

## Le programme Oncoopère comprend :

- Un entretien individuel afin d'identifier vos besoins
- Des ateliers animés par des professionnels de santé
- Un entretien de fin de programme

### **Pour vous inscrire :**

Parlez-en à votre médecin ou contactez les infirmières référentes ETP :

Tel. : 01.49.81.44.44.

Mail : [cellule.calipssso.hmn@aphp.fr](mailto:cellule.calipssso.hmn@aphp.fr)

Ou rendez vous sur la plateforme CALIPSSO au 4<sup>ème</sup> étage (ascenseurs Jaunes)



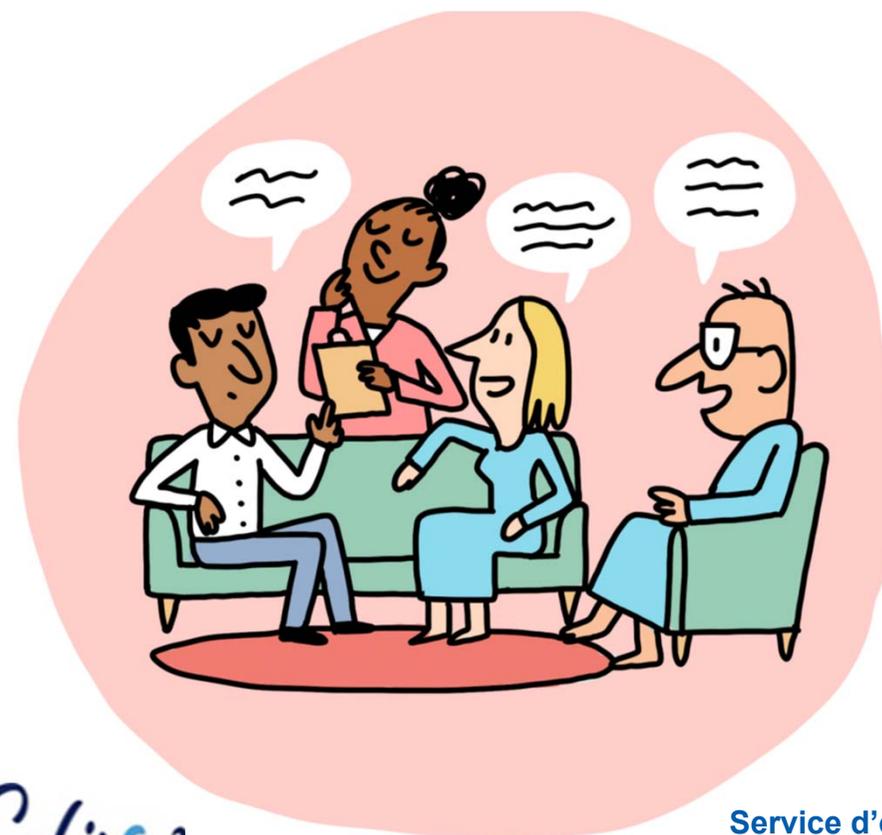
Hôpital Henri Mondor

51 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny  
94010 CRETEIL



## **Ensemble dès votre prise en charge**

Le programme d'éducation thérapeutique **ONCOOPERE** proposé par la plateforme CALIPSSO, sous la responsabilité du Pr. TOURNIGAND, s'adresse aux patients atteints d'un cancer, suivis à l'Hôpital Henri Mondor.



# Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ?

Notre programme « ONCOOPERE » a pour objectif de vous informer et de vous rendre acteur de votre prise en charge. Au travers des 7 ateliers proposés, nous vous invitons à acquérir des connaissances et des compétences sur les effets indésirables de vos traitements dans le domaine physique, émotionnel et relationnel.

## ATELIERS

### *J'apprends à gérer les effets indésirables de mes traitements*

Objectifs : connaître leurs effets indésirables, apprendre à les prévenir et les traiter, savoir réagir en cas d'événements graves

Animateurs : oncologue et infirmière

## ATELIERS

### *Je vis au quotidien avec ma stomie*

Objectifs : apprendre des trucs et astuces, dédramatiser, et conserver une vie sociale.

Animateur: infirmière stomathérapeute

## ATELIERS

### *J'ose exprimer mes besoins*

Objectifs : vous aider à mettre des mots sur vos émotions, arriver à identifier ce dont vous avez besoin et les personnes qui peuvent vous aider.

Animateurs: infirmières et patient expert

## ATELIERS

### *Hé la douleur ! On en parle ?*

Objectifs : comprendre ma douleur pour mieux gérer mon traitement.

Animateurs: infirmiers EMSP

## ATELIERS

### *Je prends soin de mon corps*

Objectifs : pouvoir décrire les effets des traitements sur ma peau, mes cheveux, mes ongles, trouver des trucs et astuces pour les résoudre et pratiquer l'auto-massage du visage.

Animateurs : socio-esthéticienne et infirmière

## ATELIERS

### *Santé, le mouvement*

Objectifs : favoriser l'activité physique pour réduire ma fatigue, mieux dormir, diminuer mes douleurs, mon stress, et améliorer ma condition physique.

Animateurs : coach sportif Siel Bleu et infirmière

## ATELIERS

### *J'apprivoise mon stress*

Objectifs : vous permettre d'identifier vos propres stressseurs, comprendre leurs mécanismes, et pratiquer des exercices de respiration.

Animateurs : psychologues

