

# PAYS DE LA LOIRE



*Informations, dépistages, événements...*

**SAVE THE DATE !**

*Octobre rose*

**DANS VOTRE RÉGION.**

## Solidarité RENDEZ-VOUS EN OCTOBRE ROSE!

*Associations de femmes engagées, courses, rencontres... Notre sélection d'initiatives pour sensibiliser au cancer du sein ●*

PAR SOPHIE HELOUARD

### À cœurs BATTANTS

Tous les samedis matin, les **Pink Dragon Ladies** de Nantes se retrouvent pour pagayer sur l'Erdre au rythme du tambour. Leur point commun ? Avoir combattu un cancer du sein. « En général, les femmes nous rejoignent en cours ou à la fin de leur traitement, confie Rachel, une des membres du groupe. Pagayer sur la rivière, en pleine nature, tout en sentant la force du groupe, c'est magique ! » Les Pink Dragon Ladies sont actuellement en plein recrutement et envisagent de participer à la prochaine Vogalonga de Venise !  
Tél. : 07 81 08 95 54. À suivre sur Facebook.

### Tee TIME!

En mémoire de sa conjointe décédée d'un cancer du sein, Mathieu Gouret a fondé **Madame S**, une association qui organise des événements toute l'année et recueille des fonds pour lutter contre la maladie. Depuis 2017, près de 100 000 € ont été récoltés et ont permis de soutenir Ma Parenthèse à Basse-Goulaine (44). Envie de vous engager ? Le 22 octobre, Madame S organise une compétition caritative au Bourgenay golf club. Sortez votre putter !  
Avenue de la Mine, Talmont-Saint-Hilaire (85). [association-madame-s.fr](http://association-madame-s.fr)

*En partenariat avec les équipes médicales de l'**ICO** (Institut de cancérologie de l'ouest), **HEALSHAPE** travaille sur une bioprothèse mammaire. « Cette première prothèse naturelle capable de régénérer les tissus se résorbe dans les mois suivants l'intervention pour laisser place aux tissus de la patiente », confie Sophie Brac de la Perrière, sa CEO et co-fondatrice. Un projet innovant et des essais précliniques prometteurs! ●●●*

[institut-cancerologie-ouest.com](http://institut-cancerologie-ouest.com)

## 4950 femmes sont prises en charge, chaque année, pour un cancer du sein à l'ICO

Riche d'une expérience presque centenaire, l'Institut de Cancérologie de l'Ouest (ICO), Centre de Lutte Contre le Cancer, accueille chaque année près de 49 000 patients sur ses deux établissements dans les Pays de la Loire, à Angers et à Saint-Herblain.

Les quelque 1 400 professionnels de l'ICO accompagnent les patients à toutes les étapes de leur parcours de soins, de manière personnalisée, innovante et multidisciplinaire. Du diagnostic rapide à la chirurgie, la chimiothérapie, la radiothérapie, l'immunothérapie, la prise en charge s'étend également aux soins de support, très développés dans l'établissement.

### DU PARCOURS DE SOINS AU PARCOURS DE VIE

Les patient(e)s accueilli(e)s à l'ICO bénéficient d'une prise en charge globale : de la prise en compte de la douleur, en passant par la sophrologie, l'activité physique adaptée, l'accompagnement à la reprise du travail, les patient(e)s peuvent également participer à des ateliers d'éducation thérapeutique, afin de gagner en autonomie dans la gestion de leur maladie et de ses conséquences.

### INTÉGRATION DES SOINS, DE LA RECHERCHE ET DE L'INNOVATION

Être soigné à l'ICO, c'est avoir un accès privilégié aux essais cliniques de pointe en cancérologie. En 2022, 270 essais cliniques sont ouverts, toutes pathologies confondues : 46 de ces essais concernent le cancer du sein. La recherche à l'ICO s'intéresse également à la qualité de vie des patient(e)s post-cancer, comme par exemple, à la préservation de la fertilité après cancer pour les femmes de 18 à 41 ans.



Et pour éviter le cancer ? La recherche est en amont de la maladie : une équipe de recherche en prévention primaire étudie le lien entre régime alimentaire, génome et risque de cancer du sein, et plus largement, regarde le rôle de l'environnement dans le déclenchement du cancer du sein.

### UNE RECONNAISSANCE EUROPÉENNE

Fort de ses 4 missions – Prévention, Soins, Recherche, Enseignement – l'ICO offre une expertise complète en cancérologie sur le territoire. Ce haut niveau d'expertise est reconnu au niveau européen depuis 2022, avec l'obtention du très prisé label de l'OECL.



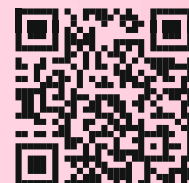
[www.institut-cancerologie-ouest.com](http://www.institut-cancerologie-ouest.com)



### OCTOBRE ROSE 2023 à l'ICO,

1 campagne unique pour l'acquisition d'un mammographe de haute technologie

Je participe en donnant *via* ce QR CODE  
ou sur internet à  
<https://bit.ly/ICOoctoberose2023>







TRIATHLON DES ROSES

## La course et la **VIE**

Après Paris, Toulouse, Lyon et Antibes, le 22 octobre prochain, le **Triathlon des Roses** se déroulera pour la 1<sup>re</sup> fois à Nantes. Au programme : 100 m de natation, 6 km de vélo et 3 km de course en direction des anneaux de Buren.

Une compétition solidaire et majoritairement féminine dont l'ambition est de se dépasser pour aider la fondation ARC à vaincre les cancers du sein.

[triathlondesroses.fr](http://triathlondesroses.fr)

## Ensemble, c'est **TOUT!**

Née de la rencontre entre Sandrine Dugast, touchée par la maladie en 2015, et Margareth Rambaud, kiné formée à la prise en charge des femmes atteintes d'un cancer du sein, l'association **Kocoon** accompagne les patientes et organise des ateliers toute l'année : activité physique adaptée (Pilates, marche nordique, etc.), sophrologie, méditation, café-partage... Un lieu de partage, conçu comme un cocon, où il fait bon se rencontrer et échanger !

70, rue de la Roche-sur-Yon, Moulleron-le-Captif (85).

Tél. : 07 69 20 86 44. [kocoonensembleautrement.fr](http://kocoonensembleautrement.fr)



« VOYAGE EN ALOPECIE »

## Portraits en **BEAUTÉ**

Très engagé dans la lutte contre le cancer du sein, le centre commercial Pôle Sud accueille l'exposition « Voyage en alopecie », réalisée par l'artiste angevine **Valérie Wroblewski-Moulin**. L'occasion de découvrir des portraits de patientes qui ont perdu leurs cheveux après leur chimiothérapie, de sensibiliser le public et de changer de regard sur la maladie. Jusqu'à la fin d'octobre.

CC Pôle Sud, route de Clisson, Basse-Goulaine (44).

Le **MARSOINS** de Châteaubriant-Derval — unité mobile de prévention — et le **CRCDC Pays de la Loire**, organisent une campagne de sensibilisation au cancer du sein : le 20 octobre, à Saffré, consultation gratuite avec un professionnel, apprentissage des bons gestes d'autopalpation et moment de détente avec une séance de réflexologie plantaire. ●●●

De 16h à 19h, cour du Séquoia, Saffré (44). [lemarsoins.fr](http://lemarsoins.fr)



CINQ MÔNDES  
PARIS

NOUVEAU AU SPA  
CINQ MONDES DE NANTES:  
KO BI DO ROYAL RÉGÉNÉRANT

UN MASSAGE VISAGE D'EXCEPTION REPULPANT,  
AUX 75 MANŒUVRES LIFTANTES

Spa Cinq Mondes Nantes

4 Rue Anizon (place LADMIRAULT), 44000, Nantes  
02 40 73 05 24

rendez-vous sur  
[www.cinqmondes.com](http://www.cinqmondes.com)





T'KAP

## Des défis **SPORTIFS**

Parce que l'activité physique réduit de 40 % les risques de récurrence, qu'elle permet de lutter contre les effets secondaires des traitements et fait du bien au moral, l'association **T'Kap** promeut la pratique sportive en milieu rural. « Après une séance, je n'ai plus mal, je me sens dans la vie normale », confie Danielle, coprésidente de l'association. Pilates, marche nordique, baseball, tir à l'arc : avec T'Kap, on teste tout un panel d'activités.

À suivre sur Facebook.

MICRONUTRITION,  
ACTIVITÉS PHYSIQUES,  
SOPHRO-RELAXATION,  
MASSAGES, SOINS COSMÉTIQUES :  
**L'HÔTEL VALDYS RESORT ROSCOFF**  
PROPOSE UNE CURE DE THALASSO  
POST-CANCER. DE QUOI SE FAIRE  
CHOUCHOUTER !

16, rue Victor-Hugo, Roscoff (29).

Tél. : 02 29 20 27 25.

[thalasso.com/destination/  
roscoff](http://thalasso.com/destination/roscoff)



HÔTEL VALDYS RESORT ROSCOFF

## Une aide pour **TOUTES**

Née en 1998, l'association **Europa Donna**, milite, informe et soutient les femmes concernées par le cancer du sein. « Nous garantissons l'accès à des soins de qualité partout et pour toutes, et portons la voix des patientes auprès des décideurs et des acteurs de la santé afin d'améliorer leur qualité de vie », confirme Fabienne Renaud, responsable de la délégation Pays de la Loire/Nantes. L'association œuvre également pour que les patientes en situation de précarité puissent bénéficier d'une meilleure prise en charge financière.

[europadonna.fr](http://europadonna.fr)



EUROPA DONNA

*Apéro-concert, marche rose ou stand autour du dépistage : la jeune association **LES BATTANTES** se démène pour développer des animations sur son territoire. Le 19 octobre, les bénévoles organisent une séance de gym active gratuite en partenariat avec l'hôpital Baugeois Vallée. ●*

À 14h30, 14, rue de l'hôpital, Beaufort-en-Anjou (49). [facebook.com/lesBattantes49](https://facebook.com/lesBattantes49)

# « "Ma Parenthèse", indispensable dans notre parcours de soin. »

Une maison d'accueil  
et d'accompagnement  
pour les femmes  
atteintes d'un cancer

Solidarité  
Écoute  
Bienveillance

**470**  
adhérentes  
depuis 2020

**25**  
ateliers par semaine  
animés par  
des professionnels  
de santé



\* N'abandonne jamais



Soutenez-nous !  
Merci pour Elles.

  
Ma Parenthèse



Rencontres  
**ELLES  
 S'ENGAGENT !**

*Leur moteur? La prévention,  
 l'accompagnement, et la lutte contre  
 le cancer du sein ●*

PAR SOPHIE HELOUARD

*Retrouver une vie intime*  
**FABIENNE MARCHAND-LAMIRAUD,  
 CHIRURGIENNE-GYNÉCOLOGUE**



Pendant des années, elle a partagé la souffrance de ses patientes. « Elles me disaient qu'elles avaient le sein abîmé et qu'elles ne pouvaient même plus avoir de relations sexuelles avec leur conjoint », nous confie Fabienne Marchand-Lamiraud. Beaucoup de femmes qui se voient prescrire une hormonothérapie à la suite de leur cancer du sein souffrent d'effets secondaires comme la

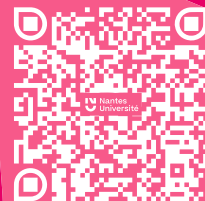
sécheresse vaginale, les douleurs lors des rapports... Afin de les aider à retrouver une vie intime normale, la gynécologue s'est formée à des techniques de régénération des tissus vaginaux. « J'utilise la radiofréquence, la photobiomodulation ou encore les injections d'acide hyaluronique à l'entrée du vagin, explique-t-elle. Avec ces gestes indolores, on répare énormément de femmes et on change leur vie. » En effet, si les nausées disparaissent et les cheveux repoussent à l'arrêt des traitements contre le cancer, la sécheresse vaginale, elle, persiste et va en s'aggravant. « C'est une complication pérenne qui engendre des problèmes au quotidien et dont on ne parle pas », s'offusque la médecin qui se bat aujourd'hui pour que ces soins soient remboursés. « Lorsqu'un homme opéré d'un cancer de la prostate n'a plus d'érection, les injections péniennes sont prises en charge. Pourquoi les femmes qui souffrent de sécheresse vaginale n'auraient pas les mêmes droits ? » ●●●

[docteur-fabienne-marchand.com](http://docteur-fabienne-marchand.com)



Découvrez notre offre de formation  
en Santé de la femme

[www.univ-nantes.fr/fc-sante](http://www.univ-nantes.fr/fc-sante)



# FOR MAT ION

continue



Photo©Humberto Chávez

À travers son **offre de formation continue à destination des professionnels de santé**, le Pôle Santé de Nantes Université répond à l'enjeu national visant à **maintenir un service de santé de qualité** sur notre territoire et à **mieux répondre aux besoins des patients et des patientes** d'aujourd'hui et de demain.



Pôle Santé  
Nantes Université

## *Garder ses cheveux* **STÉPHANIE, FONDATRICE DE PAS D'CHICHI**



À l'approche de ses 40 ans, Stéphanie, coiffeuse-perruquière, apprend qu'elle est atteinte d'un cancer du sein. « Outre la maladie, une des épreuves les plus difficiles, c'est la perte des cheveux », confie-t-elle. Avant la première séance de chimio, elle commence à chercher une perruque. « Mais, rien n'était concluant, je ne me reconnaissais pas », poursuit-elle. Stéphanie décide alors de couper ses cheveux et d'en faire une prothèse capillaire. « Quand je suis allée chercher mon fils à l'école, il m'a dit : "Tu as retrouvé tes cheveux ?" Même mon oncologue s'étonnait qu'ils ne soient pas encore tombés ! » Après plusieurs prototypes, elle perfectionne sa technique et donne naissance à Pas d'Chichi. « Le principe est simple : les femmes se font couper les cheveux avant leur traitement, nous les récupérons et nous leur confectionnons un bandeau sur mesure avec. Cette prothèse partielle peut ensuite être recouverte d'un foulard, d'un turban, d'un bonnet de laine en hiver ou d'un chapeau de paille en été. » De quoi rester soi-même pendant la maladie et booster son moral.

lespasdchichi.fr

## *Pédaler pour témoigner* **ALEXANDRA HUSTA, GLOBE-TROTTEUSE**



Alexandra a 31 ans et s'apprête à partir en Amérique du Sud lorsqu'on lui diagnostique une tumeur mammaire. « Juste avant le départ, j'ai senti une grosseur sous mon aisselle », se souvient-elle. Rapidement, le couperet tombe : cancer du sein de stade 2. Commence alors le long marathon des traitements : six mois de chimiothérapie, une mastectomie totale et 25 séances de rayons. « Comme je ne pouvais plus voyager, j'accueillais des couch-surfeurs sur mon canapé,

poursuit la jeune femme. L'un d'entre eux, qui voyageait à vélo m'a proposé de l'accompagner sur l'Eurovélo 6 entre Saint-Brévin-les-Pins et la Roumanie. Finalement le projet est tombé à l'eau. » Bien décidée à relever le défi seule, la globe-trotteuse entreprend un premier tour de France de 5 000 km. « Je suis partie avec mon hormonothérapie dans les sacoches de mon vélo », raconte-t-elle. Rassurée par ce premier périple, en juin 2021 elle s'élance sur l'Eurovélo 6 à destination de la mer Noire. Un an plus tard, cap cette fois vers la Laponie pour prouver à ses neveux que le Père Noël existe. Aujourd'hui, Alexandra totalise près de 23 000 kilomètres sur son vélo et témoigne de sa résilience ! Une vraie revanche sur la maladie... Le documentaire « D'un cancer du sein à un tour d'Europe à vélo : itinéraire d'une résilience » sera diffusé le 19 octobre à 18 h 30 au lycée Notre-Dame du Roc à la Roche-sur-Yon (85) en partenariat avec l'association Kocoon.

adventuresoftataalex.com

## *Accueillir et accompagner* **SOLENN ET STÉPHANIE, FONDATRICES DE MA PARENTHÈSE**



Stéphanie et Solenn évoluaient toutes les deux dans l'univers médical – l'une en tant que déléguée pharmaceutique, l'autre comme infirmière en cancérologie et soins palliatifs –, lorsqu'elles ont eu l'idée de créer un lieu ressource autour du cancer. « Souvent, lorsque les patientes terminent leur traitement, elles n'ont pas envie de

retourner dans une structure hospitalière pour leurs soins de support, explique Solenn. C'est pourquoi nous avons voulu imaginer un endroit chaleureux et cocooning, où elles peuvent venir sans rendez-vous pour parler quand elles en ont besoin, pratiquer une activité physique (Pilates, marche sportive, yoga, etc.), ou encore participer à un atelier. » Outre le large panel d'activités – sophrologie, socio-esthétique, art-thérapie, sport adapté, nutrition –, Ma Parenthèse propose aussi dans son espace boutique des prothèses mammaires et capillaires, de la lingerie spécialisée, ainsi que des cosmétiques. Un lieu d'écoute, d'accompagnement et de bien-être au service des patientes et de leurs proches. ●

13, rue Pasteur, Basse-Goulaine (44). Tél. : 09 75 66 79 63.

maparenthese-nantes.com

NOUVEAU

# Mon Carnet de Route

un temps pour moi



**Souffler**  
grâce au sport  
et aux exercices  
de cohérence  
cardiaque



**Une application  
pour vous,  
partout,  
et à votre  
rythme**



**S'écouter**  
avec le suivi  
des humeurs



**S'organiser  
et s'informer**  
avec le répertoire  
des associations  
de patientes



**Découvrez  
l'appli**



**Se relaxer**  
avec une sélection  
adaptée de lecture  
et de musique



**Cuisiner**  
avec des recettes  
bien-être



VIATRIS SANTÉ - 1, rue de Turin. 69007 Lyon - RCS Lyon n° 399 295 385

VIATRIS MÉDICAL - 1 bis, place de la Défense. Tour Trinity. 92400 Courbevoie  
RCS Nanterre B 443 747 977  
NON-2022-10616 - Octobre 2022







Dominique Alis

## Prothésiste Capillaire

Soigner  
son  
image



Artisane, **Dominique Alis** accompagne les personnes pour les soutenir pendant une période de combat et dans l'après guérison. Ses qualifications en coiffure, esthétique, conseil en

image sont les piliers essentiels pour adapter, conseiller, aider dans le choix une prothèse capillaire. **«Il est essentiel de comprendre l'importance et la nécessité d'intégrer, de lier les protocoles de soins au bien-être et à la beauté, pour accompagner, accepter, combattre les accidents de la vie.»**

Parallèlement Dominique est formatrice depuis plusieurs années et référente en coiffure pour le Groupe Academie M6. Contact exclusivement sur rendez-vous.



[www.adci-conseiletimage.com](http://www.adci-conseiletimage.com)

## NEUF...NOUVEAU...NOUVELLES



### FLEURANCE NATURE

Durant tout le mois d'octobre, Fleurance Nature, marque française spécialiste de la beauté certifiée bio depuis 50 ans, réunit dans un seul coffret ses soins iconiques. Il comprend une eau micellaire et une crème main à la rose, un gel douche Eau des Délices rose jasmin, ainsi qu'une crème nutrition intense. Quatre produits pour prendre soin de soi tout en douceur. Se les procurer, c'est aussi faire une bonne action, car 100 % des bénéfices seront reversés à la Ligue contre le cancer.

Coffret spécial Octobre Rose, 19,90 € (prix observé).  
[fleurancenature.fr](http://fleurancenature.fr)



### ECRINAL

Pour Octobre Rose, Ecrinal propose en édition limitée deux coffrets de vernis vegan. Ils se distinguent par leur haute teneur en ingrédients biosourcés. Pomme de terre, maïs, manioc, blé... une base végétale très respectueuse de l'ongle. Pose facile, séchage rapide, brillance et longue tenue font partie des points positifs. Pour l'achat d'un set, 1 € sera reversé à l'association Ruban Rose qui initie des actions positives en faveur de la recherche médicale, mais aussi de l'accompagnement des femmes combattant la maladie.

Coffret Octobre Rose Ecrinal, 9,45 € les 3 vernis 5 ml (prix observé).  
[asepta.com](http://asepta.com)