

Mes ateliers

Atelier 1

Le à h

Lieu

Atelier 2

Le à h

Lieu

Atelier 3

Le à h

Lieu

Atelier 4

Le à h

Lieu

Bilan

Le à h

Lieu

Contact ou renseignements



5 avenue de choiseul
56100 Lorient
02 97 06 90 90

www.ghbs.bzh

Adhésion libre et gratuite

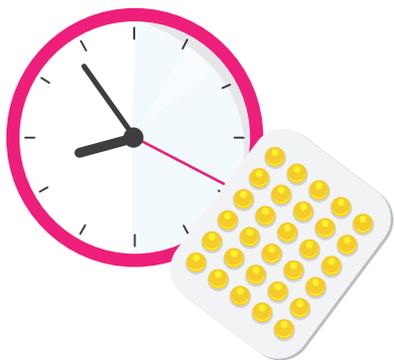


Réalisation GHBS - DCPPRU Communication - Juin 2022

Éducation thérapeutique
de la femme

Cancer du Sein &
Hormonothérapie





Votre médecin vous a prescrit une hormonothérapie suite à votre cancer du sein.

Vous vous posez des questions sur ce traitement et son incidence dans votre vie quotidienne.

Nous vous proposons 4 ateliers. Ils vous permettront de connaître et mettre en place des solutions contre les difficultés rencontrées.

Votre médecin traitant pourra être informé par courrier, avec votre consentement, des objectifs et du contenu de la formation.

Bien dans mes pompes ! Les ateliers chaussés tes...

Bien équipée pour le parcours !



Hormonothérapie et maladie

Comprendre ma maladie et l'intérêt du traitement pour être autonome dans sa prise.

Bien être et détente !



Pour éviter la fatigue, la douleur et le stress

Avoir une meilleure qualité de vie au quotidien grâce à une meilleure gestion des effets secondaires

Découvrir la méditation

Et moi dans tout ça ?



Reprise du travail, image et sexualité

Envisager sa vie après la maladie

Le goût de l'activité !



Alimentation et activité physique

Comprendre les bienfaits d'une activité physique régulière

Mettre en place une activité physique régulière

Avoir une alimentation mieux équilibrée

Ce programme se déroule sur 3 mois, sous forme de séances collectives les jeudis.

Ces ateliers sont animés par une équipe pluridisciplinaire formée à l'éducation thérapeutique.