

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

1^{er} trimestre 2026

AVRIL

- 02** 15H/16H30 - Danse adaptée ●
- 07** 10H/12H - Arts plastiques ●
17h/18h30 - Parlons cognition (3^e atelier sur 4) ●
- 09** 14H/16H - Belle et bien ●
- 14** 17h/18h30 - Parlons cognition (4^e atelier sur 4) ●
- 16** 15H/16H30 - Danse adaptée ●
- 21** 13H50/16H - Ma peau et mes ongles ●
- 28** 10H/12H - Arts plastiques ●
14H/16H - Conseils capillaires ●
- 30** 15H/16H30 - Danse adaptée ●

L'ESPACE DE RENCONTRE ET D'INFORMATION

Un lieu libre d'accès pour les patients et leurs proches, animé par une accompagnatrice en santé.

Vous y trouverez écoute, échanges, ateliers, débats et information sur la maladie, les traitements et ressources disponibles au sein et en dehors de l'ICO.

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



ERI® - 02 41 35 27 03 - eri.angers@ico.unicancer.fr
Tous les lundis, mardis et jeudis de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Les vendredis semaines paires de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

L'Institut de Cancérologie de l'Ouest
15 rue André Boquel
49055 ANGERS cedex 2
www.institut-cancerologie-ouest.com



i Institut de
c Cancérologie
o de l'Ouest

unicancer PAYS DE LA LOIRE

DÉTAILS DES ATELIERS



Bien-être ●

Ma peau et mes ongles (atelier d'éducation thérapeutique) : une socio-esthéticienne de l'ICO vous accompagne pour apprendre à prendre soin de votre peau et de vos ongles pendant et après la chimiothérapie.

Conseils capillaires/nouage foulard (atelier d'éducation thérapeutique) : un prothésiste capillaire vous conseille sur le choix et l'entretien des prothèses, le soin du cuir chevelu et les techniques de nouage de foulard.

Belle et bien : les esthéticiennes bénévoles de l'association Belle & Bien vous proposent un accompagnement personnalisé pour les soins de la peau et du maquillage adapté.

Atelier maquillage correcteur : La socio-esthéticienne de l'ICO vous délivre des conseils pour une mise en beauté. Conseils, démonstration et apprentissage. Spécial Journée de la femme.



Culture et santé ●

Arts plastiques : Réalisation d'un tableau de visualisation sur plusieurs séances, un outil très efficace pour attirer le positif vers vous. C'est un guide qui permet de se tenir à ses projets et de vivre plus consciemment. Avec Véronique LAVINAY.

Danse adaptée : Séances de danse libre dédiées au lâcher-prise, à la reconnexion à soi et à l'exploration du mouvement. Chaque atelier est une invitation à se recentrer et à s'exprimer en toute liberté. Avec Elise LORIAU.



Bien-vivre ●

i Parlons cognition : 4 ateliers pour mieux connaître les fonctions cognitives et les impacts des traitements, tout en trouvant des stratégies pour pallier aux difficultés. Vous devrez vous inscrire aux 4 ateliers. Avec Ombeline BONDU, neuropsychologue.

i plus d'informations auprès de l'ERI

JANVIER

- 13** 13H50/16H - Ma peau et mes ongles ●
- 15** 14H/16H - Belle et bien ●
- 20** 10H/12H - Arts plastiques ●
14H/16H - Conseils capillaires ●
- 22** 15H/16H30 - (séance découverte) Danse adaptée ●

FÉVRIER

- 05** 15H/16H30 - Danse adaptée ●
- 10** 10H/12H - Arts plastiques ●
13H50/16H - Ma peau et mes ongles ●
- 12** 14H/16H - Belle et bien ●
- 17** 14H/16H - Conseils capillaires ●
- 19** 15H/16H30 - Danse adaptée ●

MARS

- 05** 15H/16H30 - Danse adaptée ●
- 10** 10H/12H - Arts plastiques ●
14H/16H - Maquillage correcteur ●
- 12** 14H/16H - Belle et bien ●
- 17** 13H50/16H - Ma peau et mes ongles ●
- 19** 15H/16H30 - Danse adaptée ●
- 23** 14H/16H - Conseils capillaires ●
- 24** 17H/18H30 - Parlons cognition (1^{er} atelier sur 4) ●
- 31** 17h/18h30 - Parlons cognition (2^e atelier sur 4) ●

Les ateliers sont sur inscription auprès de l'ERI par téléphone
02 41 35 27 03 ou mail eri.angers@ico.unicancer.fr