

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).

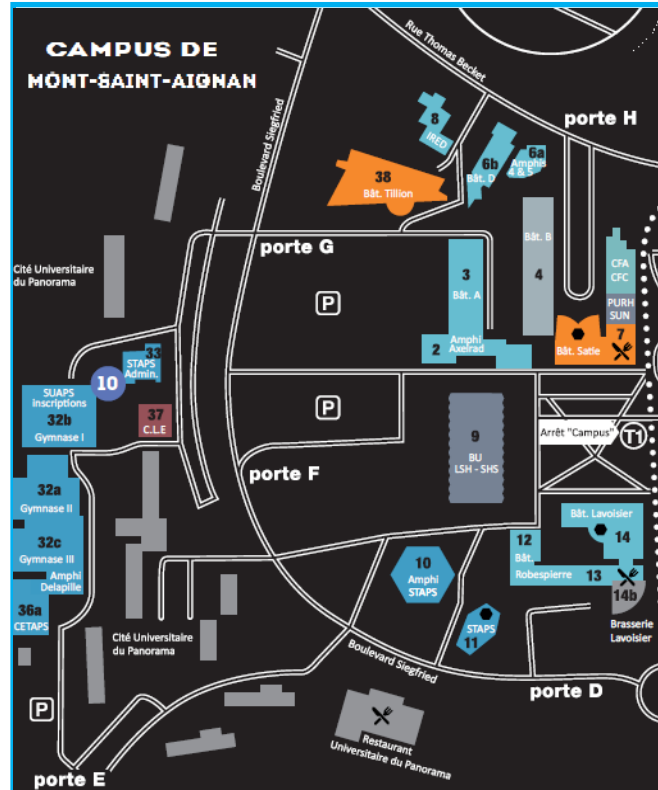
Les bénéfices de l'activité physique

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
- Educateurs sportifs

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

23, 24 et 25 Novembre 2020

à l'UFR STAPS de ROUEN

PROGRAMME

Lundi 23 Novembre (9h00 - 17h00)

09h00 - 9h15

Introduction - Accueil

Natacha HEUTTE, UFR STAPS Rouen

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 personnes atteintes de Cancer

Olivier RIGAL, Oncologue au Centre Henri Becquerel

12h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h00

Retour d'expérience «Esprit Karaté»

Thierry PREAUX, Instructeur de Karaté, Médecin

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif I

Alison MALOU, Maison médicale du sport : Entretien /Bilan

16h00 - 17h00

Béregère LORIN et Kévin PERROTTE, CHU de Rouen, Dispositif DRAK'AJA

Mardi 24 Novembre (9h00 - 17h00)

9h00 - 12h00

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

Douleur et Cancer

Johan LE FEL, Neuropsychologue au Centre Henri Becquerel

&

Cathy THERY, Médecin douleur, au Centre Henri Becquerel

12h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h00

Nutrition, diététique et cancer

Céline GOULEY-TOUTAIN, Médecin Nutritionniste, Centre Henri Becquerel

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif II

Damien CHANDELIER, Asruc Santé : Renforcement musculaire

16h00 - 17h00

Ivan RACA, Enseignant APA, Marche Nordique

Mercredi 25 Novembre (9h00 - 17h00)

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, OncoNormandie

12h00 - 14h00

Pause déjeuner

14h00 - 15h00

L'APA en cancérologie, approche de l'éducateur sportif III

Adrien LE PRIOL, Siel Bleu : Gym Douce

15h00 - 16h00

Dragon ladies—CXDK14 - Retour expérience - Bénédicte CHEREUL

16h00 - 16h30

Discussion et échanges sur la Sensibilisation