

Journée d'Hygiène

Public Cible : Adultes

Activité physique adaptée

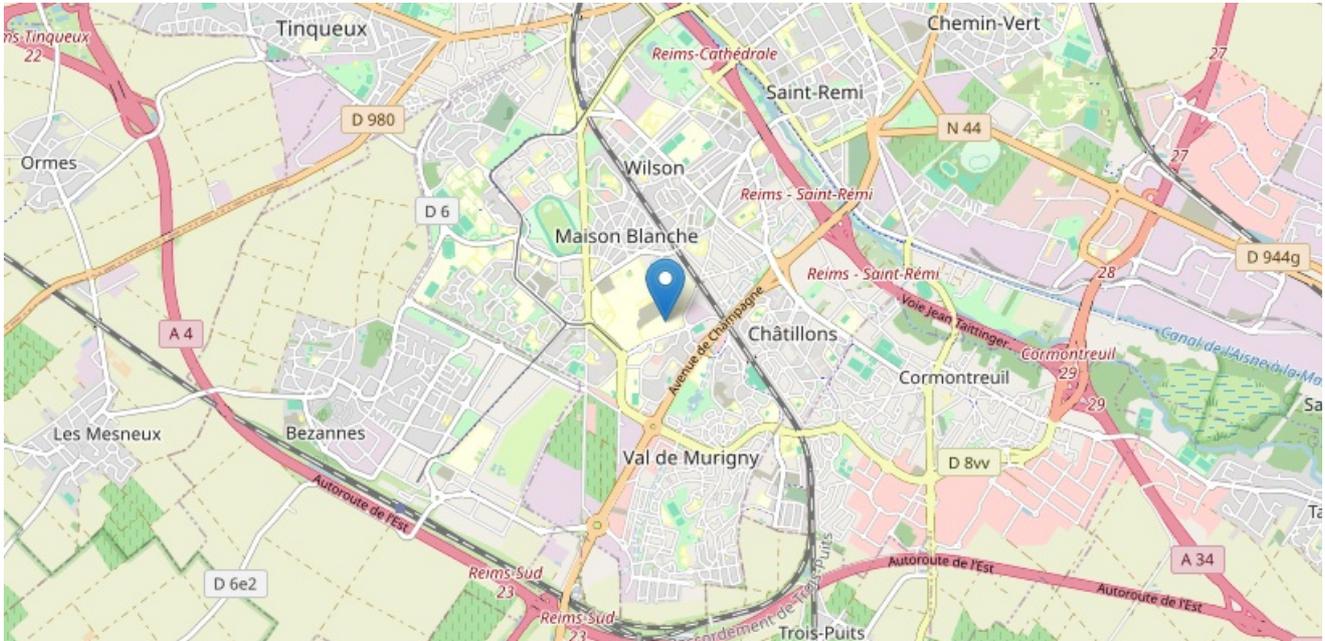
Nutrition

Bien-être et image de soi

Socio-esthétique

Soins capillaires

Bien-être



ADRESSE

1 Rue du Général Koenig
51100 Reims



INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

 Espace Rencontre et Information: 03 26 50 41 91

 Secrétariat département soins de support: 03 26 50 43 73

 Espace Rencontre et Information : eri@reims.unicancer.fr

 Secrétariat département soins de support : disspo@reims.unicancer.fr

 <https://www.institutgodinot.fr>



STRUCTURE

INSTITUT GODINOT
1 Rue du Général Koenig
51100 Reims

Baptisée du nom de la Déesse de la prévention, cette journée sur l'Institut est proposée à des patientes débutant un traitement adjuvant pour un cancer du sein.

Ses objectifs sont la prévention de la prise de poids qui peut survenir pendant la chimiothérapie, l'amélioration de la qualité de vie pendant les traitements et faire du lien.

Animée par des professionnels de l'Institut, dans une ambiance conviviale et bienveillante avec une attention portée à chacune.

Groupe de 6 à 8 personnes

Au programme 4 ateliers :

Le matin, après un café de bienvenue :

- Pourquoi et comment avoir une activité physique pendant les traitements?
- Quelle alimentation pendant les traitements?

Après un déjeuner pris ensemble, patientes et professionnels, l'après midi est consacré au bien-être :

- Comment garder confiance en soi et en sa féminité : conseils et mise en beauté coiffure, maquillage
- Apprendre à gérer son stress avec l'hypnose.

Les patientes repartent avec des livrets et flyers d'information, des échantillons de cosmétiques, une clé USB avec une séance d'autohypnose.