



Association  
Hautevilloise pour la  
Recherche et l'Etude  
en Kinésithérapie

Connectons nos idées et nos savoir-faire  
en rééducation ...

Comité  
d'organisation

M. Samir BOUDRAHEM, Président de l'AHREK  
CSSR LADAPT VALENCE - ISTR LYON 1

Mme Ekaterina KOTELNIKOVA, Secrétaire de l'AHREK

Mme Delphine DELUBAC, Trésorière de l'AHREK

# 21<sup>ème</sup> Journées Nationales de Rééducation de l'AHREK

## Activités Physiques : quelles posologies pour quelles pathologies et dans quels contextes ?

### Les 4 et 5 avril 2020 à LYON

Faculté de Médecine - 8 Avenue Rockefeller - 69008 LYON (Rhône)

#### Samedi 4 avril 2020

8h00 : Accueil  
9h00 : Ouverture des journées nationales

#### Partie 1, modérateurs : Samir BOUDRAHEM et Elodie CHAPLAIS

9h15 : « Approche moléculaire des effets liés à la dose d'activité physique : le muscle squelettique comme vecteur des effets thérapeutiques »

Mme Anne-Sophie ROUSSEAU, *Nice*

9h45 : Discussions

10h00 : « L'activité physique, médicament miracle pour lutter contre la fatigue chronique »

M. Guillaume MILLET, *Saint-Etienne*

10h30 : Discussions

10h45 : Pause et visite des stands

#### Partie 2, modérateurs : Anne-Sophie ROUSSEAU et Jean-François LEMAY

11h15 : « De la prescription médicale au changement de comportement en santé de l'individu ? Les atouts de l'exercice coordonné »

M. Vivien HAUSBERG, *Montpellier*

11h45 : Discussions

12h00 : « Intérêt des activités physiques adaptées dans les pathologies osseuses »

Mme Elodie CHAPLAIS, *Nancy*

12h30 : Discussions

12h45 : « L'activité physique pour le senior, quelle dose efficace pour bien vieillir ? »

M. David HUPIN, *Saint-Etienne*

13h15 : Discussions

13h30 : Repas

#### Partie 3, modérateurs : Anne-Sophie ROUSSEAU et David HUPIN

14h30 : « La respiration suivant une atteinte neurologique : revue des évidences portant sur le renforcement des muscles »

M. Jean-François LEMAY, *Montréal*

15h00 : Discussions

15h15 : « Activité physique et paralysie cérébrale : de la pratique au scientifique »

Mme Mathilde COLLET, *Evreux*

15h45 : Discussions

16h00 : « La respiration suivant une atteinte neurologique : interventions visant à décharger le système respiratoire »

M. Jean-François LEMAY, *Montréal*

16h30 : Discussions

16h45 : Pause et visite des stands

#### Partie 4, modérateurs : Mathilde COLLET et Samir BOUDRAHEM

17h15 : « Auto-rééducation et activités physiques pour les personnes en post-AVC »

M. Jean-Michel GRACIES, *Créteil*

17h45 : Discussions

18h00 : « Activité physique en neurologie centrale : Quels effets pour quelle posologie ? »

Mme Edith COMEMALE, *Lyon*

18h30 : Discussions

18h45 : « Quelle posologie d'activité dans le traitement de l'obésité et des pathologies associées ? »

M. Sébastien LE GARF, *Nice*

19h15 : « Traitement pluridisciplinaire de la personne obèse : exemple d'un protocole associatif »

Mme Coralie DUMOULIN, *Lyon*

19h45 : Discussions

20h00 : Synthèse et clôture de la première journée

#### Dimanche 5 Avril 2020

#### Partie 5, modérateurs : Samir BOUDRAHEM et Vincent FERRING

9h00 : « Blood Flow Restriction : une alternative pour créer de l'hypertrophie sans charges lourdes ! »

M. Benjamin BEN ZAKI et M. Romain DOLIN, *Montpellier*

9h30 : Discussions

9h45 : « Atelier activité physique adaptée à des fins de santé »

M. Sébastien LE GARF, *Nice*

10h15 : Discussions

10h30 : « Danse et pathologies chroniques : quels effets et quelles modalités ? »

Mme Violette BRUYNEEL, *Genève*

11h00 : Discussions

11h15 : Pause et visite des stands

#### Partie 6, modérateurs : Violette BRUYNEEL et Samir BOUDRAHEM

11h45 : « Activités physiques aquatiques après chirurgie oncologique du sein »

Mme Virginie KLUKA, *Lille*

12h15 : Discussions

12h30 : « Jeux paralympiques à Paris en 2024 : Un accélérateur pour la société, pour la promotion du sport santé des PSH mais aussi pour la compréhension de l'adaptation de la charge d'entraînement »

M. Vincent FERRING, *Nancy*

13h00 : Discussions

13h15 : « Importance du contrôle lombo pelvi fémoral ou core stability dans l'optimisation de la pratique d'une activité physique comme stratégie thérapeutique »

M. Mathias WILLIAME, *Nîmes*

13h45 : Discussions

14h00 : Synthèse et clôture du Congrès

Samir BOUDRAHEM  
Président de l'AHREK  
06 61 77 63 24  
www.ahrek.com

#### Moyens d'accès :

Accès en voiture :  
Prendre Direction Lyon centre, puis suivre Lyon Grange  
Blanche / Lyon Monplaisir / Vinatier / Hôpitaux Est.

#### Accès en train :

Rejoindre le métro D et descendre à Grange Blanche.  
De la gare Part Dieu, prendre le métro B direction  
Oullins et descendre à Saxe Gambetta, puis prendre le  
métro D direction Gare de Vénissieux et descendre à  
Grange Blanche



Association  
Hautevilloise pour la  
Recherche et l'Etude  
en Kinésithérapie  
*Connectons nos idées et nos savoir-faire  
en rééducation ...*

Comité  
d'organisation

M. Samir BOUDRAHEM, Président de l'AHREK  
CSSR LADAPT VALENCE - ISTR LYON 1

Mme Ekaterina KOTELNIKOVA, Secrétaire de l'AHREK

Mme Delphine DELUBAC, Trésorière de l'AHREK

## 21<sup>ème</sup> Journées Nationales de Rééducation de l'AHREK

# Activités Physiques : quelles posologies pour quelles pathologies et dans quels contextes ?

### Les 4 et 5 avril 2020 à LYON

Faculté de Médecine - 8 Avenue Rockefeller - 69008 LYON (Rhône)

## Bulletin d'inscription

Nom : ..... Prénom : .....  
Profession : ..... Mode d'exercice : .....  
Adresse : .....  
Code Postal : ..... Ville : .....  
Tél : .....  
E-mail : .....@.....

Tarifs 21 <sup>ème</sup> Journées	1 <sup>er</sup> jour de congrès	2 <sup>ème</sup> jour de congrès	L'ensemble du congrès (1 <sup>er</sup> jour + 2 <sup>ème</sup> jour)
	Inscription <u>AVANT</u> le 2 Mars 2020 au soir** :		
Tarif individuel	90€*	50€	120€*
Formation continue	130€*	80€	170€*
Etudiant en formation initiale	30€*	15€	35€*
Inscription <u>APRÈS</u> le 2 Mars 2020 :			
Tarif individuel	110€*	70€	150€*
Formation continue	160€*	100€	210€*
Etudiant en formation initiale	40€*	20€	45€*

\* Un buffet sera dressé UNIQUEMENT pour le samedi 4 Avril midi, dont le prix est inclus dans les tarifs du « 1<sup>er</sup> jour de congrès » et de « l'ensemble du congrès ».

\*\* Attention, le nombre de places est limité.

Renseignements sur le déroulement de la journée :

M. Samir BOUDRAHEM - UCBL Lyon 1 | CSSR LADAPT Valence - 06 61 77 63 24 - [www.ahrek.com](http://www.ahrek.com)  
Bulletin à renvoyer, accompagné du règlement (par chèque libellé à l'ordre de l'AHREK) à :

**M. Samir BOUDRAHEM**  
**AHREK**  
243 rue de Créqui - 69003 Lyon