

Mis à jour le 09/09/2026

Type d'action Accompagnement personnalisé des usagers|Actions auprès de publics à risques|Activité physique adaptée (APA)|Activités physiques et sportives et défi sportif

Le promoteur de l'action

CARDIO Franche-Comté

Territoire

Responsable Bernard PERRIGUEY (Président)

Telephone 0668463452

Courriel bernard.perriguet@cardiofranche.comte.fr

Adresse , FR

Plus d'infos sur l'association

Description de l'action	Après une opération et un temps de réadaptation, l'association organise des marches nordiques adaptées pour permettre aux malades et opérés cardiovasculaires pour pouvoir retrouver une activité physique normale. Ces activités sont encadrées par un coach athlé-santé diplômé d'Etat et formé par la Fédération Française d'Athlétisme. Deux séances sont organisées par semaine, l'une à Brognard le vendredi à 13h30 et l'autre à Montbéliard le mercredi à 17h30. Page sur le site internet de l'association : https://www.cardio-franche-comte.fr/894-2/ Vidéo présentant les actions de prévention menées par l'association : https://youtu.be/yxjYXGSF8wA?si=yiV39WPS6iXII-mt
Thématiques associées à votre action	Activités physiques Maladies chroniques Obésité et surpoids Proches et aidants Santé mentale Vieillesse
Lieu(x) où se déroule(nt) l'action	Base de loisirs Brognard (25) / Montbéliard
	01/01/2015
Autres commentaires	Matériel nécessaire : paire de chaussures de marches non montantes, tenue adaptée, bouteille d'eau, une paire de bâtons (prêtée par le coach pour les premières séances).

Quels sont vos objectifs par rapport à cette action ?	Améliorer la capacité fonctionnelle et cardiaque des participants : la marche nordique fait travailler 90% des muscles.
Nombre de bénéficiaires (par an)	10 personnes par séance
Sexe	Femme, Homme, Troisième genre
Âges	18 à 25 ans, 25 à 40 ans, 40 à 65 ans, 65 à 80 ans, + de 80 ans
Situations socio-professionnelles	
Conditions de vie	En famille, En famille monoparentale, En couple, Seul(e), En colocation, Autres
Lieux de vie	Logement personnel, En foyers ou institutions, En maison de retraite
	Personnes malades, Personnes en situation de handicap, Proches de malades et/ou situation de handicap, Aidants de malades et/ou situation de handicap, Personnes malades soignées à domicile, Professionnels de santé, Bénévoles
	Rémunération du coach Assurance
Qui sont les financeurs ?	Financement en partie par le Réseau Sport Santé et par l'association directement. Une participation est demandée aux participants.
	Périurbain, Rural
Une évaluation a t-elle été faite ou est-elle prévue ?	Non
Un bilan est-il fait ou prévu ?	Non
	Récurrente
	Non
Utilisez-vous des outils pour soutenir votre action ?	Non
	Sur le site de votre association, Réseaux sociaux, Newsletters internes, Partenaires
	Actions de prévention des maladies cardio-vasculaires : dépistage de tension artérielle, de glycémie, cholestérol...

Pathologies ou situations de santé à risque abordée(s)	AVC - Accident vasculaire cérébral Cancers Diabète Greffes/transplantations Maladies articulaires et rhumatismales Maladies cardio-vasculaires
--	--