



# LIVRET DES SOINS ONCOLOGIQUES DE SUPPORT

PROPOSÉS GRATUITEMENT  
AUX PERSONNES MALADES  
ET À LEURS PROCHES



## — LA LIGUE À VOS CÔTÉS —

Le cancer et ses traitements (chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie...) engendrent de l'inquiétude, de l'inconfort et s'accompagnent souvent d'effets indésirables qui altèrent la qualité de vie des patients et de leur entourage. Depuis les années 2000, l'émergence des soins de support a permis de répondre à cette problématique. À ce jour ceux-ci restent encore mal connus et/ou insuffisamment proposés.

Les soins de support, socle de la santé intégrative, sont très divers et interviennent conjointement aux traitements médicaux. Ils répondent à des besoins qui peuvent survenir au cours de la maladie et au-delà de la période de traitement : accompagnement social, soutien psychologique, sophrologie, conseils nutritionnels, amélioration de l'image de soi.... Ils s'inscrivent dans une approche globale de la personne et visent à assurer la meilleure qualité de vie possible pour les malades, sur le plan physique, psychologique et social. Ils prennent en compte la diversité de leurs besoins ainsi que ceux de leur entourage quels que soient leurs lieux de soins. Ils font partie intégrante de la prise en charge ; ils en sont indissociables et ne sont, par conséquent, ni secondaires, ni optionnels.



Dans le souci de répondre aux besoins de tous les Corrèziens, le Comité de la Corrèze de la Ligue contre le cancer propose des soins de support gratuits sur l'ensemble du département. Toute personne malade, qu'elle soit adhérente ou non à la Ligue contre le cancer, ne doit pas hésiter à les solliciter pour elle-même ou pour ses proches.

**Pour tout renseignement : 05 55 20 67 60**

## DÉFINITION

**Les soins de support** regroupent l'ensemble des accompagnements proposés aux personnes atteintes d'un cancer, en complément des traitements spécifiques du cancer.

Ils visent à atténuer les effets secondaires de la maladie et des traitements, à améliorer la qualité de vie et à favoriser le maintien à domicile dans les meilleures conditions. En s'adaptant aux besoins de chacun, ils permettent aux patients de mieux vivre leur quotidien pendant et après la maladie.



## UN GAGE DE QUALITÉ ET D'ACCESSIBILITÉ

Gratuits et accessibles dès l'entrée dans la maladie, les soins de support sont ouverts à toutes les personnes touchées par un cancer sur le département. Ils contribuent à limiter les inégalités d'accès à l'accompagnement et les inégalités territoriales en santé.

Ces soins sont assurés par des professionnels diplômés, expérimentés et formés à la cancérologie. Les activités se déroulent dans des locaux adaptés, sous la couverture d'assurance de la Ligue nationale contre le cancer.

## LES DIFFÉRENTS SOINS DE SUPPORT EN CANCÉROLOGIE

|                                                   |   |
|---------------------------------------------------|---|
| • ACCOMPAGNEMENT SOCIAL - RETOUR À L'EMPLOI ..... | 4 |
| • SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE .....                     | 4 |
| • CONSEILS NUTRITIONNELS .....                    | 5 |
| • ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA).....            | 5 |
| • SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUES .....                   | 5 |
| • SOPHROLOGIE .....                               | 6 |
| • HYPNOSE MÉDICALE .....                          | 6 |
| • RÉFLEXOLOGIE .....                              | 6 |
| • ACCOMPAGNEMENT AU SEVRAGE TABAGIQUE .....       | 7 |
| • OSTÉOPATHIE .....                               | 7 |
| • PSYCHOMOTRICITÉ .....                           | 7 |
| • YOGA .....                                      | 8 |
| • ART-THÉRAPIE .....                              | 8 |
| • MUSICOTHÉRAPIE .....                            | 8 |

## — ACCOMPAGNEMENT SOCIAL – RETOUR À L'EMPLOI —

L'assistante sociale de la Ligue contre le cancer peut accompagner des personnes malades dans leur retour ou maintien à domicile. Elle reste à leur écoute, les informe et assure un suivi si nécessaire. Elle peut prévenir et/ou aider à surmonter des difficultés administratives, juridiques ou financières. Avec l'accord des patients et leur collaboration, elle engage les démarches nécessaires pour une prise en charge sociale personnalisée.

Les personnes malades éprouvent souvent de grandes difficultés, mal appréhendées et non anticipées, lors de la reprise de leur activité professionnelle. Un accompagnement au retour à l'emploi peut être proposé ; dans cette situation également l'assistante sociale de notre comité saura vous conseiller utilement et en assurer le suivi.



## — SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE —

La maladie bouleverse l'existence, les projets, la vie professionnelle, l'équilibre familial... Vivre avec un cancer, c'est devoir s'adapter chaque jour à des situations nouvelles et devoir faire face à des événements particulièrement éprouvants. Ces circonstances peuvent générer un état de stress. L'anxiété, l'irritabilité, les difficultés relationnelles, un état dépressif, sont des réponses à ce stress, et l'expression d'une souffrance intérieure. La réaction de chacun dépend de sa personnalité et de son vécu.

Le soutien psychologique par un psychologue de la santé peut faire l'objet de consultations individuelles, de groupes de parole ou de convivialité. Le soutien psychologique s'adresse aussi aux proches pour lesquels la traversée de la maladie aux côtés de la personne malade peut engendrer un besoin d'accompagnement.



## CONSEILS NUTRITIONNELS

Bien s'alimenter est particulièrement important pour les personnes atteintes de cancer. Avoir une alimentation variée et prendre des repas bien équilibrés peut aider à se sentir mieux car les traitements ont parfois un effet négatif sur la digestion, sur le transit intestinal. Bien manger les aliments les plus appropriés en cours de traitement aide à maintenir son poids corporel, à accroître sa force et son niveau d'énergie, à réduire son risque d'infection, et à permettre à son corps de mieux tolérer les traitements du cancer. Une diététicienne intervient à la demande des patients ou de leurs proches en consultations individuelles ou en ateliers pratiques collectifs.

## ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

L'APA aide la personne à retrouver un équilibre de vie et à réduire l'impact des effets liés à la maladie. Environ 80% des personnes atteintes de cancer souffrent de fatigue ; la pratique d'activités physiques adaptées permet une réduction d'environ 30% du niveau de cette fatigue. L'APA améliore également l'état psychologique et relationnel du malade. Ce soutien est assuré par des professionnels diplômés et titulaires d'une formation spécifique. L'aquagym peut également être proposée en fin de traitement.



## SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUES

Les soins socio-esthétiques permettent d'apporter des moments de confort et de bien-être, de faire une pause détente et douceur. Ces soins peuvent intervenir dès l'annonce de la maladie en prévention pour la peau, les ongles, les cheveux. Des soins socio-esthétiques pourront être délivrés sous forme d'ateliers collectifs, individuellement ou à domicile pour les personnes dans l'impossibilité momentanée de se déplacer.

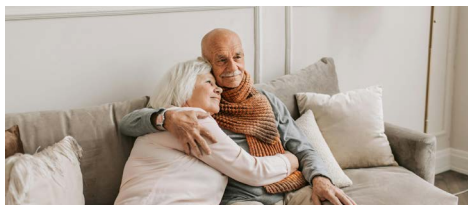


## SOPHROLOGIE

La sophrologie, discipline « complémentaire » aux traitements spécifiques du cancer (chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, etc.), est reconnue pour sa capacité à apporter un réconfort et à soulager une partie du stress lié à la maladie. Ainsi, elle participe au traitement des douleurs chroniques. Basée sur des techniques de maîtrise de la respiration et de relaxation, la sophrologie est proposée dans le cadre d'une prise en charge globale du patient.

## HYPNOSE MÉDICALE

L'hypnose médicale est un état de conscience temporairement modifié qui permet au praticien d'intervenir pour soulager et agir sur certains maux ou troubles (liés à la maladie, aux traitements, aux examens...). Cette méthode est réalisée par un professionnel dûment formé qui peut intervenir tout au long de la maladie. Cette pratique s'appuie sur une relation de coopération et de confiance entre le patient et le soignant. Elle est reconnue en particulier pour sa capacité à mobiliser les ressources personnelles du patient.



## RÉFLEXOLOGIE

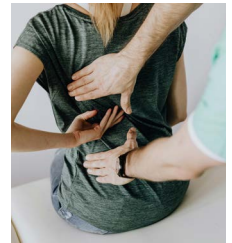
La réflexologie est une pratique thérapeutique basée sur la stimulation de points spécifiques des pieds, des mains ou du visage, correspondant à des organes et zones du corps. Elle repose sur l'idée que chaque point réflexe est relié à une partie du corps via le système nerveux. En appliquant des pressions précises, elle vise à favoriser la relaxation et soulager divers maux. Ses bienfaits incluent la réduction du stress, des tensions musculaires et des douleurs chroniques.

## ■ ACCOMPAGNEMENT AU SEVRAGE TABAGIQUE ■

L'accompagnement au sevrage tabagique est important pour améliorer le pronostic chez les personnes atteintes de cancer. Il combine souvent des conseils personnalisés, des thérapies comportementales et des substituts nicotiniques, voire des médicaments. Ce soutien doit être adapté aux besoins de chaque individu et peut inclure un suivi régulier. Arrêter de fumer diminue rapidement les effets nocifs sur la santé, même après un diagnostic de cancer. Un accompagnement multidisciplinaire mettant en œuvre d'autres soins de support parmi ceux proposés renforce les chances de réussite à long terme.

## ■ OSTÉOPATHIE ■

L'ostéopathie est une pratique thérapeutique manuelle qui vise à diagnostiquer et traiter les troubles fonctionnels du corps humain. Elle s'appuie sur l'idée que les différentes structures corporelles (os, muscles, organes, etc.) sont liées et doivent bien fonctionner ensemble. L'ostéopathie est une approche douce et globale, centrée sur la restauration de l'équilibre du corps pour promouvoir le bien-être et la santé.



## ■ PSYCHOMOTRICITÉ ■

La psychomotricité a pour objet de préserver le lien entre corps et psyché, lien souvent mis à mal dans la maladie. L'idée est de limiter les effets de la fatigue, des modifications du schéma corporel et de l'image de soi en complément des thérapeutiques. De nombreux outils de soins non médicamenteux sont à disposition comme la relaxation psychomotrice, les inductions tactiles, les postures de confort corporel, le mouvement lent intériorisé et les stimulations sensorielles douces.



## YOGA

Le Yoga est connu depuis des millénaires comme un allié thérapeutique en Inde. Ses pratiques corporelles ancestrales et leurs bienfaits sur la santé sont de plus en plus reconnus par la communauté scientifique occidentale. Il aide à réduire le stress et l'anxiété, améliore la qualité du sommeil, renforce le système immunitaire, soulage des douleurs chroniques, offrant ainsi un soutien complémentaire à la médecine conventionnelle. Par des postures douces et par la respiration, le Yoga agit en profondeur sur l'organisme, pour réveiller l'énergie et la vitalité. Le Yoga est ainsi un allié précieux pour une plus grande sérénité sur le chemin de la guérison.

## ART-THÉRAPIE

L'art-thérapie aménage un espace d'accompagnement protégé du regard et du jugement pour reprendre ses repères à son rythme, au fil d'un parcours créatif qui s'inscrit dans le temps de la maladie ou après les traitements. Peinture, dessin, écriture, mouvement dansé, conte, jeu théâtral, musique, chant, art floral, cuisine plaisir... les pratiques artistiques proposées en ateliers collectifs sont conçues dans un dispositif complet qui, en douceur, remobilise l'énergie, l'identité, l'image corporelle et accompagne vers un mieux-être.



## MUSICOTHÉRAPIE

La musicothérapie est une discipline qui utilise la musique et ses éléments (sons, rythmes, mélodies, harmonies) dans un cadre thérapeutique pour améliorer ou maintenir la santé physique, émotionnelle, cognitive ou sociale d'une personne. La musicothérapie aborde chaque personne de manière personnalisée et dans sa globalité en exploitant le pouvoir de la musique à favoriser le bien-être et traiter divers troubles.

## — ILS ONT BÉNÉFICIÉ DE NOS SOINS —

### Soins socio-esthétiques : Marie

« Durant mes traitements, j'ai pu bénéficier et je bénéficie encore de soins de support mis en place par la Ligue. Ces soins sont précieux car ils aident à mieux supporter les traitements, à surmonter leurs effets secondaires et les baisses de moral. Les soins esthétiques notamment m'ont appris à prendre soin de ma peau et à combattre les inconforts dus à la sécheresse. Mais l'avantage primordial pour moi fut le partage de moments de convivialité avec d'autres personnes et des bénévoles de la Ligue qui répondent toujours présents pour vous bichonner. Pour toutes ces raisons et bien d'autres, n'hésitez pas à pousser les portes de la Ligue pour un mieux être mérité par tous !

Lorsque la Ligue m'a proposé de bénéficier de soins esthétiques, j'étais ravie mais le jour j du rendez-vous j'avoue que j'avais une certaine appréhension. Isabelle m'a accueillie rassurante avec une extrême douceur et gentillesse. Son professionnalisme et ses précieux conseils m'ont permis de ressortir sereine, légère et reposée ; un vrai bonheur. Un grand merci ! »



### Art-thérapie : Christine

« Dans les ateliers cuisine avec Séraфина personne ne voit le temps passer. Elle est très pédagogue et à l'écoute, elle sait impliquer tout le monde et nous faire réaliser de délicieuses recettes faciles à refaire en nous donnant en plus de nombreuses astuces. Ensuite vient l'heure de la dégustation, autour de la table l'ambiance y est conviviale et chaleureuse, c'est un grand instant de partage. On passe un super moment avec Séra « Chef » dynamique sympa et de super recettes !! »

### Sophrologie : Linda

« Les séances de sophrologie ont été pour moi une bouffée d'oxygène qui m'a permis de refaire surface. Françoise vous accueille avec une immense écoute et bienveillance. Ces séances m'ont permis de me reconnecter à mon corps endolori et de m'aider à lâcher prise dans cette épreuve de la vie. Laissez vous bercer. Merci infiniment ... »

### Art-thérapie : Christine

« Quel régal, ces cours d'Art Floral !!! Tout simplement magnifique ce moment d'évasion pendant la création de la composition florale, j'ai appris énormément et qui plus est... dans la joie, la bonne humeur et la bienveillance, quoi de plus agréable et ludique. C'est de la fleurthérapie et ça devrait être prescrit et remboursé par la Sécu ... »

## LES “ESPACES LIGUE”

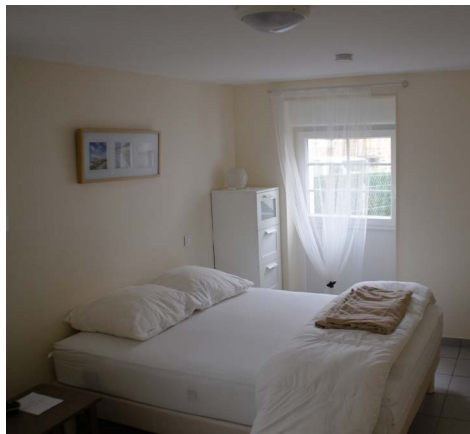
Les Espaces Ligue sont des lieux d'accueil, d'information. Ils sont également des lieux où sont dispensés la plupart des soins de support proposés. Les malades et leurs proches seront accueillis au sein d'un espace neutre et convivial, chaleureux mais discret, en toute confidentialité. A chaque étape de la maladie, un accompagnement adapté et personnalisé sera proposé.

# Bienvenue dans UN LIEU pensé pour VOUS



## UN APPARTEMENT RELAIS A BRIVE

L'Espace Ligue de Brive, c'est aussi un appartement relais : T1 aux normes handicap mis à disposition des personnes atteintes de cancer et/ou de leurs proches. Intégré dans une résidence comprenant également un accès aux soins de support et un bureau d'accueil, il est situé à proximité (700 m) du service d'Oncologie-Radiothérapie du Centre Hospitalier de Brive et des autres établissements de soins desservis par le réseau de transport en commun de la ville de Brive.



**Cet appartement est un lieu ressource accueillant et convivial mis à disposition par le Comité de la Corrèze de la Ligue contre le Cancer pour :**

- Héberger temporairement des personnes malades autonomes ou accompagnées pendant les séquences de traitements (éloignement géographique) ou si le retour à domicile est en cours d'organisation,
- Héberger les proches afin de maintenir le lien proche/patient pendant l'hospitalisation,
- Eviter une rupture de soin par fatigue, lassitude, épuisement du malade ou d'un proche

La demande d'hébergement doit être formulée par les malades, les proches ou l'environnement médical et para-médical, social ou médico-social, auprès de l'accueil de l'Espace Ligue :

- 60 Rue François Salviat 19100 BRIVE-LA-GAILLARDE
- 05 55 23 03 42
- [cd19@ligue-cancer.net](mailto:cd19@ligue-cancer.net)

Les conditions d'admission et de séjour vous seront notifiées ainsi que les tarifs d'hébergement qui restent modestes et accessibles à tous.

## — CONCERNÉ PAR LE CANCER ? —

Notre équipe est à votre écoute et vous accompagne afin de répondre à vos besoins et à ceux de vos proches.

### N'hésitez pas à nous contacter :

- par téléphone du lundi 9h au vendredi 17h :  
**05 55 20 94 52**
- ou par mail via :  
**cd19@ligue-cancer.net**

### Informations utiles :

- |                                                                                   |                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| • <b>Siège du Comité</b><br>29 quai Gabriel Péri<br>19000 TULLE<br>05 55 20 94 52 | • <b>Antenne de Brive</b><br>60 rue François Salviat<br>19100 BRIVE<br>05 55 23 03 42 |
| • <b>Soins Oncologiques de Support</b><br>05 55 20 67 60                          | • <b>Antenne d'Ussel</b> (MARDI APRES-MIDI)<br>20 rue de la Civadière<br>19200 USSEL  |
| • <b>Assistante sociale</b><br>06 22 78 71 21                                     | 05 55 46 04 35                                                                        |

## — POUR ALLER PLUS LOIN —

Vous pouvez retrouver toutes les informations présentes dans ce livret sur notre site internet et suivre toutes nos actualités sur nos différents réseaux sociaux en scannant le QR CODE ci-dessous.



Relayer nos messages au quotidien,  
c'est déjà jouer un rôle et être un acteur  
de la lutte contre le cancer en Corrèze !

La Ligue contre le cancer est labellisée par le Don en confiance, organisme de contrôle des associations et fondations faisant appel aux dons. Pour plus d'informations : [donenconfiance.org](http://donenconfiance.org)

