



L'Association SOSUCA vous propose des activités sur le site d'Annecy, gratuites pour vous. Pour en bénéficier, parlez-en à votre médecin ou à l'équipe qui vous prend en charge au Centre Hospitalier Annecy Genevois (CHANGE).

À QUI S'ADRESSENT LES ACTIVITÉS ?

Les séances individuelles s'adressent à tout(e) patient(e) suivi au CHANGE, au sein du Pôle Cancérologie, hospitalisé(e) ou non.

COMMENT INTEGRER UNE PRISE EN CHARGE ?

- Soit de manière personnelle
- Soit après conseil de votre médecin, de la psychologue ou d'un membre de l'équipe du service



AIDEZ-NOUS À PÉRÉNNISER CES SOINS GRATUITS POUR LES PATIENTS

Oui, je fais un don à l'ASSOCIATION SOSUCA, qui sera affecté au financement des activités proposées aux patients (Activité Physique Adaptée, Socio-esthétique ou Art - thérapie).

NOM ou SOCIÉTÉ :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Coupon réponse à renvoyer, accompagné d'un chèque à l'ordre de : ASSOCIATION SOSUCA, à envoyer à :

ASSOCIATION SOSUCA
Service d'Oncologie
Centre Hospitalier Annecy Genevois
1 avenue de l'Hôpital
BP 90074 - Metz Tessy
74374 PRINGY cedex



ASSOCIATION SOINS DE SUPPORT EN CANCÉROLOGIE

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Avec Chrystel BOURGEOIS,
Éducatrice en Activité Physique Adaptée

Dans le service de Rééducation B2 (Site Annecy).

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA) regroupe l'ensemble des activités physiques adaptées aux capacités de chaque personne dans l'objectif d'améliorer ou de maintenir la santé de celle-ci. Pas d'idée de compétition ici ni de performance mais bien de santé et de bien-être. L'APA permet de retrouver confiance en son corps et ses capacités, passer du corps « souffrance » au corps plaisir.

OBJECTIFS :

- Diminution de la fatigue.
- Amélioration de la qualité de vie, du sommeil.
- Lutte contre les variations de poids, la perte de masse musculaire, le déconditionnement cardio-respiratoire (essoufflement).

À QUI S'ADRESSE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE ?

A tous les patients atteints d'un cancer, quel qu'il soit, et quel que soit le stade du traitement. L'APA peut être pratiquée sans danger pendant la chimiothérapie et/ou la radiothérapie mais aussi après les traitements. Les séances ont lieu le lundi après-midi ou le mercredi après-midi de 15 h à 16 h ou de 16 h à 17 h. POUR PRENDRE RDV : 04-50-63-67-06 (secrétariat de rééducation tlj) / ou par mail apa.onco.chra@gmail.com La pratique de l'APA nécessite une prescription médicale. Parlez en avec le médecin de l'hôpital qui vous suit.



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Avec Raphaëlle REY-MILLET,
Socio-esthéticienne

Dans l'unité d'Oncologie médicale et l'Hôpital de Jour d'Oncologie A2 (Site Annecy).

Tous les mardi et jeudi de 8 h 30 à 17 h dans la chambre du patient (horaires à vérifier).

LA SOCIO-ESTHETIQUE est une spécialisation de l'esthétique adaptée aux personnes en souffrance. Par des techniques douces et progressives, par l'écoute et la relation humaine, la socio-esthétique est une aide pour se reconstruire, au travers de l'image corporelle et du soin de soi.

OBJECTIFS

- Retrouver la confiance en soi
 - Réhabiliter son image corporelle
 - Revaloriser la personne
 - Retrouver du plaisir à s'occuper de soi
- SOINS ADAPTES AUX PROBLEMES SPECIFIQUES DE LA PERSONNE :
Visage, mains, pieds, corps.
LA PERSONNE EN SOUFFRANCE Y TROUVE RECONFORT, BIEN -ETRE ET DETENTE.

En partenariat avec CEW et le CHANGE :

Les Centres de Beauté
CEW FRANCE
cosmetic executive women



ET D'AUTRES PROJETS À VENIR : art thérapie à dominante arts plastiques, équipements d'espaces dans les services en vélos d'appartement ...



ART-THÉRAPIE

Avec Fabrice CHARDON,
Art-thérapeute, musicien, diplômé de la faculté de médecine de Tours et docteur en psychologie clinique

Dans l'unité d'Oncologie médicale et l'Hôpital de Jour d'Oncologie au A2 (Site Annecy).

De 8 h 30 à 11 h 30 directement dans les chambres (à vérifier).

QU'EST-CE QUE L'ART-THÉRAPIE ?

L'art-thérapie est l'exploitation des potentiels artistiques dans une visée thérapeutique ou humanitaire. En cela, l'art-thérapie s'adresse à toute personne présentant des difficultés d'expression, de communication ou de relation liées à une maladie, un traumatisme ou encore un état de fragilité passagère. Elle sert ainsi à accompagner la personne tout au long de sa prise en charge en oncologie en limitant la douleur, en (re) donnant confiance en soi, en développant l'implication relationnelle et en (re)valorisant l'estime de soi. L'art-thérapie proposée par Fabrice CHARDON est à dominante musicale. Vous aurez l'occasion pendant vos séances d'écouter de la musique, de pratiquer un instrument ou bien encore chanter. Aucune expérience artistique préalable n'est nécessaire.

