



Une équipe pluridisciplinaire de l'ICO propose des séances d'éducation thérapeutique durant votre traitement d'hormonothérapie : pour améliorer et/ou anticiper les effets indésirables, et adopter une alimentation et une activité physique adaptée.

Une consultation préalable est nécessaire avant les dates aux séances collectives.

Renseignements et inscription aux soins de support 02 40 67 99 36

PATIENTS RESSOURCES



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, la permanence au sein.

Contact accueil Ligue 44 : 02 40 14 00 14

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 40 67 99 37 - vanessa.clouet@ico.unicancer.fr  
Lundi, mardi, mercredi et jeudi de 8h45 à 12h00  
et de 13h30 à 16h45

L'Institut de Cancérologie de l'Ouest  
Boulevard Jacques Monod  
44805 SAINT-HERBLAIN  
[www.institut-cancerologie-ouest.com](http://www.institut-cancerologie-ouest.com)

# PROGRAMME D'ACTIVITÉS

## 1<sup>er</sup> semestre 2026



**i**  
**c**  
**o**  
Institut de  
Cancérologie  
de l'Ouest  
unicancer  
PAYS DE LA LOIRE

# ATELIERS INDIVIDUELS

## SOINS ONCO-ESTHÉTIQUES



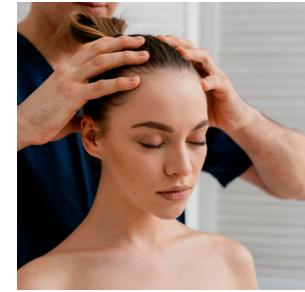
### SOINS EN INDIVIDUEL - homme / femme

Lors de votre traitement, Mado Kitenge, onco-esthéticienne vous propose des soins adaptés pour adoucir les effets secondaires. En cabine, en chambre ou en salle de soins - durée variable

Sur inscription aux soins de support - 02 40 67 99 36



## CONSEILS ET SOINS CAPILLAIRES



### SOINS DU CUIR CHEVELU

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

- Les jeudis de 13h30 à 16h : **15/01 - 12/02 - 19/03 - 30/04 - 21/05 - 25/06**

Salle d'animation de l'ERI 1<sup>er</sup> étage

Sur inscription à l'ERI® - 02 40 67 99 37

## SOPHROLOGIE

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

Isabelle Luneau, sophrologues à l'ICO vous accompagnent en **séance individuelle**.

- Tous les mercredis - **salle de consultation sur rdv**

Valérie Souchu, sophrologues à l'ICO vous accompagnent en **séance individuelle**.

- Tous les mardis de 10h à 11h30

Sur inscription aux soins de support 02 40 67 99 36



## CONSULTATION SEXOLOGIE



### INTIMITÉ ET VIE AFFECTIVE

Pendant ou après les traitements, des difficultés peuvent toucher votre intimité et votre couple. Les professionnels en onco-sexologie de l'ICO, vous accompagnent, dans un climat de confiance, pour parler vos doutes et à votre sexualité.

Avec le Dr Josselin Sébille, sexothérapeute à l'ICO **sur rdv au 02 40 67 99 42**

ou le Dr Aliette Dezellus, gynécologue à l'ICO **sur rdv 02 40 67 99 59** ou Sophie Allain infirmière sexologue à l'ICO.

Renseignements et inscription aux soins de support au 02 40 67 99 36

## HYPNOSE



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

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

Avec Pierrette Hervouet, infirmière à l'ICO **sur inscription aux soins de support - 02 40 67 99 36**

# ATELIERS COLLECTIFS

## ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES



### POUR RETROUVER UN MIEUX-ÊTRE (individuel / collectif)

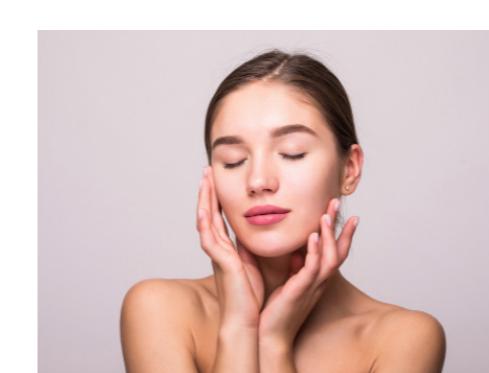
Des activités physiques vous sont proposées en cours de traitement. Avec Clotilde Simonneau et Julie Devriendt, éducatrices APA.

- Sur rdv du **lundi au vendredi**

Renseignements et inscriptions : 02 40 67 98 76 ou par mail à [Clotilde.Simonneau@ico.unicancer.fr](mailto:Clotilde.Simonneau@ico.unicancer.fr) / [Julie.Devriendt@ico.unicancer.fr](mailto:Julie.Devriendt@ico.unicancer.fr)



## SOINS ONCO-ESTHÉTIQUES FEMMES



### ATELIERS COLLECTIFS

**Dessin des sourcils et maquillage des yeux (durée 1h30)**

- De 10h30 à 12h : **13/03 - 12/06 - 15/07**
- De 14h à 15h30 : **22/01 - 17/02 - 14/04 - 07/05 - 06/08**

**Soins des ongles pour traitement taxol/taxotère (durée 2h)**

- De 10 h à 12h : **16/01 - 18/03 - 13/04 - 20/07**
- De 14h à 16h : **12/02 - 12/05 - 09/06**

**Massage en duo des mains (durée 2h)**

Partagez une séance avec la personne de votre choix pour découvrir et apprendre les bienfaits du massage des mains.

- De 10h à 12h : **28/01 - 04/03 - 10/04 - 08/06 - 27/07**

En salle d'animation ERI

Renseignements et inscription à l'ERI® - 02 40 67 99 37

### ATELIERS COLLECTIFS BELLE&BIEN

L'association Belle & Bien vous propose un atelier esthétique autour des gestes, soins, entretiens de la peau et mise en valeur.

- De 14h à 16h : **12/01 - 09/02 - 16/03 - 27/04 - 18/05 - 15/06 - 09/07 - 03/08**

Salle d'animation de l'ERI 1<sup>er</sup> étage

Renseignements et inscription à l'ERI® - 02 40 67 99 37

## SOPHROLOGIE



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

À l'ICO, le Docteur Valérie Souchu, sophrologue, anime des séances collectives pour vous initier et vous accompagner en sophrologie.

- Les jeudis de 10h à 11h30 en collectifs

En salle d'animation de l'ERI - 1<sup>er</sup> étage

Sur inscription aux soins de support 02 40 67 99 36



flyer spécifique, n'hésitez pas à demander à l'ERI