

PATIENT RESSOURCE

En partenariat avec la Ligue contre le cancer 44, un patient ressource est à votre écoute pour partager et échanger selon vos besoins. En cette période de crise sanitaire, la permanence au sein de l'ICO est suspendue mais un rendez-vous téléphonique vous est proposé.

Contact accueil Ligue 44 : 02 40 14 00 14

Qu'est-ce que le patient ressource ?

Ce terme désigne une personne ayant ou ayant eu un cancer qui :

- a acquis un savoir différent ou complémentaire des professionnels de santé en ayant vécu la maladie
- souhaite donc apporter aux autres son expérience de la maladie
- est bénévole formé et accompagné tout au long de sa mission par La Ligue contre le cancer.

L'ESPACE DE RENCONTRES ET D'INFORMATION

Les accompagnatrices en santé vous proposent un espace libre d'accès dédié à l'accueil, l'information, l'échange, la rencontre pour les patients atteints de cancer et leurs proches.

Vous pouvez y trouver :

- une écoute et un accompagnement, à toutes les étapes de la maladie,
- des réunions débats, des ateliers thématiques, des activités organisées en interactivité avec les acteurs de soin...
- un accompagnement dans la recherche et la compréhension d'informations sur la maladie et ses traitements,
- les différentes ressources disponibles au sein et en dehors de l'ICO.

Vous souhaitez connaître les actualités de l'ERI®, les nouveaux ateliers, les conférences de l'ICO ? N'hésitez pas à communiquer votre adresse mail à l'accompagnatrice en santé en vous rendant directement à l'ERI® (1^{er} étage) ou par téléphone au 02 40 67 99 37.

L'ERI® est un concept fondé en 2001 par la Ligue contre le cancer, Sanofi Aventis et l'Institut de Cancérologie Gustave Roussy



SANOFI GENZYME



L'ICO est habilité à recevoir des dons, legs et versements ouvrant droit à une déduction fiscale ou réduction d'impôt.

Vous pouvez faire un don

- Par chèque à l'ordre de l'Institut de Cancérologie de l'Ouest,
- Sur le site internet www.institut-cancerologie-ouest.com rubrique **Faire un don**.

Pour plus d'informations, contactez Christophe Mouillé au 02 40 67 98 62 ou par mail à christophe.mouille@ico.unicancer.fr



ERI® - 02 40 67 99 37 - eri.nantes@ico.unicancer.fr
Lundi, mardi et jeudi : 9h à 12h30 et 13h30 à 17h
Mercredi matin : 9h à 12h30

L'Institut de Cancérologie de l'Ouest
Boulevard Jacques Monod
44805 SAINT HERBLAIN cedex
www.institut-cancerologie-ouest.com



PROGRAMME D'ACTIVITÉS

1^{er} semestre 2021

Espace de **R**encontres et d'**I**nformation®

Site de Saint-Herblain
1^{er} étage



ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES



POUR RETROUVER UN MIEUX-ÊTRE

Après un premier entretien individuel pour définir vos besoins, des activités physiques vous sont proposées en cours de traitement.

Avec Céline Brin de l'ICO et Julie Devriendt, éducatrices APA de la CAMI.

Sur rdv du lundi au vendredi.

Renseignements et inscriptions : 06 37 06 49 70 ou par mail polecami.gauducheau@sportetcancer.com

SOINS ONCO-ESTHÉTIQUES



UNE PARENTHÈSE BIEN-ÊTRE

Mado Kitege, onco-esthéticienne vous propose des séances adaptées à vos besoins pour adoucir les effets secondaires des traitements.

SOINS EN INDIVIDUEL (pour hommes et femmes)

En cabine, en chambre ou en salle de soins – durée variable suivant les soins - Sur RDV

Inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36

ATELIERS COLLECTIFS

Dessin des sourcils (durée 1h) :

De 11h à 12h : jeudi 14 janvier - jeudi 18 février - jeudi 18 mars - jeudi 10 juin, - jeudi 8 juillet

De 14h à 15h : lundi 12 avril - lundi 17 mai

Soins des ongles pour traitement Taxol/Taxotere (durée 2h) :

De 14h à 16h : mardi 12 janvier - jeudi 28 janvier - mardi 9 février - lundi 22 février - mardi 9 mars - mercredi 31 mars - mardi 20 avril - mercredi 12 mai - lundi 31 mai - mardi 13 juillet

De 10h à 12h : jeudi 17 juin

Renseignements & Inscription à l'ERI® : 02 40 67 99 37

ATELIERS COLLECTIFS PAR L'ASSOCIATION BELLE & BIEN

Des esthéticiennes bénévoles sont à votre disposition pour répondre à vos questions et vous apprendre les différentes étapes des soins de la peau et du maquillage.

Ateliers pour les femmes - de 13h30 à 15h30 : lundi 11 janvier - mardi 26 janvier - lundi 8 février - mardi 16 février - lundi 8 mars - mardi 23 mars - mardi 6 avril - lundi 19 avril - lundi 10 mai - mardi 25 mai - lundi 7 juin - mardi 22 juin - lundi 5 juillet

Atelier « BienÊtre » pour les hommes - de 14h à 16h : jeudi 18 février - de 10h à 12h : jeudi 22 avril - jeudi 24 juin

Renseignements & Inscription à l'ERI® : 02 40 67 99 37

CONSEILS ET SOINS CAPILLAIRES



SOIN DU CUIR CHEVELU

Un professionnel, partenaire de l'ICO, se met à votre disposition lors d'un rdv individuel de 30 mn

De 13h30 à 16h : jeudi 14 janvier - jeudi 11 février - jeudi 11 mars - jeudi 15 avril - mardi 11 mai - jeudi 17 juin

Renseignements & Inscription à l'ERI® : 02 40 67 99 37

AUTOUR DU FOULARD



«TRUCS ET ASTUCES» FOULARDS

Quel modèle choisir ? Comment le fixer, éviter que le foulard ne tombe ? Quelle astuce pour donner du volume ? Pour répondre à vos questions, Natacha Fays vous propose de partager avec vous son expérience et ses recherches sur le port du foulard.

Dates en attente

Renseignements & Inscription à l'ERI® : 02 40 67 99 37

PILATES



POUR LE RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Isabelle Brosseau, kinésithérapeute à l'ICO vous propose des séances d'initiation et de découverte du pilates. Tenue souple de sport obligatoire.

Le vendredi de 14h30 à 15h30

Inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36

SOPHROLOGIE



GESTION DU STRESS, DE L'ANXIÉTÉ ET DE LA DOULEUR

Isabelle Luneau, sophrologue à l'ICO vous accompagne en séance individuelle.

Tous les mercredis sur RDV

Inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36 - séance en salle de consultation

Le Docteur Valérie Souchu, sophrologue à l'ICO, vous accompagne lors de séances collectives dans la découverte et la poursuite de la sophrologie.

Les mardis (salle d'animation au 1^{er} étage) et jeudis (Maison Juvénal) de 10h à 11h30 pour les débutants, et de 11h30 à 13h pour les confirmés.

Inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36

HYPNOSE



GESTION DE L'ANXIÉTÉ, DU SOMMEIL, DE LA DOULEUR ET ARRÊT DU TABAC

Des séances d'hypnose thérapeutique vous sont proposées sur rdv en individuel au sein de l'ICO.

Avec le Dr Samia Testa, anesthésiste à l'ICO, au 02 40 67 99 41,

Pierrette Hervouet, infirmière à l'ICO, propose également des séances - inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36

CONSULTATION SEXOLOGIE



INTIMITÉ ET VIE AFFECTIVE

En cours et/ou après les traitements, vous rencontrez des difficultés dans votre intimité, au sein de votre couple, dans votre vie affective. Des professionnels de l'ICO, spécialisés en onco-sexologie sont à votre écoute pour vous accompagner. Dans un climat de confiance, vous pourrez exprimer librement vos doutes, vos craintes des impacts du traitement sur votre corps, votre image corporelle et sur votre sexualité.

Dr Josselin Sébille, sexothérapeute à l'ICO (sur rdv au 02 40 67 99 42)

Dr Aliette Dezellus, gynécologue à l'ICO (sur rdv au 02 40 67 99 59)

Sophie Allain, infirmière sexologue à l'ICO - inscription aux soins de support : 02 40 67 99 36

EXPRESSION / CRÉATION



JOUER AVEC LES MOTS

L'ERI® vous propose un atelier d'écriture créative avec Véronique Gardais pour partager un temps convivial autour des mots.

Dates en attente

Renseignements & Inscription à l'ERI® : 02 40 67 99 37