

SOUS RÉSERVE DE L'ÉVOLUTION DE LA SITUATION SANITAIRE

## RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

### ORGANISATION SCIENTIFIQUE

Clara Bottai, Psychologue clinicienne,  
Enseignante de yoga &  
Anne Dezamis, Psychologue clinicienne,  
Instructeur Mindfulness - Institut Paoli-Calmettes - Marseille

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Département Enseignement-Formation  
Institut Paoli-Calmettes  
232, Boulevard de Ste-Marguerite BP 156  
13273 Marseille Cedex 09

Tél. : 04 91 22 33 59 - Fax : 04 91 22 38 55

E-mail : [ifcm@ipc.unicancer.fr](mailto:ifcm@ipc.unicancer.fr)

### FRAIS D'INSCRIPTION

Individuel : 50 Euros

Etudiant et chômeur (sur justificatifs) : 20 Euros

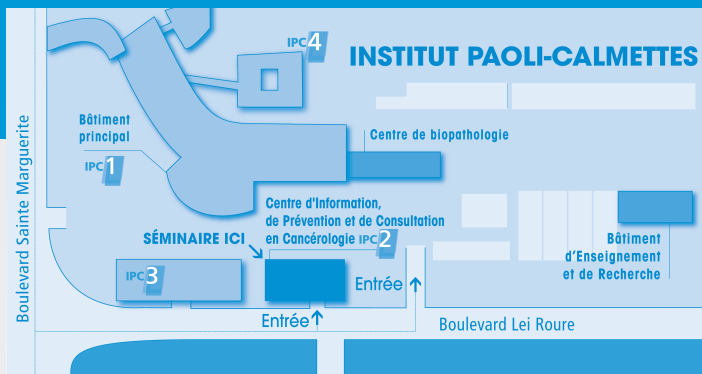
Prise en charge au titre de la Formation Professionnelle

Continue : 300 Euros

(N° d'Agrément : 93 13 000 85 13)

### LIEU

Institut Paoli Calmettes  
Salle de Conférence du Centre d'Information,  
de Prévention et de Consultation en Cancérologie (IPC 2)  
232 Bd Sainte Marguerite - 13009 Marseille



Direction de la communication - Institut Paoli-Calmettes - 07/2022



# YOGA ET MÉDITATION EN CANCÉROLOGIE

Jeudi 13 octobre 2022  
Institut Paoli-Calmettes - Marseille



# PROGRAMME

10h - 10h30

ACCUEIL DES PARTICIPANTS

10h30 - 12h

## « MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE ET GESTION DE LA DOULEUR. »

Éclairage conceptuel :

- Le modèle multidimensionnel de l'expérience douleur : la matrice douleur & les influences réciproques des différentes composantes.
- La douleur chronique et ses spécificités.
- Le modèle cognitivo-comportemental de la peur liée à la douleur.
- L'impact de la méditation de pleine conscience sur les douleurs et les processus psychiques impactés.

### Explorations pratiques

Emmanuelle DECKER,  
Psychologue & Docteur en Psychologie spécialisée IBPC, Sophrologue.

12h - 12h30

QUESTIONS ET ECHANGES AVEC LE PUBLIC

12h30 - 14h DÉJEUNER LIBRE

14h - 17h

## « L'AJUSTEMENT DE LA POSTURE POUR PRENDRE SOIN DE SOI ET DE L'AUTRE. CONTRIBUTION PSYCHOCORPORELLE DE L'ÉCOLE DE LA POSTURE JUSTE. »

*« De plus en plus, la littérature scientifique démontre l'apport d'une approche intégrative en Cancérologie. L'approche intégrative est centrée sur le patient. Elle utilise des pratiques psycho-corporelles inspirées du yoga, méditatives, des modifications du mode de vie. L'objectif est l'autonomie du patient ainsi que l'amélioration de la qualité de vie. »*

*Dans ce cadre, l'Ecole de la Posture Juste, fondée par Thierry Janssen en 2015, initie à trois outils permettant de s'accompagner soi et de s'ajuster dans les relations, en particulier thérapeutiques. Ces outils prennent racines dans la tradition et la pratique millénaire du Yoga »*

Dr Pascale FRERE,  
Médecin spécialiste en hématologie et PhD,  
chef du département de cancérologie au CHR East Belgium de Verviers.

17h - 17h30

CONCLUSION