



# OCTOBRE rose 2025

MOIS DES CANCERS DU SEIN



AU CENTRE HENRI BECQUEREL



DU MERCREDI 1<sup>er</sup>  
AU JEUDI 16  
OCTOBRE 2025



Illustration Coraline Montignesse

**Ce programme est pour vous.**

Parce qu'au-delà des soins il est essentiel de penser à vous, à votre bien-être, à vos envies, à vos forces, ces rendez-vous ont été pensés avec attention pour vous accompagner autrement.

**N'hésitez pas à participer !**



**CENTRE HENRI BECQUEREL**  
**Bâtiment CHB 5, Agora**  
Rue Édouard ADAM, ROUEN

**B=**  
**BECQUEREL**

unicancer NORMANDIE-ROUEN



**Inscriptions obligatoires**  
[www.becquerel.fr/inscriptions/](http://www.becquerel.fr/inscriptions/)



# Cafés partage

Venez échanger en toute simplicité, avec nos professionnels et d'autres patientes, autour de thématiques en lien avec votre prise en charge.

## Mon corps, mes choix.

### **Thème : La reconstruction mammaire**

Objectif : Mieux comprendre les différentes techniques, leurs bénéfices, limites et éventuelles contre-indications. Se rappeler que chaque parcours est unique.

**Intervenants : Dr Marie OTTAVIANI et Dr Julien CARRILHO, chirurgiens spécialistes de la chirurgie réparatrice et reconstructrice du sein**

## Je n'ai plus toute ma tête ou c'est moi ?

### **Thème : Troubles cognitifs («chemobrain»)**

Objectif : Déculpabiliser, donner des repères, proposer des solutions.

**Intervenant : Dr Johan LE FEL, neuropsychologue**

## Et moi qui s'occupe de moi ?

### **Thème : Soutien des proches-aidants**

Objectif : Partager librement avec des personnes dans la même situation, les aider à poser les bonnes questions et à trouver des solutions concrètes.

**Intervenant : Agnès BECQUERT, association nouveau souffle**

## Et ma vie intime dans tout ça ?

### **Thème : Sexualité, désir, tabous**

Objectif : Libérer la parole, normaliser les doutes et difficultés.

**Intervenant : Dr Marie-Laure FONTOURA, sexologue**



**Mercredi 1<sup>er</sup> octobre**



**de 17h à 18h**



**Jeudi 2 octobre**



**de 17h à 18h**



**Lundi 6 octobre**



**de 17h à 18h**



**Mardi 7 octobre**



**de 17h à 18h**



## Et si ça revient ?

### **Thème : La peur de la récurrence**

Objectif : Déconstruire les idées reçues, savoir quoi mettre en place pour mieux prévenir, identifier les signes de vigilance sans sombrer dans l'hypervigilance.

Intervenants : Dr Nathalie OLYMPIOS-GEROTZORTZOS, oncologue médical, et Patricia Fleury, infirmière en pratique avancée

## Je veux juste qu'on me comprenne.

### **Thème : Isolement, relation aux autres, écoute**

Objectif : Partager librement ce que les patientes n'osent pas dire à leurs proches.

*Format cercle de parole confidentiel*

Intervenants : Dr Johan LE FEL, neuropsychologue, et Kate VERHOEVEN, accompagnatrice en santé

## Je veux travailler mais je ne suis plus la même.

### **Thème : Reprise du travail et reconnaissance**

Objectif : Parler du retour à l'emploi sans tabou : peurs, fatigue, regard des autres.

Intervenants : Géraldine DE BLASI et Mathieu TANQUEREL de l'association My Cancer NetWork



**Lundi 13 octobre**



**de 17h à 18h**



**Mardi 14 octobre**



**de 17h à 18h**



**Jeudi 16 octobre**



**de 17h à 18h**



# Forum



## Entre Elles

### Une journée pensée pour vous.

Détente, bien-être, échanges et jolies découvertes : perruques, lingerie adaptée, soins, beauté, image de soi, discussions conviviales autour d'un café...

Un moment précieux pour se reconnecter à soi, entourée de celles qui comprennent.

**Intervenants : Socio-esthéticiennes, sophrologue, coach en image, lingerie, partenaires...**

 **mardi 7 octobre**  **de 10h à 17h**

**C'est en continu toute la journée, passez quand vous voulez !**

# Atelier



## Mieux manger : parlons-en ensemble !

Des ateliers d'échange chaleureux, informatifs (besoins spécifiques, mythes autour de l'alimentation, idées reçues, astuces...) et pratiques (lecture d'étiquettes alimentaires, idées de petits-déjeuners, goûters sains, découverte d'aliments...) sur l'alimentation pendant et après le cancer du sein.

**Intervenants : Les diététiciens du Centre Henri Becquerel**

 **Jeudi 9 octobre**  **de 14h à 16h**

 **Jeudi 16 octobre**  **de 10h à 12h**

**Pensez à vous inscrire, venez à plusieurs dates !**

