

Le PARADH'Tour est de retour pour une 4^e édition

1.7.2026 - | CHU d'Angers

À l'occasion du Tour de France, le #PARADH'Tour est de retour pour une 4^e édition. Ensemble, mobilisons-nous pour promouvoir l'activité physique !

Le défi

Parcourir collectivement et en cumulé au sein de l'équipe PARADH (patients, habitants et hospitaliers du pôle PARADH) les **3 333 km du Tour de France 2026** face aux cyclistes professionnels du Tour de France **entre le 6 et le 27 Juillet 2026**.

Une journée évènement

Venez nombreux pédaler aux côtés de l'équipe cycliste virtuelle PARADH dans le cadre du PARADH'Tour :

le Jeudi 9 Juillet 2026 de 12h à 17h

au rez-de-chaussée du bâtiment Terre & Maine.

Cet évènement est **ouvert à tous les hospitaliers du CHU d'Angers**. Nous comptons sur votre mobilisation à tous au cours de cet évènement sportif et convivial.

Lors de cette journée évènement, nous vous proposons de venir parcourir quelques kilomètres aux côtés de l'équipe PARADH sur les vélos mis à disposition. Vous pourrez également découvrir les animations proposées aux patients et habitants dans le cadre de ce projet et prendre connaissance de recommandations d'activité physique pour la santé au travers d'un quiz.

Un objectif commun

Promouvoir l'activité physique auprès des patients, habitants et hospitaliers du pôle PARADH, afin de parcourir, virtuellement, plus de kilomètres que les professionnels du Tour de France.

Du 6 au 27 Juillet, que ce soit au sein des services cliniques du pôle (Médecine Gériatrique, SMR), au cours des prises en charge par les métiers de la rééducation dans les différents services du CHU, à l'EHPAD/USLD Saint Nicolas, sur le chemin du travail ou pendant les moments de loisirs, chaque coup de pédale contribue au défi collectif.

Les patients et habitants sont invités, sur accord médical à réaliser une activité de pédalage sur pédalier, cyclo-ergomètre ou vélo. Cette activité est un relai encadré tout au long des étapes du Tour de France.

Au programme tout au long du défi

- Quiz sur l'activité physique et ses bénéfices pour la santé.
- Jeux et animations au sein du bâtiment Terre & Maine.
- Parcours de déambulation.
- Exposition photographique sur le thème « S'évader à vélo »

- Lecture au chevet des patients.
- Ateliers lecture

Soutenez ce défi de promotion de la santé et de l'activité physique et venez participer avec nous !

<https://www.chu-angers.fr/le-paradh-tour-est-de-retour-pour-une-4-edition--169748.kjsp>