

L'IMPORTANCE DE L'APA - ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE DANS LES PARCOURS DE SOINS ONCOLOGIQUES

Finalité

Définir l'Activité Physique Adaptée et prendre conscience de son importance et de sa place dans les parcours de soins oncologiques



Intervenants

Madame Elodie DESPLANCHE : Chargée de recherche en APA - Activité Physique Adaptée
Madame Fanny VARENNE : Enseignante en Activité Physique Adaptée - APA
Madame Maïté WILLIEN-ROELAND : Kinésithérapeute.



Public

- Masseurs-kinésithérapeutes
- Enseignants en APA

*Accessible aux personnes en situation de handicap
Contactez l'Ecole du Cancer*



Objectifs pédagogiques

- Décrire ce qu'est l'Activité Physique Adaptée : ses bienfaits, les recommandations et le cadre réglementaire
- Définir la place et l'importance de l'activité physique adaptée dans un parcours de soins en oncologie
- Réaliser un bilan d'activité physique adaptée auprès d'un patient
- Identifier les ressources humaines et matérielles afin de conseiller et d'orienter le patient
- Repérer et réaliser une prise en charge en activité physique adaptée dans différents contextes en oncologie (avant une chirurgie, pendant les traitements)
- Distinguer les rôles de l'enseignant en activité physique adaptée et du kinésithérapeute
- Identifier les situations à risques afin d'adapter la prise en charge.



Méthodes pédagogiques

- Méthode affirmative / expositive : apports théoriques par diaporama, de la documentation, carte interactive et vidéo.
- Méthode interrogative : brainstorming, Quiz interactif pendant la formation
- Méthodes analytique et applicative : mises en situation et cas cliniques en sous-groupes ; étude de cas.



Modalités d'évaluation

- Evaluation prédictive, formative et sommative
- Evaluation de satisfaction du participant et du formateur
- Evaluation du formateur par l'ECM
- Evaluation des compétences acquises par le participant à 2 mois
- Evaluation satisfaction de l'institution / du financeur à 3 mois

INFORMATIONS PRATIQUES



En présentiel :

Vendredi 9 Octobre 2026 de 8h45 à 17h00
Durée de la session en présentiel : 7h15



ICM

**208, avenue des Apothicaires
Parc Euromédecine
34298 MONTPELLIER Cedex 5**

Salle Épidaure 2 [Bât. G, ét. -1]

cliquer sur la salle pour visionner le plan d'accès



Tarif : 380 € TTC (repas compris)



**Formation prise en charge
par le DPC (en cours)**



INSCRIPTIONS :

**Lien vers plateforme Upility pour accéder
aux supports après la formation**



Date limite d'inscription : 29/09/2026

RENSEIGNEMENTS :

**ecoleducancer@icm.unicancer.fr
04 67 61 47 40**



L'IMPORTANCE DE L'APA - ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE DANS LES PARCOURS DE SOINS ONCOLOGIQUES

Enseignement présentiel

JOUR 1

Autopositionnement (obligatoire avant la session)

8h45 à 9h00

Evaluation des connaissances - Etape obligatoire

Evaluation des connaissances au moyen d'un quiz digitalisé.

Objectif : Evaluer les connaissances en amont de la formation.

9h00 à 9h20

Mme Elodie DESPLANCHE

Accueil des participants

Objectif : Accueillir

Mme Elodie DESPLANCHE

Introduction

Présentation des formateurs, de la logistique (horaires, repas), exposé du programme et des objectifs, échanges autour des résultats du Quiz autopositionnement et du recueil des attentes.

Objectifs : Se présenter (intervenants et participants) ; Présenter le contenu et le déroulement de la journée ; Valider l'adéquation avec le programme.

9h20 à 10h00

Mme Elodie DESPLANCHE

Connaissances générales de l'activité physique - Repérage et travail pluridisciplinaire

- Définitions (Activité physique / Sédentarité), importance de l'activité physique en prévention primaire (exemple : *World Cancer Research Fund*) ;
- Recommandations (Haute Autorité de Santé, Programme National Nutrition Santé) ;
- Place de la nutrition (équilibre dépense énergétique/apports caloriques) ;
- Composition corporelle (Masse musculaire, masse grasse, obésité sarcopénique).

Objectifs :

- Citer les bienfaits de l'activité physique sur la santé ;
- Décrire les recommandations en santé (activité physique) ;
- Identifier l'importance de l'association nutrition/Activité physique.

10h00 à 10h40

Mme Elodie DESPLANCHE

Place de l'activité physique dans le parcours de soins en oncologie

- Impact du diagnostic (cercle vicieux/déclin activité physique) et bénéfices de l'activité physique pendant les traitements (prévention secondaire) ;
- Place de l'activité physique en prévention tertiaire.

Objectif : Identifier l'importance de l'activité physique dans le parcours de soins.

10h40 à 10h55

Pause

10h55 à 11h35

Mme Elodie DESPLANCHE

Comprendre, créer et adapter un programme d'activité physique adaptée en cancérologie

- Programme en activité physique adaptée, principe FITT (fréquence, intensité, durée, type d'exercice) .
- Identifier le nombre de séries et répétitions pour améliorer ou maintenir le patient ;
- Combiner endurance et renforcement musculaire des 4 membres ;
- Adapter la pratique avec ou sans matériel ;
- Accompagner le patient, éducation thérapeutique ;
- Savoir ajuster la prise en charge au fur et à mesure (échelle de Borg), avoir un programme progressif et réévaluer le patient.

Objectifs :

- Concevoir un programme en Activité Physique Adaptée ;
- Identifier les différentes composantes du programme (endurance, renforcement musculaire) ;
- Mettre en œuvre le programme ;
- Adapter la prise en charge.

11h35 à 12h05

Mme Elodie DESPLANCHE

Cadre et évolutions réglementaires

- Place de l'Activité Physique Adaptée aux Soins de Support depuis 2016 (Institut National du Cancer) ;
- Place du kinésithérapeute dans la prise en charge en Activité Physique Adaptée ;
- Rappel de la réglementation ;
- Ajuster la prescription du médecin ;
- Faire le lien avec le médecin prescripteur : coordination et suivi ;
- Mutuelles, collectivités, Agence Régionale de Santé.

Objectifs :

- Décrire et appliquer la réglementation ;
- Adapter la prescription en activité physique adaptée ;
- Identifier les prises en charge financières existantes.

L'IMPORTANCE DE L'APA - ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE DANS LES PARCOURS DE SOINS ONCOLOGIQUES

Enseignement présentiel

JOUR 1

12h05 à 12h30

Mme Elodie DESPLANCHE

Ressources et outils mis à disposition

Réorienter le patient à la fin de sa prescription : connaître le réseau des associations, maison sport santé ; Réseau Nacre, documentation

Objectifs :

- Repérer le réseau des Enseignant en Activité Physique Adaptée et Onco-Occitanie ;
- Identifier les supports disponibles.

12h30 à 13h30

Repas

13h30 à 14h30

Mme Elodie DESPLANCHE et Mme Fanny VARENNE

Evaluer le patient

- Anamnèse du patient (motivation) et niveau d'activité physique (*Global Physical Activity Questionnaire*) ;
- Evaluation fonctionnelle du patient ;
- Interprétation des tests et orientation du patient.

Objectif : Elaborer un bilan en activité physique adaptée et l'appliquer.

14h30 à 15h30

Mme Elodie DESPLANCHE et Mme Fanny VARENNE

Place de la pré-habilitation : exemple concret d'un parcours de soins ICM

- Bénéfices de la pré-habilitation pour le patient ;
- Prise en charge multimodale ;
- Fonctions musculaire et cardio-respiratoire.

Objectif : Réaliser une prise en charge en activité physique adaptée avant une chirurgie.

15h30 à 15h45

Pause

15h45 à 16h30

Mme Elodie DESPLANCHE, Mme Fanny VARENNE et Mme Maïté WILLIEN-ROELAND

Situations à risque - Lutter contre les fausses croyances

- Prise en charge en cas de métastases osseuses ;
- Prise en charge en cas de port de sonde ;
- Prise en charge en cas de port d'une stomie ;
- Prise en charge en cas de lymphœdème ;
- Limitations/contre-indications (port-à-cath, charges lourdes).

Objectifs :

- Identifier les situations à risque ;
- Adapter la prise en charge en fonction de la situation à risque.

16h30 à 16h45

Mme Elodie DESPLANCHE et Mme Fanny VARENNE

Tour de table de la satisfaction

Evaluation des méthodes, du contenu, de la durée, les points positifs et les éventuels axes d'amélioration.

Objectif : Evaluer la satisfaction des participants sur la formation reçue.

16h45 à 17h00

Mme Elodie DESPLANCHE et Mme Fanny VARENNE

Evaluation de la satisfaction et des acquis de connaissances

Evaluation des méthodes, du contenu, de la durée, les points positifs et des éventuels axes d'amélioration ainsi que la progression des connaissances acquises.

Objectifs : Evaluer la satisfaction des participants sur la formation reçue et mesurer la progression des connaissances acquises.

Quiz Post-Formation

(obligatoire sur place (QR Codes) ; à défaut dans les 7 jours qui suivent la session)