

Comment participer au programme de la Clinique ?

Parlez-en à votre oncologue qui nous adressera une demande par courrier médical.

La clinique organisera avec vous une rencontre préalable à l'entrée dans le parcours, avec l'équipe pluridisciplinaire.

Le médecin coordonnateur fixera, en accord avec vous, les objectifs du séjour.

Notre équipe vous proposera un parcours avec des activités collectives et individuelles par demi-journées.

Notre objectif est de promouvoir l'Activité Physique Adaptée (APA) auprès de patientes atteintes du cancer. Les APA améliorent la qualité de vie, le bien-être et l'estime de soi. Pratiquer une activité physique adaptée régulière diminue le risque de rechute.

Parcours sur 14 semaines, 3 fois/semaine : le matin (mardi, jeudi et vendredi) ou l'après-midi (lundi, mercredi, vendredi).

Nos partenaires :

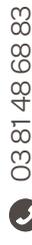


Plan d'accès

Hospitalisation à Temps Partiel
Accès par l'accueil de l'établissement
Au 1^{er} étage suivre les marquages au sol



CLINIQUE SAINT VINCENT



03 81 48 68 83



40 chemin des Tilleroyes 25044 Besançon Cedex



elsan.care/fr/clinique-saint-vincent



Hospitalisation à Temps Partiel

APA Cancer

Post-traitement



Hospitalisation à Temps Partiel - **APA Cancer**



03 81 48 68 83



virginie.barnabe@elsan.care



Accueil

- S'informer sur le déroulé du programme.
- Transmettre ses informations administratives et médicales.

IDE coordinatrice

Médecine

- 3 consultations médicales durant le parcours.

Médecin

Activité physique

- Apprendre à pratiquer en fonction de ses capacités.
- Intégrer l'activité physique à sa vie quotidienne.
- Se reconditionner à l'effort.

Ateliers

- Marche nordique.
- Renforcement musculaire.
- Réentrainement à l'effort.
- Activités aquatiques.

Enseignant en Activité Physique Adaptée - Kinésithérapeute



Psychologie & neuropsychologie

- Observer son fonctionnement.
- Nommer et décoder les émotions en lien avec les ressentis corporels.
- Aller à la découverte de soi.
- Mieux comprendre et stimuler ses capacités cognitives.

Ateliers

- Séances individuelles avec psychologue.
- Ateliers de stimulation cognitive + proposition de bilan neuropsychologique.



Psychologue - Neuropsychologue - Conseillère en image

Nutrition

- Observer et comprendre les comportements alimentaires.
- Prendre conscience de ce que je mange.
- Prendre plaisir à manger.
- Lutter contre la dénutrition.

Ateliers

- Mythes et croyances alimentaires.
- L'équilibre alimentaire.
- Lecture étiquette.



Diététicienne

Hospitalisation à Temps Partiel - APA Cancer

☎ 03 81 48 68 83



✉ virginie.barnabe@elsan.care