

## CYCLE D'ATELIERS THÉMATIQUES

### « MIEUX VIVRE L'HORMONOTHÉRAPIE » (DE JANVIER À MAI 2022)

Vous êtes une femme suivie pour un cancer du sein hormonodépendant ? Vous suivez un traitement hormonal qui est peut-être accompagné d'effets indésirables difficiles à gérer ? Ce cycle vous propose des outils pratiques et théoriques pour vous aider à mieux vivre votre hormonothérapie.

#### ► STRUCTURE DU CYCLE :

- 8 ateliers thématiques de 2 heures accueillant 10 participantes, offrant un espace de parole et de formation. Ces ateliers sont animés par des experts en soins de support : onco-psychologue, onco-coach, Dr en médecine intégrative et kinésithérapeutes
- 12 séances hebdomadaires d'1 heure de revalidation cardio et musculaire encadrée par des kinésithérapeutes
- 3 consultations individuelles chez un médecin spécialisé en médecine intégrative



#### ► CONDITIONS D'ADMISSION :

- Être une femme âgée de moins de 68 ans
- Être suivie pour un cancer du sein hormonodépendant non métastatique
- Avoir entamé le traitement hormonal au moment du 1er atelier
- Ne pas avoir de chimiothérapie, d'immunothérapie ou de radiothérapie programmées le temps de la durée du cycle
- Ne pas avoir d'opération chirurgicale programmée le temps de la durée du cycle
- S'engager à participer à la totalité des activités du cycle (ateliers, revalidation physique et consultations médicales)

#### ► INFORMATIONS PRATIQUES :

Deux groupes de 10 participantes seront programmés à des jours et à des horaires différents :

- **Groupe 1 :**
  - Ateliers thématiques : Mardi de 18h à 20h au Centre Pérou à Boitsfort
  - Séances de revalidation physique : Mercredi de 19h à 20h, lieu à communiquer
  - Consultations individuelles de médecine intégrative : Sur rendez-vous au 'Pop-Up' Re-source à l'Hôpital Delta à AuderghemVoir le thème des ateliers et le calendrier dans les pages annexes
- **Groupe 2 :**
  - Ateliers thématiques : Mardi de 16h à 18h au Centre Pérou à Boitsfort
  - Séances de revalidation physique : Mercredi de 18h à 19h, lieu à communiquer
  - Consultations individuelles de médecine intégrative : Sur rendez-vous au 'Pop-Up' Re-source à l'Hôpital Delta à AuderghemVoir le thème des ateliers et le calendrier dans les pages annexes

La participation à l'ensemble du cycle est gratuite.

Les ateliers thématiques ainsi que les séances de revalidation physique sont prévus en présentiel ; dépendant de l'évolution de la situation COVID 19, ils pourraient être planifiés en visioconférence.

#### ► PROCEDURE D'ADMISSION :

- Selon leur préférence d'horaire, les candidates sont invitées à compléter **un seul formulaire** de demande de participation via le lien suivant :
  - Groupe 1 (ateliers le mardi de 18h à 20h et revalidation le mercredi de 19h à 20h) : <https://bit.ly/3C0q8ki>
  - Groupe 2 (ateliers le mardi de 16h à 18h et revalidation le mercredi de 18h à 19h) : <https://bit.ly/3qiG8Mh>
- Les candidates répondant aux conditions d'admission sont reçues par l'onco-psychologue au fur et à mesure des pré-inscriptions (ceci permet de s'assurer de la bonne adéquation entre les attentes et le programme proposé)
- Les inscriptions en ligne sont clôturées dès que les 2 groupes de 10 participantes sont complets
- La confirmation de la participation au cycle est communiquée au plus tard le 20 décembre 2021

► L'ÉQUIPE :

- Onco-coach : Brigitte Hermans
  - Onco-psychologue : Daphné Grulois
  - Kinésithérapeutes : Françoise Nicaise, Florence Burton, Justine Lageirse
  - Médecine intégrative : Docteur Ingrid Theunissen, gynécologue et spécialisée en médecines complémentaires
  - Chef de projet : Janik Nicodème
- 
- **CYCLE OUVERT À TOUTES LES PATIENTES, QUEL QUE SOIT L'ÉTABLISSEMENT HOSPITALIER DANS LEQUEL ELLES SONT SOIGNÉES •**