

Le Centre Hospitalier de Bligny marque une étape majeure dans son engagement pour le sport-santé avec l'inauguration de la couverture de son terrain de tennis



Briis-sous-Forges, le 21 janvier 2025 – Le Centre Hospitalier de Bligny a inauguré aujourd'hui la semi-couverture de son terrain de tennis, un nouveau pas dans sa politique dynamique d'activité physique adaptée. Cette avancée souligne l'engagement continu de l'établissement en faveur du sport-santé, une cause nationale essentielle, et conforte sa position en tant qu'acteur innovant et exemplaire aussi bien les patients, les salariés de l'hôpital ainsi que les habitants du territoire dans leur démarche santé.

Le tennis-santé : une pratique aux multiples bienfaits

Sport complet par excellent, le tennis présente de nombreux avantages pour la santé physique et mentale. Il contribue à réduire les risques de maladies cardiovasculaires, améliore la circulation sanguine et aide à diminuer la pression artérielle. Combinant endurance, résistance et récupération, il renforce le cœur, les poumons et la santé des parois artérielles.



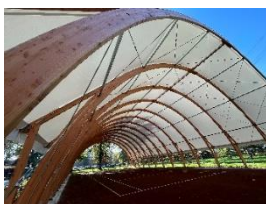
Des études, telle qu'une recherche anglo-saxonne de 2016, ont démontré que le tennis santé réduit de 56% le risque de mortalité cardio-vasculaire et de 47 % le risque de mortalité toutes causes confondues !

Au-delà des bienfaits physiques, le tennis stimule également les fonctions cognitives, telles que la mémoire, la concentration et la coordination. Il constitue également un outil thérapeutique efficace pour accompagner le traitement de maladies chroniques comme le cancer, le diabète de type 2, les pathologies cardiaques et respiratoires ainsi que les dépressions ou les maladies neurodégénératives.

Un projet innovant pour le bien-être des patients et des habitants du 91

Depuis 2022, le Centre Hospitalier de Bligny est labellisé « Maison Sport Santé » par les Ministères des Sports et de la Santé, et labellisé « Tennis Santé » par la Fédération Française de Tennis.

L'intégration quotidienne du sport santé dans le parcours de soin des patients est une priorité, avec des programmes déjà en plus pour les services d'hématologie, d'infectiologie, de gériatrie et de pneumologie.



La couverture du terrain de tennis représente une évolution significative, permettant une utilisation optimale toute l'année, quelle que soit la météo. Cette infrastructure bénéficie aussi bien aux patients qu'aux habitants de la région, en renforçant l'ancrage territorial du Centre Hospitalier. Grâce à sa présence sur l'application Ten'Up de la FFT, les clubs et pratiquants locaux peuvent également accéder à ce nouvel équipement.

Une vision partagée pour 2025

En 2025, le Centre Hospitalier de Bligny ambitionne d'étendre les bienfaits du tennis-santé à un nombre encore plus important de patients, en impliquant de nouveaux services hospitaliers dans cette démarche. L'objectif est clair : faire du sport-santé un pilier incontournable du bien-être au service de la santé.

A propos du Centre Hospitalier de Bligny

Hôpital privé solidaire (ESPIC), le Centre Hospitalier de Bligny exerce 2 missions de service public : des soins de proximité sur son territoire et des soins spécialisés au niveau régional et national.

Labellisé Hôpital de Proximité par l'ARS, et Maison Sport Santé par le Ministère chargé des Sports et le ministère des Solidarités et de la Santé, il comprend :

- un secteur de court séjour de médecine de 126 lits d'hospitalisation complète et 12 places d'hôpital de jour en cardiologie, dermatologie, diabétologie, médecine interne, oncologie, pneumologie, soins intensifs et soins palliatifs.
- un secteur de soins de suite et réadaptation de 224 lits d'hospitalisation complète et 12 places d'hôpital de jour en cardiologie, hématologie, maladies infectieuses, oncologie, pneumologie, sanatorium, gériatrie, soins de suite polyvalents.

Notre vision : viser l'excellence des soins, grâce à une médecine bienveillante et attentive, proche de nos patients et de notre territoire.

Contact Presse :

Agence Etycom – Aelya Noiret – a.noiret@etycom.fr – 06 52 03 13 47