

## Sport et santé : la Touraine se bouge

19/10/2016 05:35



David Chéreau propose des cours de karaté adaptés.

 [Le sport comme traitement contre le cancer](#)

Patients, médecins, éducateurs sportifs. Les trois piliers du « sport santé » étaient réunis hier à Tours à l'occasion d'une journée territoriale pour construire et promouvoir un réseau dont les bases sont déjà bien implantées dans le département. Le CHRU de Tours, le Réseau Oncologie 37, l'Espace du souffle et l'Espace du diabète et de l'obésité collaborent en effet depuis plusieurs années avec des clubs sportifs et la ville de Tours pour proposer aux patients des parcours de sport adapté. Professeur de karaté à Montlouis-sur-Loire, David Chéreau est l'un des précurseurs dans le département.

Une paille dans la bouche pour contenir le souffle, une pince à linge sur le nez pour certains, et haut les jambes ! Les professionnels de santé et du sport venus tester les cours de karaté adapté se sont glissés quelques dizaines de minutes dans la peau de personnes souffrant de maladies respiratoires. « *Au début, on a peur que les gens se fassent mal, soient essoufflés, mais avec une pédagogie adaptée et des conseils de professionnels, on peut amener des gens souffrant de maladies chroniques à se dépasser, mais à leur niveau à eux* », explique David Chéreau. Avec Mathieu Brémond, kinésithérapeute à l'Espace du souffle, il a mis au point une méthode d'apprentissage du karaté adaptée aux personnes souffrant de pathologies respiratoire, d'obésité ou de cancer. « *L'idée est de sécuriser et de donner confiance aux personnes, afin qu'ils gagnent en autonomie pour leur permettre, pourquoi pas, de s'orienter vers une autre discipline. Tous les sports peuvent être adaptés* », continue David Chéreau.

A la clef de ces pratiques sportives adaptées, des améliorations physiques, mais aussi morales : « *Cela permet à chacun de reprendre la main sur son corps* », résume Mathieu Brémond.

Voir aussi notre vidéo sur [www.lanr.fr/videos37](http://www.lanr.fr/videos37)

M. Es.