image de leur corps en utilisant le stretching, la respiration, la relaxation, précise Martine Mornay. Le vendredi à 17 heures au centre hospitalier on aborde le renforcement musculaire et le travail tonique ».

■ Des activités aidées par la course « la Compiénoise »

Ces activités sont nées de la volonté de Marie-Pierre Degage, initiatrice de la course féminine « La Compié-

noise » qui s'est déroulée, pour sa première édition, en octobre dernier. « Nous avons décidé de consacrer les bénéfices de cette manifestation à des activités locales : 1 500 € ont été apportés à l'Institut Curie pour les activités sport et santé et 3 500 € à la Ligue contre le cancer pour des ateliers santé » détaille Marie-Pierre.

La prochaine course 100 % féminine au profit de la recherche contre le cancer, « La Compiénoise », se tiendra le dimanche 6 octobre 2013. Les inscriptions sont ouvertes.

J.L.G. AVEC S.F.
Renseignements aux 06.23.06.32.74
ou sur www.compiegnoise.fr.