



OCTOBRE ROSE

DU 9 AU 13 OCTOBRE 2023



LUNDI 9

MIEUX VIVRE SA MALADIE

13h30 à 16h - Grand Hall

- Aides pendant un cancer : à quoi ai-je droit ??
- Je rencontre les membres de la ligue contre le cancer et je m'informe sur les Espaces Ressources Cancer
- Je rencontre l'association Mon Bonnet Rose
- Comment m'accompagner dans l'après cancer ?
- Le parcours rose et les soins de supports, c'est quoi ?

Mardi 10

BOUGER ET MANGER SAINEMENT

10h à 13h30 - Grand Hall

- Je souhaite faire de l'activité physique adapté
- C'est décidé, j'arrête de fumer
- Je souhaite recevoir des astuces et conseils diététiques
- Je découvre la brassière JOG KOKOON KALENJI
- Je découvre la Solution R.I.P.O.S.T.E Escrime Vauban Lille

MERCREDI 11

PRENDRE SOIN DE SOI

10h à 16h - Grand Hall et hôpital de jour

- Je prends soin de mes cheveux
- Je découvre les soins socio - esthétiques
- Je découvre la brassière JOG KOKOON KALENJI (10h à 12h30)

JEUDI 12

QUELS SOINS PENDANT ET APRES LES TRAITEMENTS

10h à 16h - Grand Hall et hôpital de jour

- Je prends soin de mes cicatrices
- Le kiné peut-il m'aider après la chirurgie du sein ?
- J'apprends à nouer un foulard et à utiliser un turban
- Je découvre le tatouage des sourcils

VENREDI 13

SE SENTIR BIEN

10h à 12h30 - Grand Hall et hôpital de jour

- J'apprends à nouer un foulard et à utiliser un turban
- Je découvre l'association Vivre Comme Avant
- 10h à 11h et de 11h30 à 12h30 - Hôpital de jour
- Je m'initie à la sophrologie (inscription à l'accueil central)
- 10h à 12h30 - Centre de Santé du Sein
- Séance de détente avec le casque de réalité virtuelle

**& MERCREDI
JEUDI**

**ATELIER
DEMONSTRATION
SHOW ROOM
SOUTIENS-GORGE**

à l'entrée du Grand Hall

• Au Centre de Santé du
• Sein, dans une bulle
• bien être *: Séance
• de massage

*avec le soutien institutionnel d'Astrazeneca

→ inscription à l'accueil central