

# Octobre rose 2015

05 Octobre  
08 Octobre  
14 Octobre  
16 Octobre  
24 Octobre  
29 Octobre

Ouvert à  
Tout public

Apportez votre soutien  
Invitation à prendre soin de moi

Consultez les sites  
[www.radiotherapie37.fr](http://www.radiotherapie37.fr)  
[www.oncologie37.org](http://www.oncologie37.org)  
[www.idslv.fr](http://www.idslv.fr)  
[ww.pslv.fr](http://ww.pslv.fr)

mobilisons- nous

Avec le soutien institutionnel de Roche

**Lundi 5 Octobre** : Pôle santé Léonard de Vinci-11 avenue du Pr A.Minkowski -  
37170 Chambray-Lès-Tours

**14H00 - 17H00** : **Entrée E1 Médecine chirurgie - Hall d'accueil Pôle Santé Léonard de Vinci**  
Tout connaître sur le dépistage du cancer du sein avec le Centre de Coordination des  
dépistages d'Indre et Loire



**Jeudi 8 Octobre** : le petit Fauchoux - 12 rue Leonard de Vinci-37000 TOURS

**18H00-21H00**

**Défilé de mode pour les femmes opérées du sein**

**Stand prothèses capillaires et prothèses mammaires** - mes alliées pour rester femme

**Stand Sein serrement solidaire**- venez choisir votre bonnet tricoté par les bénévoles

**Stand socio esthétique** - venez apprendre des techniques (redessiner les sourcils,  
cacher des cicatrices...)

**Stand Education Thérapeutique Patient**- « et si je devenais acteur de mon traitement ? »



**Mercredi 14 Octobre** : Médiathèque de Chambray-Lès-Tours  
-2 Place de Vöru (à côté de la Gendarmerie)-

**15H30-18H00**

**Chirurgie conservatrice du sein : jusqu'ou peut-on aller en 2015 ?**

Dr Acker

**Reconstruction mammaire avec ou sans prothèse : comment choisir ?**

Dr De Mortillet

**J'ai un cancer du sein : quand et pourquoi rencontrer un chirurgien plasticien ?**

Dr Guillou-Garnier

**Techniques d'avenir**- Dr Gallier

**Préparer ma peau après un traitement contre le cancer : ça coule de source**

Claire Lesrel- La Roche Posay



Vendredi 16 Octobre : Salle Ronsard- Mairie Saint-Cyr-Sur-Loire

Présentation du programme PEP'S 37  
Programme d'Education Personnalisée du Cancer du Sein en Indre et Loire

**17h00 - 18h00** : Venez découvrir PEP'S 37

Un projet d'accompagnement pour les patients atteints d'un cancer du sein. Il va permettre d'améliorer la qualité de vie et mieux gérer la maladie pendant et après le traitement.

L'équipe de PEP'S 37 vous attend !



Samedi 24 Octobre : Gymnase Camille Danguillaume-

S'portez-vous bien !

**SAMEDI 24 OCTOBRE de 14h00 à 18h00**

**14h00** : Accueil des participants

**14h30- 15h00** : **Renforcement musculaire** : préparez votre corps

**15h15 - 16h00** : Vous ne connaissez pas encore **la bokwa** ? Venez essayer

**16h15 - 17h00** : **Zumba** : venez vous éclater entre amis ou en famille !

**17h15 - 17h45** : **Stretching** : détendez-vous et étirez-vous

**18h00** : Apéro-rose !



Pré-vente : 7€  
Sur place : 10€  
Gratuit - 12 ans

Inscription au :

02 47 60 25 72

Gymnase Camille Danguillaume -  
10 rue Rolland Pillain 37170 Chambray-Lès-Tours



Jeudi 29 Octobre : Tours Aviron Club

Inscription au  
02 47 60 25 72

Tours Aviron Club  
5 avenue de Florence 37000 TOURS

N'hésitez pas à venir  
Découvrir en famille

Ouvert à tous  
GRATUIT

« Je prend soin de moi avec les soins de supports »

**JEUDI 29 OCTOBRE de 15h00 à 18h00**

**15h00 - 16h30** : Séance **découverte aviron\*** : partage, esprit d'équipe, évasion  
\*(il est indispensable de savoir nager)- **renseignements et inscription 02 47 60 25 72**

**16h30 - 17h30** : Venez partager un moment de convivialité tout en faisant travailler l'ensemble du corps avec **la marche nordique**

**17h30 - 18h00** : Envie de vous évader ? de retrouver votre énergie ?  
Initiation **danse africaine**

**15h00 - 18h00** : **Art thérapie** : expression, émotion et créativité : à vous de jouer !

**15h00 - 17h00** : Stand d'information sur les soins de supports : **réseau Oncologie 37**

**15h00 - 17h00** : Stand **ASSAD- HAS** : une palette de services pour vous aider

**TOURS AVIRON CLUB**  
5 Avenue de Florence 37000 TOURS

Le Club



La machine à ramer



L'apprentissage



Salle de musculation



La bonne humeur



Les randonnées



Renseignements auprès de Yoann  
au 02 47 44 30 44



Venez faire  
de  
l'Aviron

