

Groupe mutualiste d'assurances de premier plan administré depuis plus de 150 ans par et pour des professionnels de santé, Groupe Pasteur Mutualité s'engage aux côtés de ses adhérents, dès le début de leurs études, pour leur apporter des solutions en parfaite adéquation avec leurs vies professionnelle et privée. Le Groupe inscrit l'innovation, la solidarité et la prévention au cœur de son projet de développement. Avec près de 133 000 adhérents, Groupe Pasteur Mutualité est l'interlocuteur privilégié des professionnels de santé.

www.gpm.fr



La CAMI Sport & Cancer est la première fédération qui développe et structure l'activité physique en cancérologie et en hématologie. Elle accompagne les personnes en traitement ou en rémission d'un cancer, dans des programmes d'activité physique et sportive dédiés, en ville ou à l'hôpital.

www.sportetcancer.com



STIMUL propose un accompagnement personnalisé, connecté et humain avec un professeur d'activité physique adaptée, pour une reprise d'activité physique.

STIMUL, c'est aussi un bracelet connecté pour mesurer l'activité au quotidien et une plateforme sécurisée pour suivre les objectifs et accéder à des modules d'informations bien-être, nutrition et santé.

www.stimulme.com

ACT!ON

PROGRAMME DE PRÉVENTION ACTIVITÉ PHYSIQUE & CANCER



Villa M et Groupe Pasteur Mutualité (*) et ses mutuelles de prévention et d'action sociale (LIII) proposent à ses adhérents un programme de prise en charge, de promotion et de formation à la prescription d'activités physiques pendant et après les traitements du cancer.

(*) Services proposés en partenariat avec la CAMI sport & cancer et STIMUL via AGMF Action Sociale.

LES CANCERS EN FRANCE⁽¹⁾

En France, en raison du vieillissement et de l'augmentation de la population, on assiste à une hausse du nombre de nouveaux cas de cancer chaque année.



Chez l'homme

211 000 nouveaux cas par an.
Les 3 cancers les plus fréquents :

Prostate
Poumon
Côlon-rectum



Chez la femme

174 000 nouveaux cas par an.
Les 3 cancers les plus fréquents :

Sein
Côlon-rectum
Poumon




ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SÉDENTARITÉ, DE QUOI PARLE-T-ON ?


La **sédentarité**⁽²⁾ est l'état dans lequel la dépense énergétique de notre organisme est proche de celle du repos, c'est-à-dire dans les positions assises ou allongées.

L'**activité physique**⁽²⁾ représente « tout mouvement corporel produit par la contraction des muscles squelettiques et entraînant une augmentation des dépenses d'énergie par rapport à la dépense au repos »

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE EST ASSOCIÉE :

À tout moment, à une diminution du risque de survenue de plusieurs cancers, notamment pour les cancers du côlon, du sein, de l'endomètre et du poumon.

 **Après un diagnostic de cancer :** une réduction du taux de récurrence et une plus faible mortalité globale et spécifique.

 **Pendant et en post traitement :** une amélioration de la qualité de vie, notamment à travers des bénéfices portant sur la fatigue, l'anxiété, la dépression, le sommeil, l'image du corps et le bien-être.

(1) Chiffres de l'INCA - (2) Définition de l'OMS

TOUS EN MODE ACTION

ACTION propose aux adhérents de Groupe Pasteur Mutualité un programme en deux volets indépendants :

ACTION ADHÉRENTS

Des programmes d'activités physiques encadrés par nos partenaires et dispensés par des éducateurs sportifs détenteurs du Diplôme Universitaire Sport cancer.

ACTION CAMI
ACTION STIMUL

Pour les adhérents d'une mutuelle LIII membre de Groupe Pasteur Mutualité en cours de traitement d'un cancer ou en phase de rémission

ACTION PRÉSCRIPTEURS

Des ateliers et formations à la prescription d'activités physiques pour informer, convaincre et apporter des solutions à même d'accompagner vos patients à s'inscrire dans une démarche active face à leur cancer.

(formation dispensée par un organisme de formation avec cours issus du DU Sport Cancer).

Pour les médecins adhérents à Groupe Pasteur Mutualité

ACTION PRATIQUE

QUI SONT NOS PARTENAIRES ?



La **CAMI** Sport & Cancer accompagne les personnes en traitement ou en rémission d'un cancer, dans des programmes d'activité physique et sportive dédiés, en ville ou à l'hôpital.



STIMUL propose un accompagnement personnalisé, connecté et humain pour une reprise d'activité physique après un traitement de cancer et un accès à des modules d'informations bien-être, nutrition et santé.



Grâce à l'engagement de Groupe Pasteur Mutualité et de sa mutuelle AGMF Action Sociale, les formations et les inscriptions aux programmes d'activité physique adaptée sont pris en charge financièrement.



Rendez-vous sur **action.gpm.fr** pour tout savoir sur les inscriptions, nos partenaires, les ateliers et formations.