

La réflexologie plantaire

3 séances auprès de partenaires formés en réflexologie plantaire.

La réflexologie plantaire est fondée sur le fait que chaque partie du corps humain est représentée à un endroit déterminé du pied (points réflexes).

C'est une technique de pression manuelle non invasive qui agit en profondeur, stimule et rétablit l'équilibre de l'organisme. Elle agit en complément de la médecine traditionnelle et ne se substitue pas aux consultations médicales.

Le patient est allongé sur un fauteuil d'examen, les pieds nus, en position de détente.

La séance dure 45 min, temps de massage inclus.

Les bienfaits :

- Engendrer un état général de relaxation profonde réduisant l'anxiété, les stress, les émotions négatives et améliorant le sommeil
- Activer le processus de rééquilibration du corps
- Augmenter la circulation nerveuse et sanguine du corps
- Améliorer la qualité de vie des patients
- Renforcer l'effet des traitements médicaux et atténuer les effets secondaires grâce à l'élimination des toxines



Pour plus d'informations, et pour connaître les dates des prochains ateliers, rendez-vous sur notre site Internet www.dac.alsace

Avec le soutien de



Les soins de support en cancérologie



Dispositif
d'Appui
à la Coordination
Alsace

A tout moment de leur parcours de soins, les patients atteints de cancer peuvent faire appel au DAC Alsace pour bénéficier de différents soins de support.

0 367 300 367
contact@dac.alsace

Le soutien psychologique



6 séances au cabinet, à domicile ou en télé-consultation pour le patient ou son entourage proche (enfant, conjoint).

Dispensées par des psychologues libéraux, diplômés en psychologie clinique, installés en cabinet de ville ou travaillant en association.

Un soutien psychologique permet de faire face à la maladie et aux difficultés individuelles et familiales qu'elle entraîne.

La sophrologie

4 séances individuelles auprès de partenaires formés en sophrologie.



La sophrologie est une pratique qui combine des techniques de respiration, de décontraction musculaire et de visualisation positive. Elle favorise un bon équilibre entre le corps, le mental et les émotions.

Elle permet de se libérer de ses appréhensions, de réduire la fatigue, redonne optimisme et énergie.

La pédicurie



3 séances de soins au cabinet des podologues libéraux partenaires.

Ils sont sensibilisés aux problématiques cutanées et aux soins des ongles des personnes en cours de traitement.

Les conseils diététiques et les ateliers culinaires



En individuel : 1 bilan initial puis 3 séances de suivi réalisés par un diététicien partenaire à tout moment du parcours de soins.

En groupe: les ateliers culinaires participatifs à vocation thérapeutique, destinés aux patients en cours de chimiothérapie ou radiothérapie.

Durant 2h environ, en petit groupe de 6 à 10 personnes vous cuisinerez différentes recettes de saison.

Co-animés par un chef cuisinier et une diététicienne qui vous apportera des conseils et des astuces pour pallier aux difficultés nutritionnelles rencontrées durant les traitements.

A l'issue de l'atelier, soit un temps de dégustation sur place sera prévu, soit vous repartirez avec les plats que vous aurez préparés. Un livret de recettes vous sera également remis.

Ateliers réalisés en partenariat avec la Ligue contre le cancer.

Les soins socio-esthétiques : individuel ou atelier collectif

3 séances de soins individuels à domicile.



Des soins relaxants, une mise en beauté ainsi que des conseils adaptés aux effets secondaires des traitements sont proposés par des socio-esthéticiennes certifiées CODES.

Les ateliers collectifs sont proposés aux femmes et aux hommes (ateliers thématiques) en petit groupe. Durant 2h, la socio-esthéticienne vous apprendra des techniques d'auto-soin et d'auto-maquillage pour apaiser, nourrir et prendre soin de votre peau.

Ateliers réalisés en partenariat avec l'association Belle & Bien.