
3èmes RENCONTRES NATIONALES SPORT & MUCOVISCIDOSE

3èmes RENCONTRES NATIONALES SPORT & MUCOVISCIDOSE

Organisées avec le soutien de :

L'INSEP : Institut national du sport, de l'expertise et de la performance

Jeudi 4 Octobre 2018

INSEP – Paris

INSEP

*Organisées par l'association Etoiles des Neiges
et l'association Vaincre la Mucoviscidose*

Les Laboratoires Ménarini / Isoxan Sport

ISOXAN SPORT
VITAMINES - MINÉRAUX - ANTI-OXYDANTS



MATINEE

8h15 à 8h45 : ACCUEIL café croissants

RDV Salle 1900 pour toute la matinée et le déjeuner

Ouverture des 3èmes Rencontres Sport & Mucoviscidose

8h45 : Ouverture des 3èmes Rencontres

Dr Anne Farge (directrice médicale de l'association Vaincre la Mucoviscidose) et Marianne Bréchu (présidente de l'association Etoiles des Neiges)

9h-9h15 : Tour de France des projets APA & Mucoviscidose : partage d'expériences.

Marianne Bréchu (Association Etoiles des Neiges)

9h15-9h30 : Point sur les nouveaux traitements et l'activité physique

Dr Anne Farge (Vaincre la Mucoviscidose)

Session 1- Optimiser les contenus et approches des prises en charge en APA

9h30-9h50 : Séjour en SSR et suivi APA : immersion en séjour de réhabilitation

Carole Salou & David Hérieux (kiné et APA CRCM Roscoff)

9h55-10h15 : Prise en charge en APA et oxygénothérapies : périmètre d'action

Déborah Fuchs (APA CRCM Necker & Debré), Johan Godin (APA CRCM adultes Lille)

10h15-10h30 : pause & boissons

10h30-10h55 : prises en charge en APA post-greffe ou à distance : spécificités des greffés

Dr Sandra de Miranda et Kaline Prouvez (kiné) - (CRCM Foch-centre de transplantation)

Avec le témoignage d'un adulte greffé, très sportif et kiné spécialisé sport

10h55-11h15 : Optimiser le « coaching APA » des adultes : approche globale et outils

Mélanie Le Cozler (APA CRCM Foch & Cochin) et Amélie Fuchs (APA CRCM Grenoble)

11h15-11h55 : Format d'entraînement pour l'APA : optimiser progression et autonomie

Mélanie Le Cozler (APA, CRCM Foch & Cochin) & témoignages de plusieurs APA

Avec le témoignage d'une jeune femme adulte sportive et jeune maman

12h-12h30 : Entraînement de haut niveau : dernières techniques et transfert vers l'APA

Jean Slawinski (Enseignant chercheur- Université STAPS Nanterre)

Avec le témoignage d'un adulte greffé, très sportif et kiné spécialisé sport

DEJEUNER (buffet, salle « Paris 1900 ») : 12h30 à 13h30

Merci de profiter du déjeuner pour mettre vos tenues de sport.

APRES-MIDI

Session 2- Expérimenter ensemble les techniques d'entraînement et de ventilation

13h30-13h45 : déplacement sur les installations sportives (en tenue de sport)

13h45 à 15h45 : participation aux 4 ateliers pour tous, en 4 groupe, avec rotation

Halle Maigrot

Atelier Cardio (20mn) : travail en intermittent sur machines et sans machine

Amélie Fuchs (APA, CRCM Grenoble) et Charlotte Gennari (kiné, CRCM Caen)

Atelier Renforcement musculaire (20mn) : travail en circuit training et proprioception

Mélanie Le Cozler (APA, CRCM Foch-Cochin) et Florence Parreira (APA CRCM Toulouse)

Halle Maigrot

Atelier ventilation (20mn) : apprentissage de la ventilation

Marianne Bréchu (Etoiles des Neiges) et Déborah Fuchs (APA, CRCM Necker & Debré)

Atelier relaxation (20mn) : technique de cohérence cardiaque et relaxation

Johan Godin (APA CRCM Lille)

15h45-16h : retour à la salle 1900 pour le goûter du sportif

16h00-16h15 : conseils hydratation et nutrition adaptés à Sport & Mucoviscidose

Hélène Bernard (Diététicienne CRCM Lille)

16h15 : CLOTURE DES 3^e RENCONTRES SPORT & MUCOVISCIDOSE

Dr Anne Farge (directrice médicale de l'association Vaincre la Mucoviscidose) et Marianne

Bréchu (présidente de l'association Etoiles des Neiges)

16h15-17h : échanges libres et ateliers dégustations de boissons et produits énergétiques

Prévoir : tenue de sport et baskettes !

