

OCTOBRE ROSE | "Agir contre le cancer" mobilisée pour la prévention du cancer du sein

Faire du sport, c'est bon pour la santé et le moral !

L'association Agir contre le cancer (ACC26) est fortement mobilisée sur l'opération nationale « Octobre rose » pour agir contre le cancer du sein. Afin de prévenir les risques de la maladie, elle insiste sur le dépistage précoce, mais aussi sur la prévention qui passe par une bonne hygiène de vie, de l'alimentation à la pratique d'une activité physique. « Deux points indispensables qui permettent de réduire le cancer, car c'est bon pour la santé mais aussi pour le moral », soulignait la présidente Claire Lavayssière.

Vendredi, malgré le froid vif, une vingtaine de person-

nes a suivi Sylvain Grasso, professeur d'activités physiques adaptées au sein d'ACC26, au cours d'une initiation à la marche nordique au Bois des Naix. Depuis 2 ans, il propose les vendredis après-midis des ateliers gratuits, destinés aux personnes malades, et sera bientôt rejoint par deux autres associations qui ont offert leur aide bénévole à ACC26. Tandem loisirs (Romans) et Zen Altitude 26-07 (Chatuzange-le-Goubet), proposeront dès les beaux jours une ballade en vélo ou une randonnée adaptée aux personnes malades, le tout bénévolement, rejoignant ainsi la



Après l'effort, ACC26 a récompensé les participants par un goûter bienvenu dans ses locaux, résidence Charlotte Chaze.

philosophie d'ACC26. « La maladie coûte cher et toutes nos activités sont gratuites », précisait Eveline Bonnardel,

vice-présidente d'ACC26.

Pour la clôture d'« Octobre rose », l'association organise un défilé de mode rock 'n'

roll, mercredi 28 octobre 20 heures, Cité de la musique à Romans.