

Ça bouge avec l'APERF!



Une nouvelle rencontre santé réussie pour l'association APERF qui a organisé, hier, sa RANDO SANTÉ à l'Étang Salé, comme chaque année. Cette RANDO SANTÉ était dédiée aux patients atteints de maladies chroniques et sévères (maladies cardiovasculaires ou respiratoires).

L'APERF est une association de santé spécialisée dans le domaine de l'activité physique et de l'éducation thérapeutique de patients atteints de maladies cardiaques et respiratoires. En effet, ces pathologies à haut risque nécessitent une prise en charge bien spécifique au long cours que l'APERF a mis en place depuis maintenant plus de 15 ans. « Nous proposons aux patients de réaliser une activité physique adaptée à leur état de santé, en toute sécurité. Nos séances sont encadrées par des professionnels de santé, dont un professeur de sport spécialisé et un infirmier », explique Sébastien MAUNIER, vice-président.

Un dispositif exemplaire et efficace

« Grâce au soutien de l'ARS, qui nous finance à hauteur de 80 %, et au Dr Philippe BLANC, Cardiologue, l'APERF a pu mettre en place un programme de maintien de l'activité physique exemplaire ! Aujourd'hui, notre association compte une file active de plus de 1500 personnes et organise 14 séances d'activité physique par semaine. Le taux de présence à ces séances est particulièrement considérable, 80 % ! », ajoute Sébastien MAUNIER,

« Ce dispositif est particulièrement efficace, les patients ressentent une grande satisfaction de leurs séances, ils poursuivent leur activité physique et apprennent à gérer leurs maladies. L'APERF a publié ses résultats dans plusieurs congrès internationaux. Nous avons montrés que les patients qui participaient aux séances gardaient des performances physiques importantes, un faible niveau d'anxiété et de dépression, un poids constant ainsi qu'une meilleure qualité de vie par rapport aux patients qui n'allaient pas à l'APERF. », conclut le Dr Philippe BLANC, président et coordonnateur médical.