

# Espace APESEO



08/06/2012

## Rencontres auvergnates des soins oncologiques de support

# Projet 2011 du comité 63 : APESEO\*

\*Activités Physiques adaptées Et Soins Esthétiques en Oncologie

✓ En lien direct avec le second plan cancer :

➤ **Vivre** pendant et **après un cancer** :  
améliorer la qualité de vie, combattre toute forme d'exclusion.

➤ Mieux prendre en compte les **inégalités de santé**

✓ En partenariat avec les équipes soignantes CJP, PSR, CHU

➤ **Projet d'un espace de reconstruction après cancer**

# APESEO

## Accueil et accompagnement personnalisé :

- pour les femmes et les hommes en rémission
  - pendant 1 an,
  - participation financière symbolique
1. Activités physiques adaptées (convention avec l'ASM et l'EPGV)
  2. Socio-esthétique
  3. Sophrologie
  4. Art-thérapie
  5. Nutrition
  6. Ecoute et convivialité
  7. Aide aux démarches administratives, relais vers d'autres structures : association, administration (convention avec la CARSAT).

# L'équipe d'APESEO

- **Un chef de projet** : Dr Jacques Lajoinie, vice-Président du comité 63 de la Ligue contre le cancer
- **Une animatrice** : Catherine Gardette
- **Cinq bénévoles** qui assurent l'accueil et l'écoute des participants
- **Neuf professionnels vacataires**

# Quelques chiffres

Au 08/06/2012

64 inscrits :

62 femmes et 2 hommes

De 32 à 82 ans

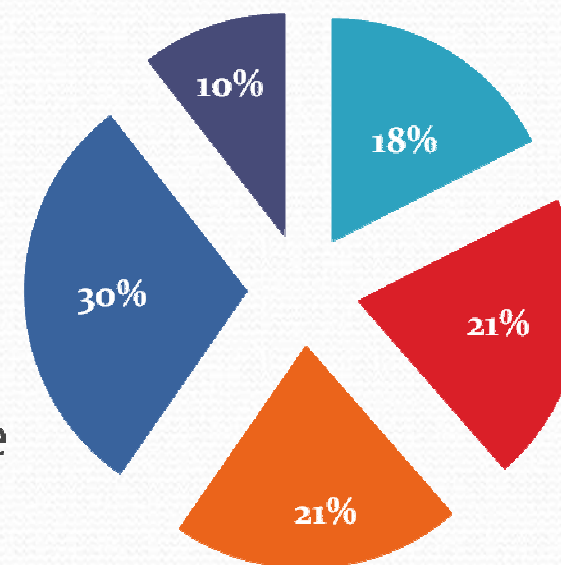
Age moyen : 55 ans

75% habitent l'agglomération clermontoise

29% habitent Clermont-Fd

## Répartition par tranches d'âge

■ 70-82 ans    ■ 60-70 ans    ■ 50-60 ans  
■ 40-50 ans    ■ 32-40 ans



# Activités Physiques Adaptées

Intégrées dans la démarche d'accompagnement et le processus de reconstruction



- Objectif :  
Améliorer la condition physique et la qualité de vie
- Finalité :  
Une pratique autonome et un mode vie plus actif

Séances encadrées par éducateurs sportifs formés au programme Gym'Après Cancer®:

- 2 séances hebdo d'1h en salle : stretching, équilibre, renforcement musculaire, relaxation...
- 1 séance hebdomadaire d'1h en extérieur : marche



# Accompagnement personnalisé lors des APA

Entretien individuel d'accès à APESEO par l'animatrice

- Accueil par un éducateur sportif : entretien d'information et d'évaluation (motivation, séquelle, frein, passé sportif, autre pathologie...)
- Suivi tout au long de l'année lors des séances (maxi 10 pers) pour apprécier l'évolution
- Bilan de fin accompagnement : satisfaction, test comparatifs, après programme (où continuer ?).



# Espace APESEO de la Ligue contre le cancer

2 rue des récollets à Clermont –Ferrand

04 73 90 18 73

[apeseo63@ligue-cancer.net](mailto:apeseo63@ligue-cancer.net)

Accès facilité par le tram et le bus ligne B, arrêt Stade Marcel Michelin.



**Comité  
63**