

On se bouge pour Alzheimer à Saint-Lô avec un défi sportif jeudi 21 septembre



Un défi sportif est organisé au centre hospitalier Mémorial de Saint-Lô jeudi 21 septembre 2023 à l'occasion de la Journée mondiale Alzheimer. © Archives Ouest-France

La consultation Mémoire des centres hospitaliers de Saint-Lô et Coutances (Manche) relance son défi sportif ce jeudi 21 septembre 2023 à l'occasion de la Journée mondiale d'Alzheimer.

En septembre 2021, le service consultation Mémoire de l'hôpital de Saint-Lô (Manche) a lancé [une nouvelle manifestation pour la Journée mondiale Alzheimer : un défi sportif](#). Après le [succès des deux premières éditions](#), le défi revient ce jeudi 21 septembre 2023 à Saint-Lô.

Quelle est l'animation proposée jeudi à l'hôpital de Saint-Lô ?

Totaliser plus de 1 000 km parcourus, en marchant ou en courant : c'est le « **défi sportif** » lancé par la [consultation Mémoire des centres hospitaliers de Saint-Lô](#) et Coutances à l'occasion de la Journée mondiale Alzheimer, jeudi 21 septembre 2023. De 16 h à 21 h, les participants sont invités à « **venir bouger** », au parc Écureuil de l'hôpital Mémorial de Saint-Lô.

Pourquoi un défi sportif pour parler d'Alzheimer ?

« **Parler de la maladie d'Alzheimer dans un environnement convivial est l'objectif principal de cette journée, axée sur la rencontre de tous les publics** », expliquent les organisateurs qui rappellent que « **l'activité physique régulière est bénéfique sur le plan cognitif, comportemental et émotionnel dans toutes les maladies neurodégénératives et notamment dans la maladie d'Alzheimer.** » Ce défi sportif a été initié en septembre 2021 à Saint-Lô.

Qui sera présent ?

Pour mettre en place ce défi sportif, la consultation Mémoire est soutenue par les services de gériatrie et les Ehpad (Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) des deux hôpitaux. Les deux neuropsychologues du centre de Coutances seront sur place « **pour échanger sur l'accompagnement et la prise en soin non médicamenteuse des patients souffrant d'Alzheimer ou de maladies apparentées** ». Ils présenteront également les services du Pasa (Pôle d'activités et de soins adaptés) et l'UHR (Unité d'hébergement renforcé).

Présents également sur place, l'association [France Alzheimer](#), les équipes spécialisées Alzheimer de Coutances et Périers, la plate-forme de répit, l'association Siel bleu.

Des clubs d'athlétisme et de course à pied de l'agglomération saint-loise participeront également à cette journée, tout comme deux éducatrices en activité physique adaptée, qui animeront une initiation à la marche nordique.

Inscription souhaitée au 02 33 06 32 86, à carole.leblondel@ch-stlo.fr ou sur le lien Web suivant : [docs.google](#).