



## Lancement d'un programme d'Activité Physique dédié aux professionnels des établissements de santé

Avec une forte sédentarisation de nos activités, on estime que 76% des Français ne sont pas suffisamment actifs<sup>1</sup>. En parallèle, les salariés passent environ un tiers de leur temps sur leur lieu de travail et 84% d'entre eux souhaiteraient que leur employeur prenne en charge l'organisation d'activités physiques<sup>2</sup>. Le lieu de travail peut donc être un espace propice à la pratique d'une activité physique.

La période de crise sanitaire actuelle accentue le stress, la fatigue et la pression auxquels sont soumis les professionnels de santé. Or, l'activité physique constitue un véritable vecteur de santé physique, psychique et sociale, qui participe notamment à la diminution du stress et à l'amélioration du bien-être global des salariés et qui fait partie intégrante de la prévention.

C'est dans cette optique, et en s'appuyant sur une expertise de plusieurs années au sein de grandes entreprises, que la CAMI Sport & Cancer a développé un programme d'activité physique dédié aux professionnels de trois établissements de santé partenaires.

**Principal objectif du projet : répondre à une demande forte et récurrente des professionnels de santé, avec qui la CAMI travaille déjà pour la prise en charge des patients, afin de leur proposer une pratique physique personnalisée.**

### Le programme en pratique

Le programme, démarré à la rentrée pour une durée de trois mois dans trois établissements de santé partenaires de la CAMI : l'IUCT-Oncopole à Toulouse, l'Institut de Cancérologie de l'Ouest, site de Nantes / Saint-Herblain et le CHD Vendée de la Roche-sur-Yon, rencontre déjà un franc succès auprès des professionnels de santé.

En pratique, chaque professionnel souhaitant intégrer le programme peut bénéficier de deux séances collectives d'activité physique de 40 minutes par semaine. Ces séances, encadrées par des Praticiens en Thérapie Sportive de la CAMI, sont personnalisées en fonction des besoins, capacités et envies de chacun grâce à un bilan de santé initial et individuel. Elles s'appuient sur une pratique physique basée sur l'étude du mouvement humain, le Médiété®, qui vise à conserver ou reconstruire l'équilibre du système musculosquelettique pour réduire les douleurs, diminuer la fatigue et rendre à nouveau le corps agile et tonique. Pour cela, le Médiété® se concentre essentiellement sur le placement juste du corps, la précision dans la réalisation des mouvements et la capacité à ressentir et mobiliser le squelette et les muscles de la manière dont nous le souhaitons. Par ailleurs, afin de s'adapter aux contraintes des prises ou fin de poste, les séances sont programmées prioritairement en début (échauffement) et fin de journée (détente et récupération). Enfin, une étude de satisfaction sera menée afin de juger de l'impact du programme.

### Des bénéfices importants pour le bien-être au travail

D'après l'Organisation Mondiale de la Santé, la pratique d'une activité physique régulière et soutenue est bénéfique pour la santé et contribue à la prévention des principales maladies chroniques.

<sup>1</sup> OpinionWay et IRMES pour Attitude Prévention, 2016

<sup>2</sup> Decathlon, 2015

### Etablissements partenaires



De plus, les bienfaits de l'activité physique sont maintenant bien documentés pour les professionnels :

- Diminution du stress<sup>3</sup>
- Augmentation de la motivation<sup>4</sup>
- Valeurs de dynamisme, de mouvement et d'équipe<sup>5</sup>
- Diminution des maladies professionnelles (comme les troubles musculo-squelettiques ou les cancers)
- Amélioration du bien-être général et de l'espérance de vie<sup>6</sup>
- Recul de la dépendance<sup>6</sup>
- Etc.

Pour le Dr Caunes-Hilary, Chef du Département de Soins de Supports de l'IUCT-Oncopole à Toulouse, ce programme bénéficiera également indirectement aux patients : « Depuis 2017, grâce à notre partenariat avec la CAMI, nous pouvons proposer à nos patients de pratiquer une activité physique adaptée tout au long de leur parcours de soins. Aujourd'hui nous sommes ravis de voir notre partenariat évoluer avec ce projet pilote destiné à tout le personnel de l'IUCT- Oncopole. Au-delà du bénéfice individuel que ces séances pourront apporter à nos professionnels, cela permettra aussi à certains de le recommander à nos patients. »

Ce dispositif, qui a vocation à se développer dans d'autres établissements de santé, s'inscrit dans la continuité d'une initiative de la CAMI qui a vu plus de 600 professionnels de santé bénéficier de vidéos de Médiété® pendant le confinement du printemps 2020 et se veut être une réponse innovante et adaptée supplémentaire aux besoins des professionnels des établissements de santé.

### À propos de la CAMI Sport & Cancer

La CAMI Sport & Cancer est la première association qui développe et structure l'activité physique en cancérologie et en hématologie. Créée en 2000, elle est actuellement présente dans 28 départements, une trentaine d'hôpitaux et près de 80 villes en France, ce qui lui permet d'accompagner près de 3 500 patients par semaine et de bénéficier d'une reconnaissance médicale, institutionnelle et universitaire. La CAMI Sport & Cancer dispose également de 4 Maisons Sport-Santé, à Nice, Toulouse, Paris et Rouen.

Afin de pouvoir accompagner chaque patient sur l'ensemble de son parcours de soins et de vie, la CAMI Sport & Cancer a développé un modèle d'intervention unique et novateur en trois phases complémentaires :

- 1- à l'Hôpital pour les patients en début ou en cours de traitement (au sein de « Pôles Sport & Cancer » mis en place dans des services d'Oncologie, d'Hématologie, d'Adolescents et Jeunes Adultes ou d'Hémo-Onco-Pédiatrie),
- 2- en Ville pour les patients en cours ou fin de traitement ou en début de rémission (grâce à des séances en ambulatoire),
- 3- dans des Clubs sportifs partenaires pour les patients en rémission complète (via un réseau de clubs partenaires dont les intervenants ont été sensibilisés).

Depuis 2020, l'association propose également un accompagnement à distance pour les patients souhaitant pratiquer une activité physique thérapeutique depuis leur domicile. Ce programme à distance est composé de téléconsultation, séances vidéo et séances en visioconférence.

Les programmes de la CAMI sont encadrés par des Praticiens en Thérapie Sportive : des experts, professionnels du sport et de la santé, tous détenteurs du Diplôme Universitaire « Sport et Cancer ».

[www.sportetcancer.com](http://www.sportetcancer.com)

### A propos de l'IUCT-Oncopole

L'IUCT-Oncopole est l'établissement, associant l'Institut Claudius Regaud et plusieurs équipes du CHU de Toulouse soit l'expertise de 1 800 professionnels spécialisés en cancérologie. Trois missions lui sont confiées : le soin, la recherche et l'enseignement. Adossé à l'IUCT-Oncopole, le Centre de recherches en cancérologie de Toulouse (CRCT) regroupe 18 équipes

<sup>3</sup> INSERM, 2019

<sup>4</sup> Quantum Workplace, 2015

<sup>5</sup> PNAPS, 2008

<sup>6</sup> MEDEF, CNOSEF et AG2R La Mondiale, 2015

### Etablissements partenaires



de recherche fondamentale et translationnelle, soit 430 chercheurs, cliniciens et personnels des services support. Le site est labellisé Comprehensive Cancer Center. L'IUCT-Oncopole est situé au cœur du campus Santé du futur regroupant des acteurs privés et publics investis dans la lutte contre le cancer.

[www.iuct-oncopole.fr](http://www.iuct-oncopole.fr)

Bilan Activité 2020 | Version complète du rapport disponible [ici](#) - Vidéo de présentation [ici](#)

## A propos de l'Institut de Cancérologie de l'Ouest

### L'INSTITUT DE CANCÉROLOGIE DE L'OUEST (ICO) : UN CENTRE EXPERT

L'ICO, Centre de Lutte Contre le Cancer, accueille chaque année près de 46 000 patients sur ses deux établissements dans les Pays de la Loire :

- À Angers (siège social)
- À Nantes/Saint-Herblain

### UNE MÉDECINE DE POINTE AU SERVICE DES PATIENTS

Spécialisés en cancérologie, les professionnels de l'ICO accompagnent les patients à toutes les étapes de leur parcours de soins, de manière personnalisée, innovante et multidisciplinaire. Du diagnostic rapide à la chirurgie, la chimiothérapie, la radiothérapie, la prise en charge s'étend également aux soins de support, très développés dans l'établissement.

### L'INTÉGRATION DES SOINS, DE LA RECHERCHE ET DE L'ENSEIGNEMENT

L'activité Recherche de l'ICO, mission à part entière, s'exerce du niveau fondamental jusqu'aux essais cliniques en passant par la recherche de transfert. Elle se décline dans toutes les disciplines de la cancérologie : oncologie médicale, radiothérapie, chirurgie, anesthésie, médecine nucléaire, imagerie médicale, soins de support, sciences humaines.

À travers sa mission enseignement, l'Établissement forme les professionnels de demain en cancérologie.

L'Institut de Cancérologie de l'Ouest est aujourd'hui un centre de référence régionale, nationale et internationale.

<https://www.institut-cancerologie-ouest.com/>

## A propos du Centre Hospitalier départemental Vendée

Le CHD Vendée est l'établissement public de santé de référence de La Vendée. L'établissement propose une offre de soins complète et de proximité sur l'ensemble de ses 3 sites qui permet chaque année la réalisation de 340 000 consultations et 80 000 hospitalisations. Acteur reconnu du soin, de la prévention, de la formation et de la recherche en santé, le CHD Vendée compte 4000 professionnels dont 350 médecins. « Notre mission : prendre soins de votre santé ».

[www.chd-vendee.fr](http://www.chd-vendee.fr)

### Contacts presse

**CAMI SPORT & CANCER**

Cindy LETUPPE

07 82 27 78 43

[cindy.letuppe@sportetcancer.com](mailto:cindy.letuppe@sportetcancer.com)

### Etablissements partenaires

