

Activité **P**hysique **A**daptée
à domicile

YOUNG ONCO', PULSE

Financée par :



En partenariat avec :



YOP est un programme d'accompagnement en Activité Physique Adaptée à domicile, destiné aux **jeunes patients du Centre Oscar Lambret** âgés de **3 à 25 ans**. Chaque enfant ou jeune **orienté par son onco-pédiatre** peut intégrer un programme **personnalisé** de 10 séances **gratuites**, sur mesure, à domicile, **adaptées à ses envies**.

Continuité et éducation aux bonnes pratiques :

Proposée au sein de l'unité d'onco-pédiatrie, l'APA est donc **prolongée lors du retour au domicile**. En effet, il y a beaucoup d'intervenants associatifs ou institutionnels dans le service d'onco-pédiatrie. En revanche, le retour au domicile est rendu plus difficile par **l'isolement et l'absence d'intervenants**. L'objectif final est une **action passerelle d'inclusion en clubs sportifs**, ou **l'ancrage d'une pratique régulière et autonome**.

Les objectifs spécifiques :

L'activité physique adaptée est **reconnue scientifiquement comme soin de support** des plus efficaces en oncologie car elle permet **l'acquisition de pratiques vertueuses pour accompagner les soins et prévenir les rechutes**.

Nous travaillons sur deux grands axes :

La rééducation physique :

- **reconditionnement** à l'effort
- **réduction des déficits cognitifs et/ou moteurs**
- **diminution des séquelles neurologiques**, de la **fatigue** et des **douleurs**
- **détoxifiant** : élimination des traitements

La réhabilitation psychosociale :

- accompagner pendant le retour à la vie sociale pour retrouver **confiance en soi**, notamment face aux problématiques de stigma et d'exclusion liées aux grands symptômes des traitements du cancer (alopécie, handicap, fatigue, cicatrices, douleurs...).
 - apprendre à apprivoiser ces séquelles en développant des compétences d'**adaptation** et de **compensation**
 - cheminer en **résilience** avec un nouveau corps et une nouvelle identité pour faire de cette expérience une force.
-