

Soins de support en oncologie

Ateliers collectifs en Socio Esthétique à Ger

Contexte

Dans sa mission d'aide aux personnes malades la Ligue contre le cancer 64 propose des soins de support dans les Espaces Ligue (Bayonne-Pays-Basque, Pau-Béarn) et l'antenne d'Oloron ainsi que dans les établissements de soins et au domicile des personnes.

Le dispositif à domicile permet, grâce au maillage territorial, aux personnes les plus éloignées des Espaces Ligue de bénéficier de soins de support individuels. Cependant, ils ne peuvent profiter de la dynamique de groupe et des échanges permis par les ateliers collectifs en Espace Ligue.

Nous proposons donc, de façon expérimentale, de mettre en place des cycles d'ateliers collectifs en socio-esthétique sur 3 sites du département.

Objectif

La participation à ses ateliers a pour objectif d'améliorer le bien être physique et psychologique en favorisant l'estime de soi.

Il s'agit

- D'éveiller l'envie et le plaisir de s'occuper de soi
- De (ré)apprendre à s'aimer en se mettant en valeur
- De reprendre confiance en soi en retrouvant l'estime de soi
- De participer à des échanges collectifs

Contenu - Déroulement

Les contenus

Cycle de 3 ateliers

Les contenus sont donnés à titre indicatifs et pourront être amenés à évoluer selon les attentes du groupe de participants.

Soins de support en oncologie

Ateliers collectifs en Socio Esthétique à Ger

Atelier 1 Image de soi et colorimétrie

Échanges autour de l'image de soi

Pour chaque participant : travail de colorimétrie pour déterminer les couleurs qui mettent en valeur et celles à éviter, conseils sur le choix des vêtements selon la morphologie.

Atelier 2 Cosmétiques

Conseils pour prendre soin de la peau et des ongles pendant et après les traitements

Échanges sur les cosmétiques à privilégier

Atelier 3 Découverte de l'auto-massage

Mise en pratique de techniques d'auto-massages (visage, mains, pieds...) pour se détendre et se relaxer.

Ces techniques peuvent également permettre de partager un moment de bien être avec un proche.

Le lieu

La mairie met à disposition gracieusement la salle de réunion au 1er étage du stade pour le déroulement des 3 ateliers les 5 mai, 19 mai et 2 juin 2022

L'intervenante

Mobilisation d'une de nos prestataires en socio-esthétique pour la préparation et l'animation des ateliers.

Inscription des participants

Ateliers ouverts à toutes les personnes atteintes de cancer pendant ou après la fin des traitements.

Le groupe sera constitué de 8 personnes maximum.

Les inscriptions se font par l'intermédiaire de l'Espace Ligue Pau Béarn 05 59 81 03 74.

Les ateliers sont gratuits pour les adhérents de la Ligue contre le cancer 64 (adhésion 8€)