

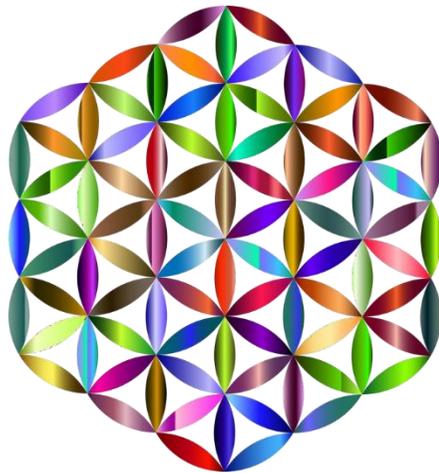
.....pour découvrir

De nouvelles pratiques (aromathérapie, art thérapie....) ou redécouvrir des sensations et émotions oubliées, grâce aux soins et conseils de nos intervenants qualifiés.

.....pour faire le point

Une équipe médicalisée en lien avec vos médecins référents est là pour vous.

A l'issue de cette journée elle adressera un compte rendu détaillé à votre médecin traitant et spécialiste.



.....pour se ressourcer

Des ateliers pour prendre soin de vous, vivre des bons moments grâce à des soins individuels ou en petits groupes, à votre rythme et selon vos choix.

LA PARENTHÈSE

ATELIERS POUR SE RESSOURCER

Vous êtes suivi(e) en oncologie, ce programme innovant en soins de support vous propose un moment pour vous.

Venez-vous ressourcer, partager, découvrir.

Une journée à la carte animée par des soignants, des intervenants et des bénévoles.

L'équipe de **LA PARENTHÈSE** vous accueille les **lundis, mardis et jeudis de 09h30 à 13h00 et de 14h00 à 17h30** au 2ème étage du bâtiment 4, de l'Hôpital Joseph Ducuing.

Pour nous joindre :

Yvelise CHESNEL, coordinatrice de l'accueil au :

☎ 05 61 77 49 82 Mail : laparenthese@hjd.asso.fr

Cet accueil est pris en charge par l'Hôpital Joseph DUCUING



UN MOMENT POUR SOI

Une masseuse-kinésithérapeute vous accompagne en fonction de vos besoins articulaires, musculaires et/ou vasculaires à l'aide de techniques adaptées.

Une nutritionniste est à votre écoute et vous apporte des conseils pour améliorer votre confort et répondre à vos besoins spécifiques pour réveiller vos papilles !

L'hypnose Ericksonienne permet de se reconnecter avec ses ressources intérieures pour atteindre naturellement un mieux-être.

L'atelier bien-être au naturel est assuré par une praticienne en santé naturelle qui vous conseille autour de préparations personnalisées aux huiles essentielles et vous accompagne avec des techniques apaisantes de relaxation par le toucher.

La sophrologie, au travers d'exercices psychocorporels, permet de prendre conscience de son corps et de ses capacités, dans l'objectif de retrouver un équilibre, physique, psychique et émotionnel.

DETENTE & CONVIVIALITE

Conseil en image et communication ; Socio-coiffure ; Socio-esthétique. Pour prendre soin de soi, de son corps peut-être fragilisé, pour se réconcilier avec son image. Se retrouver dans une dynamique de bien-être physique et psychique tout en douceur.

La gymnastique douce et le yoga permettent de reprendre contact avec son corps tout en douceur et plaisir.

Respi'gym: atelier pour comprendre et mieux utiliser sa respiration

L'ostéopathie aide votre corps à s'adapter aux traitements, à soulager vos douleurs et à envisager un mieux-être général

Le shiatsu et la réflexologie plantaire sont des techniques qui permettent de soulager douleurs, tensions, stress et effets secondaires des traitements.

La relaxation entraîne la diminution des tensions musculaires pour tendre vers une détente corporelle et psychique.