



Relais Santé PYRÉNÉES

Relais Santé Pyrénées

C'est aussi :
Un Comité éthique pour le domicile

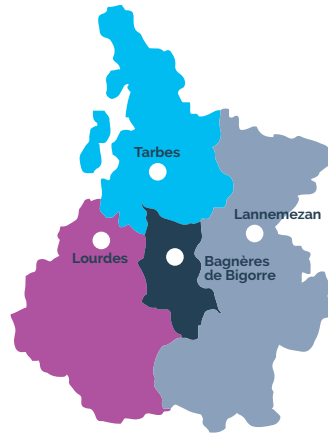
De la formation destinée aux professionnels (soins palliatifs, douleur...)

Des groupes d'Activité Physique Adaptée (APA) pour :

- > Les patients atteints de BPCO
- > Les patients atteints de cancer
- > Les personnes de + de 60 ans diagnostiquées fragiles

Des programmes d'Education thérapeutique du Patient (ETP)

COUVERTURE DE L'ENSEMBLE DU DÉPARTEMENT DES HAUTES-PYRÉNÉES



- Accompagner
- Coordonner
- Evaluer
- Soutenir
- Soigner
- Respecter le souhait du patient

En s'appuyant sur :

- > Des équipes
- > De la pluridisciplinarité
- > Des partenariats
- > Des expertises
- > **Une permanence de soins 24h/24 7j/7**

Les partenaires



Relais Santé PYRÉNÉES

Hospitalisation à Domicile
Réseau de Santé
Co-portage de la MAIA
Education Physique Adaptée
Education thérapeutique

www.relais-sante-pyrenees.fr



Relais Santé PYRÉNÉES

**Le pôle Réseau de RESAPY
(Relais Santé Pyrénées) propose
de l'activité physique adaptée (APA)
pour les personnes atteintes de cancer.**

Vous avez dit APA ?

Oui, l'APA ou activité physique adaptée est, comme son nom l'indique, une activité physique qui va être adaptée à chaque personne en fonction de son état de santé, aussi bien au niveau du type d'exercice, qu'au niveau de l'intensité de celui-ci.

Elle intéresse qui ?

Toutes les personnes en cours de **traitements** ou dans **l'année suivant** le traitement d'un cancer.

Mais pourtant on est fatigué après ou pendant un cancer non ?

Oui, il est très fréquent que les personnes soient fatiguées par la maladie, mais aussi par le traitement. D'autres symptômes peuvent s'associer à cette fatigue : douleurs, nausées, etc.

Néanmoins, c'est aussi grâce à l'APA que ces personnes vont pouvoir **se sentir moins fatiguées, moins douloureuses...** Finalement avoir moins de symptômes d'inconfort liés au traitement et à la maladie elle-même.

Par ailleurs, de nombreuses études scientifiques ont montrées que cette **APA permet d'obtenir un bénéfice en termes de récidence**.

C'est pourquoi de nombreux programmes d'APA ont vu le jour, surtout dans les « grandes agglomérations » dotées de centres de référence (ex : Toulouse Oncopole).

C'est ainsi qu'au vue des bénéfices attendus, nous avons pris l'initiative de créer un 1^{er} groupe d'APA sur le **bassin de Tarbes**.



Qui fait ça et c'est où ?

Une Enseignante en APA diplômée d'Etat et Universitaire dont les formations sont reconnues par la Ligue contre le Cancer.

Les séances se font en groupe de 5 à 10 personnes avec une durée de séance de 1h30 en salle.

En complément est proposé pour ceux qui le souhaitent et dont les capacités le permettent, **1h de marche en extérieur** (exemples : Camin Adour, Lac de Soues, Lac de Bours...).

Les séances sont prises en charge en totalité par le pôle Réseau de relais santé Pyrénées, en partenariat avec la Ligue contre le cancer.

Elles se déroulent à l'adresse suivante : **La Maison Sport Santé 8 avenue Pierre de Coubertin 65000 Tarbes.**

Nous souhaitons développer l'APA sur d'autres bassins (Bagnères de Bigorre, Argelès-Gazost, Tournay, Lourdes, Lannemezan, etc.)

Donc n'hésitez pas à nous contacter !

Comment en bénéficier ?

Soit d'en parler à votre médecin : généraliste ou oncologue pour qu'il contacte le pôle Réseau de RESAPY.

Soit de nous contacter :
Standard du pôle Réseau : 05 62 93 11 12
en expliquant que vous êtes intéressé par l'APA.