

PUBLIÉ LE 10/05/2012 08:01 | MARIE-CHRISTINE BESSOU

Rodez. Unique en France : des randos douces pour les cancéreux



François Arnal, responsable du Club de marche, Michel Longuet, président du Comité départemental de randonnée pédestre, et Gérard Hortala, président de la Ligue contre le cancer en Aveyron./Photo DDM, MCB

La Ligue contre le cancer et le comité départemental de la randonnée pédestre s'associent pour créer un club de marche pour les malades mais aussi pour le grand public.

C'est une première en France, la Ligue contre le cancer s'associe au comité départemental de randonnée pédestre afin de proposer aux malades et aux personnes en rémission une activité physique appropriée à leur état. « Nous savons que le sport est un élément très important pour se maintenir en bonne santé. C'est une protection », explique le docteur Gérard Hortala, président du comité départemental de la Ligue contre le cancer. Le problème c'est que dans nombre de clubs sportifs, l'activité physique proposée est souvent intense et n'est donc pas compatible avec des malades ou d'anciens malades.

RANDOS OUVERTES À TOUS

« Il faut une activité douce au sein d'un club qui peut lui-même être considéré comme facteur de resocialisation pour certains patients », poursuit le radiologue. Mais cette activité ne sera pas réservée aux seuls malades, les personnes âgées pourront s'y joindre tout comme le grand public si la randonnée les intéresse. « Tous ceux qui ont des problèmes physiques ou moraux pourront y participer », ajoute Michel Longuet, président du comité départemental de randonnée pédestre. Car c'est de randonnées qu'il s'agit, de randos douces, élaborées en collaboration avec la quinzaine de clubs existants sur le grand Rodez. « Ce seront des marches de 7 à 8 km, avec le moins de dénivelés possibles, agrémentées de diverses visites ou bien sur différents thèmes en rapport avec la faune et la flore », précise le même. Un calendrier qui va jusqu'à la mi-juillet est déjà établi, à raison d'une randonnée par semaine, souvent le mardi. Un programme qui ne demande qu'à s'étoffer et c'est ce qui sera fait prochainement jusqu'à la fin de l'année. Le Club de marche de la Ligue contre le cancer est donc créé, son responsable se nomme François Arnal. à chaque randonnée, deux animateurs issus des différents clubs se joindront à lui ainsi que les membres des clubs afin de créer une ambiance conviviale. On espère que les malades seront présents au premier rendez-vous, mi-mai, à Sainte-Radegonde. Seule condition s'acquitter de la licence d'une vingtaine d'euros. Des covoiturages pourront être organisés.

Pour tous renseignements, contacter François Arnal au 06 08 93 66 38 ou bien la Ligue contre le cancer au 05 65 68 36 58