

Informations utiles



UFR Sciences et
Techniques des Activités
Physiques et Sportives



L'activité physique comme remède pour lutter contre le cancer

Pendant ou après un traitement contre le cancer, il est recommandé d'initier ou de maintenir une Activité Physique Adaptée (APA).

Les bénéfices de l'activité physique

De nombreuses études ont montré le lien existant entre une pratique régulière d'activité physique et une diminution des risques pour certains cancers (côlon, sein et endomètre). Pour au moins 30 minutes d'APA quatre fois par semaine, on observe une nette diminution de la fatigue, conjointement à une amélioration de la qualité de vie et de l'état psychologique et émotionnel. Par ailleurs, le risque de rechute peut être diminué de 50 %.

Public concerné par la formation:

- Etudiants UFR STAPS (20 places)
- Educateurs sportifs (20 places)

Salles et Gymnases : Université Site de Mont Saint Aignan,
BOULEVARD SIEGFRIED 76821 MONT SAINT AIGNAN CEDEX
Accès Porte E, salles CETAPS 1 et 7 sont en 36a les autres
salles sont en 32a et 32b.



Contacts :

Xavier BLAIZOT

Réseau OncoNormandie - Caen
xblaizot@onconormandie.fr



UFR Sciences et
Techniques des Activités
Physiques et Sportives

Natacha Heutte
UFR STAPS Rouen

natacha.heutte@univ-rouen.fr



SENSIBILISATION ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE APRÈS CANCER



RESEAU ONCO NORMANDIE

UFR STAPS ROUEN

18, 19 et 20 Novembre 2019

à l'UFR STAPS de ROUEN

PROGRAMME

Lundi 18 Novembre (9h00 - 17h30)

Salle - AMPHI DELAPILLE

09h00 - 9h15

Introduction

Natacha HEUTTE, UFR STAPS Rouen & Xavier BLAIZOT, Coordonnateur Onco-BasseNormandie

9h15 - 10h30

Le Cancer et les traitements

Olivier RIGAL, Oncologue au Centre Henri Becquerel

10h30 - 10h45

Pause

10h45 - 12h00

Impact de l'APA chez les patients atteints de Cancer

Olivier RIGAL, Oncologue au Centre Henri Becquerel

12h00 - 13h30

Pause déjeuner

salle CETAPS1

13h30 - 15h30

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif I 1/2 groupes (Gymnase 2)

A confirmer : Christophe TERZI, Coach Sportif

15h30 - 17h30

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif II 1/2 groupes (Gymnase 2)

Alison MALOU, Maison médicale du Sport

Mardi 19 Novembre (9h00 - 16h30)

Salle - CETAPS 1

9h00 - 10h30

Psychologie et cancer : points de vue du patient et du professionnel

Johan LE FEL, Neuropsychologue au Centre Henri Becquerel

10h30 - 10h45

Pause

10h45 - 12h00

Douleur et Cancer

A confirmer : Cathy THERY, Médecin douleur, au Centre Henri Becquerel

12h00 - 14h00

Pause déjeuner

salle CETAPS1

14h00 - 15h00

Nutrition, diététique et cancer

Céline GOULEY-TOUTAIN, Médecin Nutritionniste, Centre Henri Becquerel

15h00 - 16h30

Retour d'expérience

« Esprit Karaté »

Thierry PREAUX, Instructeur de Karaté, Médecin

Mercredi 20 Novembre (9h00 - 17h30)

Salle - CETAPS 7

09h00 - 10h30

Rééducation du Cancer du sein

Guillaume LEVAVASSEUR, Médecin, Pôle Santé Sport - Rouen

10h30 - 10h45

Pause

10h45 - 12h00

Plan régional sport santé bien être en Normandie & le projet IMAPAC

Xavier BLAIZOT, Coordonnateur Onco BasseNormandie

12h00 - 13h30

Pause déjeuner

salle CETAPS1

13h30 - 15h30

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif II 1/2 groupes

Alison MALOU, Maison médicale du Sport

15h30 - 17h30

Intervention pratique 1/2 groupes

Intervenant à confirmer