



“

**Moi, je viens
à l'ERC pour me
faire du bien**

”

Espace Ressources Cancers - peps@santelys.fr - 03 62 28 8000

Livret d'accueil

Espace Ressources Cancers

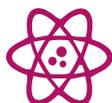
Bienvenue à l'ERC de Santély

Reconnu d'Utilité Publique, Santély est un établissement privé à but non lucratif spécialisé dans la santé, le maintien et l'Hospitalisation A Domicile ou en unité de proximité.



SANTÉ, MAINTIEN & HOSPITALISATION À DOMICILE

Hospitalisation, soins, technologies, télémédecine et télésuivi, à domicile et en unité de proximité. La vocation de Santély est de trouver une solution à domicile quels que soient l'âge, le niveau de dépendance et l'état de santé du patient souffrant d'une pathologie chronique.



RECHERCHE & INNOVATION

Santély mène et accompagne des projets de recherche et d'innovation au travers de son pôle Recherche, Etudes, Evaluations, Valorisation, Innovation (REEVI) et est à l'origine de la création de Santély DOMLAB, un laboratoire d'expérimentation à domicile permettant d'impliquer au plus tôt les utilisateurs finaux des solutions dans leur conception.



COORDINATION & PRÉVENTION

Engagé depuis de nombreuses années dans la prévention, l'éducation, l'accompagnement et la sensibilisation en santé, notamment dans le domaine des pathologies chroniques (*diabète, maladies cardio-vasculaires, obésité, maladie rénale chronique, cancer...*), Santély propose au patient une prise en charge globale grâce à une équipe pluridisciplinaire experte de la coordination du parcours de santé à domicile.



FORMATION : ISEFORM SANTÉ

Formation en soins infirmiers, formation d'aide-soignant et d'auxiliaire de puériculture, formation continue, Centre d'expertise en Education Thérapeutique du Patient... Santély forme et accompagne les professionnels de santé de demain au travers de son Institut Supérieur d'Expertise, de Formation et de Recherche des Métiers de la Santé, l'ISEFORM Santé.

Le Pôle Prévention, Éducation et Promotion Santé de Santély

Le pôle PEPS de Santély est pleinement engagé dans les actions de prévention, d'éducation et de promotion de la santé dans les domaines des pathologies chroniques.



ESPACES RESSOURCES CANCERS (ERC)

- Territoire d'intervention de l'Arrageois
- Ateliers (nutrition, Activité physique Adaptée, socio-esthétique...) adaptés pour les personnes atteintes d'un cancer et leur entourage



BUS SANTÉ

- Dépistage et orientation
- Information des personnes sur la prévention des maladies chroniques, la nutrition, l'activité physique...
- Conseils personnalisés
- Sensibilisation des personnes éloignées de la santé à l'importance de la prévention et encouragements à un mode de vie sain



MAISON DU DIABÈTE ET DES MALADIES CHRONIQUES

- Sensibilisation et accompagnement vers l'éducation à la santé
- Actions de prévention et d'information auprès du grand public et des entreprises
- Formation et information des professionnels de santé
- Dispensation d'éducation à la santé auprès des personnes atteintes de diabète, d'obésité et de risques cardio-vasculaires



MAISON SPORT SANTÉ

Proposition d'un accompagnement afin de développer le sport-santé ou reprendre une activité physique adaptée à différents niveaux de forme physique

Qu'est-ce qu'un ERC ?

Soutenus par l'ARS et la Région Hauts-de-France, les ERC sont des lieux d'écoute et d'orientation ouverts aux personnes atteintes de cancer et à leur entourage. Les soins de support proposés visent à assurer une qualité de vie physique, psychologique et sociale.

Missions de l'ERC de Santély :

- Informer, accueillir et écouter
- Conseiller et orienter en fonction de l'offre existante sur les aides matérielles, sociales, économiques, juridiques et relatives à la réinsertion professionnelle et sociale
- Accompagner sur le plan psychologique et social
- Animer des ateliers autour d'activités de bien-être.



Lesley MARQUIS

Coordinatrice de l'ERC Santély

- Veille à votre accueil, vous accompagne, et répond à vos questions sur votre parcours au sein de l'ERC
- Vous écoute, vous informe et vous oriente
- Effectue le lien entre les différents professionnels de l'ERC
- Est en contact permanent avec les différents partenaires.

06 12 70 79 70

lmarquis@santelys.fr

Votre accompagnement au sein de l'ERC

Si vous avez 18 ans et plus et que vous êtes atteint d'un cancer, l'ERC de Santély vous accueille avant, pendant et après les traitements et vous propose une variété de services et d'activités conçus pour vous soutenir.

Nos services sont gratuits, notre principal objectif étant d'améliorer votre qualité de vie.

Prise de contact avec la coordinatrice
au 06 12 70 79 70

Rencontre et présentation

Mise en place d'un plan personnalisé d'accompagnement
en soins oncologiques de support

Orientation
vers des
structures
existantes
du territoire

Participation aux ateliers collectifs
et/ou individuels :

- Diététique
- Activité physique adaptée
- Groupe de parole / café rencontre
- Sophrologie
- Psychologie
- Socio-esthétique

Bilan final : envisager la suite



Confidentialité :

Vos données sont traitées avec la plus grande confidentialité et sont sécurisées. L'équipe de l'ERC, y compris les intervenants, sont soumis au secret professionnel.

Participation aux ateliers

Soumises à confirmation, les inscriptions aux ateliers se font par courriel, SMS ou par téléphone. Les places étant limitées, pensez à vous inscrire dès réception du planning mensuel afin de garantir votre participation.

Les activités sont **GRATUITES**.



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

pour vous sentir bien dans votre corps et lutter contre la fatigue



SOCIO-ESTHÉTIQUE

pour retrouver l'estime de soi



DIÉTÉTIQUE

pour maintenir votre poids et le plaisir de manger



ACCOMPAGNEMENT SOCIAL, PROFESSIONNEL ET ADMINISTRATIF

pour vous simplifier les démarches



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

pour vous faire aider dans les moments difficiles



SOPHROLOGIE, MÉDITATION, RELAXATION GUIDÉE...

pour vous détendre

Les activités sont également disponibles en visio, rapprochez-vous de la coordinatrice pour plus d'informations.

Activité Physique Adaptée



Yoga, pilate, renforcement musculaire... L'Activité Physique Adaptée (APA) permet de se sentir bien dans son corps et de lutter contre la fatigue. Notre équipe propose des pratiques adaptées à vos besoins/souhaits. En intérieur ou en extérieur, vous pourrez progresser à votre rythme et **(re)découvrir le plaisir de bouger tout en améliorant votre qualité de vie lors des séances collectives !**

Apports physiques et psychologiques

- Augmentation de la mobilité
- Réduction de la fatigue
- Amélioration de la qualité de sommeil
- Réduction du stress
- Réduction de l'anxiété
- Amélioration de l'humeur
- Réduction du risque de dépression
- Création de lien social

NOTRE ÉQUIPE



Quentin
Secteur Sud Artois
& Osartis Marquion



Sandra
Secteur Ternois



Florian
Secteur Ternois



Stéphanie
Secteur Ternois



Aurélie
Campagne de l'Artois

Un certificat médical est requis pour les ateliers d'Activité Physique Adaptée.

Socio-Ésthétique

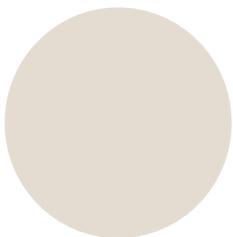


Retrouver l'estime de soi grâce aux soins du corps, de la peau, des cheveux ou des ongles. Que vous soyez un homme ou une femme, notre équipe propose des **soins spécifiques pour diminuer les effets secondaires des traitements et favoriser votre confort.**

Atelier collectif mensuel thématique

- Échanger et partager avec d'autres bénéficiaires touchés par la maladie
- Favoriser l'estime et la confiance en soi
- Créer du lien social, libérer la parole et lâcher prise
- Acquérir de nouvelles connaissances pour continuer à prendre soin de soi à la maison.

NOTRE ÉQUIPE



Peggy
Secteur Osartis Marquion



Corinne
Campagne de l'Artois



Caroline
Secteur Sud Artois

Diététique



Atelier collectif et/ou suivi individuel : notre équipe propose un accompagnement personnalisé pour **conserver le plaisir de manger malgré la maladie.**

Accompagnement collectif ou individuel (en fonction des besoins)

- Rééquilibrage alimentaire
- Conseils personnalisés pour vous guider dans vos choix alimentaires
- Soutien et stratégie nutritionnelle face à la maladie
- Ateliers pratiques.

NOTRE ÉQUIPE DE DIÉTÉTICIENNES



Charlène
Secteur Sud Artois



Claire
Secteur Osartis Marquion



Marion
Secteur Ternois



Apolline
Secteur Ternois
et Campagne de l'Artois



Isabelle
Secteur Ternois
et Campagne de l'Artois

Accompagnement social, professionnel et administratif



Le cancer peut avoir un impact administratif et financier sur de nombreux aspects de votre vie. Ces situations particulièrement difficiles nécessitent parfois un soutien externe.

Une assistante sociale peut jouer un rôle clé dans votre accompagnement sur le volet de l'emploi : soutien dans les démarches administratives et légales, soutien psychosocial ou accompagnement à la remobilisation professionnelle.

L'Espace Ressources Cancers de l'Arrageois travaille en étroite collaboration avec les assistantes sociales de l'Assurance Maladie et de la Mutualité Sociale Agricole.

N'hésitez pas à vous rapprocher de Lesley MARQUIS, Coordinatrice de l'ERC Arrageois pour bénéficier d'un rendez-vous individuel.



Réflexologie et hypnose



Faire face à la maladie grâce à la réflexologie et à l'hypnose. Notre équipe propose un accompagnement personnalisé aux différentes étapes de la maladie.

Réflexologie

- Diminuer l'angoisse et le stress
- Soulager les douleurs et les effets indésirables liés aux traitements
- Aider l'organisme à éliminer les toxines et favoriser le drainage lymphatique
- Retrouver sa vitalité
- Accompagner le patient et les aidants tout au long du parcours.

Hypnose

- Techniques de libération émotionnelle
- Techniques de relation d'aide
- Contrôle de la douleur
- Relaxation profonde.

NOTRE ÉQUIPE DE REFLEXOLOGUE ET D'HYPNOTHERAPEUTE



Vanessa
Réflexologue
Secteur Sud Artois



Hélène
Hypnotérapeute
Secteur Ternois

Il existe une contre-indication dans le cancer de la lymphome : certains gestes seront à modifier.

Psychologie

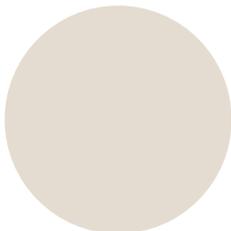


La maladie impacte la vie quotidienne, les relations, les habitudes et les émotions. Notre équipe propose un soutien psychologique pour vous aider à traverser l'épreuve de la maladie. **La première ressource, c'est vous !** Accompagnement collectif ou individuel. Des groupes de parole animés par une psychologue peuvent vous être proposés selon les antennes. Sur le Ternois, ils se déroulent en partenariat avec la Ligue contre le cancer 62.

Accompagnement collectif ou individuel

- Priorité à l'écoute et à la bienveillance
- Libération des émotions et échanges sur les défis que vous rencontrez
- Appréhension et compréhension de vos émotions et de vos réactions
- Évocation en toute confiance des sujets personnels
- Accompagnement et soutien aux usagers et aux familles
- Élaboration autour du vécu de la maladie
- Acceptation de la maladie.

NOTRE ÉQUIPE



Sonia
Secteur Sud Artois



Élodie
Campagne de l'Artois



Virginie
Secteur Ternois



Virginie
Secteur Osartis Marquion

Les entretiens se font dans un lieu privé en toute confidentialité.

La durée d'une consultation est d'environ 45 min.

Sophrologie



Vivre les moments anxiogènes, difficiles ou douloureux en état de conscience modifiée grâce à la sophrologie. Notre équipe propose un accompagnement personnalisé pour **améliorer votre qualité de vie et retrouver un équilibre émotionnel**. Les exercices se déroulent assis, debout ou allongé selon les limites de chacun.

Accompagnement collectif ou individuel

- Conseils pour gérer son stress, son anxiété et ses émotions
- Techniques de méditation profonde pour apaiser son esprit
- Mise à disposition d'outils pour une utilisation quotidienne
- Amélioration du sommeil et renforcement de la force de vivre

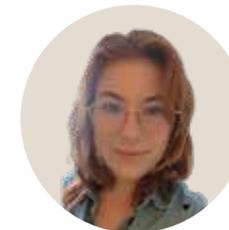
Déroulement d'une séance

- Relaxation pour être dans une conscience modifiée
- Exercices de relaxation musculaire, de respiration et de relaxation profonde avec une visualisation profonde
- Partage des ressentis en fin de séance

NOTRE ÉQUIPE DE SOPHROLOGUES



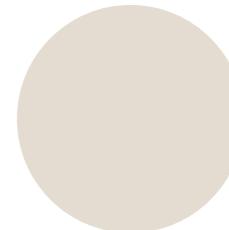
Lucile
Secteur Sud Artois



Sixtine
Campagnes de l'Artois



Emmanuelle
Secteur Ternois



Linda
Secteur Ternois



Caroline
Secteur Osartis Marquion

AVEC LE SOUTIEN FINANCIER DE :



NOS PARTENAIRES :



www.espaces-ressources-cancers.fr



48 avenue Winston Churchill
62000 Arras
peps@santelys.fr
03 62 28 8000
www.santelys.fr

