



# RÉZO ROSE annuaire by RUN ODYSSEA

## CONTACT

[secretaire@run-odyssea.org](mailto:secretaire@run-odyssea.org)

(Mise à jour le 20/01/2025)



# SOMMAIRE

SOMMAIRE .....	1
INTRODUCTION .....	3
ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES .....	4
Rose Pilates .....	4
Association Papayes .....	5
Association Réunionnaise de Dragon Boat.....	6
Association Aqua Bien-Etre .....	6
Comité dép. d'Education Physique et de Gym Volontaire.....	7
Association Extrême Verticale.....	7
Run Odyssée .....	8
ACCOMPAGNEMENT ET SOUTIEN SOCIAL .....	9
Association RUN ODYSSEÁ .....	9
Association VIVRE MIEUX TOUT SIMPLEMENT.....	9
Association ASETIS .....	10
Association IRIS.....	11
Association VOL'KAN SER .....	11
AIDE MEDICALE A LA PROCREATION .....	13
ART-THERAPIE .....	14
CONSEILS ET BOUTIQUES POUR PROTHESES CAPILLAIRES .....	15
CONSEILS GENETIQUES EN CANCEROLOGIE.....	17
DEPISTAGE.....	18
DERMOPIGMENTATION AEROLAIRE .....	19
DERMOPIGMENTATION DES SOURCILS .....	20
KINESITHERAPIE.....	21
NATUROPATHIE.....	22
OSTEOPATHIE .....	24
REEDUCATION POST CANCER.....	27
CRF Sainte-Clotilde.....	27
CRF Ylang-Ylang .....	28
REFLEXOLOGIE PLANTAIRE .....	29
SOCIO-ESTHETIQUE .....	31

# INTRODUCTION

Une des ambitions de RUN ODYSSEA est de mobiliser l'ensemble des acteurs qui interviennent dans la lutte contre le cancer du sein et de coordonner leurs actions afin de faciliter le parcours du patient.

Ces acteurs doivent être issus des associations investies dans la lutte contre le cancer du sein à la Réunion, des professionnels de santé des établissements de santé, des professionnels de santé du réseau Ville ainsi que des professionnels du bien-être qui souhaitent œuvrer pour les malades avec l'objectif de travailler

« Ensemble contre le cancer du sein » comme le veut le slogan d'ODYSSEA.

Les actions de ces acteurs sont décrites au sein d'un ANNUAIRE dont vous allez parcourir le contenu ci-après.

Son objectif est de vous guider au mieux pour que vous puissiez trouver et vous rapprocher des associations ou professionnels qui pourront vous aider dans votre parcours de patient.

Cet annuaire comprend plusieurs thématiques.

- **Les Activités Physiques Adaptées (APA)** proposées dans l'île. Les associations et professionnels qui les proposent vous accueilleront après avis médical positif ; il vous sera demandé une participation financière qui n'excédera pas 50 euros pour l'année.

- **L'aide médicale à la procréation**

- **L'aide et le soutien social** avec les fonds Odyssea

- **Les conseils et magasins** pour prothèses capillaires

- **Les soins de support** (art-thérapie, socio-esthétique, réflexologie, naturopathie, ostéopathie, rose pilates): ces soins sont gratuits, pris en charge par les fonds Odyssea dans la limite de quatre séances par spécialité avec la possibilité de bénéficier de plusieurs spécialités (exemple : 4 séances de réflexologie + 4 séances d'ostéopathie...) pendant les cinq années qui suivent la déclaration de la maladie. Vous pouvez donc y avoir recours dès l'annonce de la maladie, pendant et après votre traitement.

Run Odyssea prend également en charge une partie de la dermopigmentation des sourcils ou de la dermopigmentation aéroilaire.

# ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES

## Rose Pilates

Descriptif : Le Rose Pilates est une activité physique adaptée aux femmes touchées par un cancer du sein afin de se reconstruire en douceur. Il a été créé en 2012, par Jocelyne Rolland, kinésithérapeute. C'est une gymnastique adaptable à toutes les femmes, tout au long de leur parcours.

Le Rose Pilates permet de travailler les muscles profonds, la mobilité articulaire et la posture. Il diminue la fatigue, les douleurs articulaires. On réapprend à bouger, aimer et reprendre confiance en son corps. Il permet aussi un reconditionnement du corps afin de préparer un retour à l'activité physique.

Cours collectif d'une durée de 50 minutes.

Prise en charge de quatre séances par les fonds Odyssea.

### Intervenantes dans l'île

SUD	OUEST
<p><b>Caroline Lemaire,</b> 39 bis chemin Belhomme 97432 Ravine des Cabris Tel : 06 88 99 40 65 <a href="mailto:caro326@hotmail.fr">caro326@hotmail.fr</a></p>	<p><b>Chloé Lan Man Chung,</b> 2 avenue des Bengalis, 97 460 St-Paul Plateau Caillou. Tel : 0262 32 17 14. <a href="mailto:chloelanmc@yahoo.fr">chloelanmc@yahoo.fr</a></p> <p><b>Rose-May Lebon Dijoux,</b> 18 rue Bottard, 97 434 Saint-Gilles les Bains. Tel : 0692 07 63 25. <a href="mailto:rosemay.lebondijoux@gmail.com">rosemay.lebondijoux@gmail.com</a></p>
NORD	EST
<p><b>Anne-Laure Foullon</b> 12 rue Concorde 97 438 Sainte-Marie. Tel : 0692 10 93 18. <a href="mailto:foullon.annelaure.kine@gmail.com">foullon.annelaure.kine@gmail.com</a></p>	<p><b>Anaïs Lebon</b> 3 rue Isnelle Amelin 97 441 Sainte-Suzanne. Tel : 0692 14 12 72. <a href="mailto:anais_lebon@live.fr">anais_lebon@live.fr</a></p>

## Association Papayes

### Pratique d'Activités Physiques Adaptées, de Yoga et Soins de support

#### Lieux :

#### ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES

- Saint-Pierre, Case de Jolifonds les lundi et jeudi (17h-18h)
- Saint-Joseph, centre nautique les lundi (17h-18h) et le mercredi (17h-18h)

#### AQUABIKE

- Saint-Joseph, centre nautique le samedi (11h-12h)

#### PILATES

- Saint-Joseph, centre nautique le mardi (17h-18h)

#### YOGA

- Saint-Pierre, Ravine des Cabris (rue Pierre Blas, salle Semader) le samedi (9h-10h)

**Tél :** 0692 64 00 45 ou 0692 82 36 96

**Mail :** [apasudreunion@gmail.com](mailto:apasudreunion@gmail.com)

**Page facebook :** Papayes Apa Sud Réunion

Descriptif : L'association PAPAYES, née en décembre 2014 en lieu et place de l'APASR, a pour objectifs :

- la dispensation de cours dits « d'activité physique adaptée » (APA) à des patients atteints de cancer du sein en l'absence de contre-indication médicale à cette pratique, ainsi que la promotion et la mise en œuvre des activités dites de « soins de support », pour le bénéfice des personnes atteintes ou ayant été atteintes de cancer du sein à la Réunion.
- l'organisation matérielle d'échanges de pratiques professionnelles entre les professionnels médicaux et paramédicaux de la Réunion impliqués dans la prise en charge des patients atteints de cancers du sein, localisés ou métastatiques.

Le projet APA est en place depuis octobre 2012 et regroupe, dans un même atelier, des patientes en traitement ou fraîchement sorties. Il a été initié et organisé par deux médecins, radiothérapeute et oncologue (Valérie Magnin et Vincent Aliamus). Il est animé par deux intervenants diplômés APA.

L'investissement de l'équipe médicale est pour beaucoup dans la motivation des participantes. Avant le début des entraînements, chacune d'elle a bénéficié d'un bilan musculo-squelettique fait par un kiné ainsi qu'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'APA, le tout renouvelé tous les ans.

PAPAYES est aujourd'hui présidée et gérée par d'anciennes malades.

## **Association Réunionnaise de Dragon Boat**

### **Programme Breast Cancer Survivor**

**Lieu :** Le Port, port Ouest (darse sud), le dimanche de 8h30 à 11h30

**Tél :** 0692 36 76 86

**Email :** [dragonboatreunion@gmail.com](mailto:dragonboatreunion@gmail.com)

**Site internet :** [www.dragonboat-reunion.com](http://www.dragonboat-reunion.com)

**Facebook :** Dragon Boat Réunion - ARDB

Descriptif : L'ARDB a dans ses objectifs celui d'aider les malades atteints d'un cancer sein en leur proposant une Activité Physique Adaptée (reconnue par le Dr Mac Kenzie, médecin à l'Université de Vancouver), régulière et encadrée : le Dragon Boat (embarcation traditionnelle héritée des campagnes chinoises) dont les effets de la pratique sont reconnus bons pour les malades.

Elle réactive en effet les voies de circulation lymphatique par un effet actif de la musculature. Elle permet également aux femmes d'être ensemble, de se soutenir, de s'encourager, de surmonter les peurs et surtout de briser le tabou de ne plus pouvoir utiliser leur bras opéré.

## **Association Aqua Bien-Etre**

### **Gymnastique aquatique après cancer : détente, plaisir, partage, bien-être**

**Lieux :**

- Saint-Denis, piscine du Chaudron : **Aquadouceur** lundi et vendredi (11h30 dans le grand bassin, 12h20 dans le petit bassin)

- Saint-Paul, piscine du front de mer : **Aquadouceur** lundi (18h) et jeudi (18h50) ; **Aqua Jogging Santé** le jeudi (18h)

- Saint-Paul, piscine de Plateau-Caillou : **Aquadouceur** mardi (12h15), mercredi (18h) et jeudi (11h15).

**Tél :** 0692 60 83 52

**Mail :** [aquabienetre@gmail.com](mailto:aquabienetre@gmail.com)

**Site internet :** [www.aquabienetre.re](http://www.aquabienetre.re)

Descriptif : Cet atelier aquatique, vous offre un espace de détente, de partage, de reprise de confiance en soi à travers des exercices simples et ludiques qui vous feront bouger tout en douceur grâce à l'élément Eau. Des instants offerts pour retrouver le sourire, l'énergie, la mobilité, la confiance et la forme. Nous sommes à votre écoute et prenons soin de vous. Notre intervenante vous accueille pour des séances d'Aqua Santé, spécialement adaptées aux femmes ayant été touchées par un cancer du sein.

Nul besoin de savoir nager, il vous suffit juste d'avoir envie d'être là ! A bientôt.

## Comité dép. d'Education Physique et de Gym Volontaire Programme « Gym Après Cancer »

### Lieux :

- Saint-Benoit (MJC) le lundi (8h-9h) et le mercredi (10h-11h)
- Saint-Denis (Camélias) les mardi et vendredi de 10h à 11h
- La Possession les mercredi et samedi de 7h30 à 8h45
- Tampon (MJC) le mardi (9h15-10h15) et le jeudi (18h-19h)

**Tél :** 0692 57 31 18 ou 0262 21 51 57

**Email :** [gv.codep99@wanadoo.fr](mailto:gv.codep99@wanadoo.fr)

Descriptif : Le programme GYM APRES CANCER, est un produit de la Fédération Française d'Education Physique Gymnastique Volontaire. C'est un programme passerelle d'activités physiques adaptées, destiné aux personnes atteintes de cancer et/ou en phase de rémission. Ce programme vise l'amélioration de la condition physique des participants, leur autonomie de pratique physique, ainsi que l'adoption d'un mode de vie plus actif.

Les animateurs sont titulaires d'un Certificat de Qualification Professionnel Animateur de Loisirs Sportif et ont suivi un module complémentaire GYM APRES CANCER en novembre 2011.

## Association Extrême Verticale

### Séances d'escalade pour les femmes opérées d'un cancer du sein Programme Rose Verticale

**Lieu :** Gymnase de Montvert les Bas à Saint-Pierre ; programmes de trois mois (avril-juin) et septembre-novembre) les jeudis de 17h à 18h30

**Tél :** 0693 70 69 83 (Marie-Céline Logeay)

**Email :** [roseverticale974@gmail.com](mailto:roseverticale974@gmail.com)

**Page facebook:** [@Rose Verticale](#)

Descriptif : ce nouveau programme a été lancé par le club d'escalade de Saint-Pierre, Extrême Verticale, à l'initiative de Marie-Céline Logeay, kiné du sein. Il est labélisé Sport Santé sur Ordonnance et est accessible sur prescription médicale pour « aller plus haut que la maladie ». Les huit pratiquantes du groupe ont droit à un bilan physique réalisé avant et après le programme. Séance d'essai offerte. Tarif : 10 euros pour l'ensemble des séances.

## Run Odyssée

### Marche nordique après Cancer

**Lieu :** L'Etang-Salé, le lundi de 8h à 9h30, le mercredi de 17h à 18h30 et le samedi de 7h30 à 9h

**Tél :** 0693 44 70 74 ou 0693 39 78 05 ou 0693 13 08 99

**Email :** [contact@run-odyseea.org](mailto:contact@run-odyseea.org)

**Site internet :** [www.run-odyseea.org](http://www.run-odyseea.org)

Descriptif : Run Odyssée accompagne des personnes malades du cancer du sein par la pratique d'une activité physique régulière et encadrée: la marche nordique.

La marche nordique est une autre conception de la marche, plus dynamique. Le principe est simple: il s'agit d'accentuer le mouvement naturel des bras pendant la marche et de propulser le corps vers l'avant à l'aide de deux bâtons qui permettent d'aller plus vite et de marcher plus longtemps.

En raison d'une technicité simple et d'un apprentissage peu fastidieux, la pratique procure un bien-être dès les premières séances. S'agissant d'un sport doux, il convient à tous, notamment aux personnes convalescentes.

Il renforce les fonctions respiratoires et cardiaques. Il fait travailler 80% des muscles du corps, ce qui permet de dépenser deux fois plus de calories qu'en marche normale d'où une perte de poids plus importante. Le programme est ouvert aux femmes qui auront au préalable reçu un avis médical positif d'un médecin du sport.

Ce programme a reçu le label « sport sur ordonnance » de la part de l'ARS Réunion et de la DRAJES.



# ACCOMPAGNEMENT ET SOUTIEN SOCIAL

## Association Run ODYSSÉA

**Lieu :** 9 place de la Principauté d'Andorre 97 427 Etang-Salé

**Tél :** 0693 39 78 05

**Mail :** [secrtaire@run-odyssea.org](mailto:secrtaire@run-odyssea.org)

**Site internet :** [www.run-odyssea.org](http://www.run-odyssea.org)

Descriptif : Outre l'organisation de la manifestation ODYSSEA REUNION, dont l'objectif est de faire parler de la maladie et sensibiliser à son dépistage tout en récoltant des fonds pour aider les familles touchées par le cancer du sein, l'association RUN ODYSSEA prend en charge, avec les fonds récoltés lors de son évènement, des aides à l'achat de produits de confort, aux manchons, foulards, turbans, maillots de bain, soutiens-gorge...

Des aides financières spécifiques et exceptionnelles peuvent également être accordées pour des reconstructions mammaires, frais de transports...

Les dossiers de demande, étudiés par une commission sociale, doivent comporter les pièces suivantes :

- Lettre de demande d'aide
- Avis d'imposition (revenu fiscal de référence inférieur à 35 000 € + 3 500 € par enfant)
- Certificat médical attestant de la maladie
- Devis ou facture des produits ou prestations
- Pièce d'identité

Les remboursements s'effectuent sur la base d'une grille de remboursement disponible auprès de l'association.

## Association VIVRE MIEUX TOUT SIMPLEMENT

**Lieu :** 7 îlotissement Clain, Rivière-du-Mât les Bas, 97 440 Saint-André

**Tél :** 0692 30 91 10

**Mail :** [rolandsihou974@gmail.com](mailto:rolandsihou974@gmail.com)

Descriptif : L'association VIVRE MIEUX TOUT SIMPLEMENT a pour but le mieux-être des personnes atteintes de cancers, AVC, maladies auto-immunes et amyotrophie.

Ecoute, Information, Aide, Partage sont les maîtres mots des bénévoles de l'association qui souhaitent accompagner les malades et les familles.

Diverses activités (art-thérapie, yoga, réflexologie plantaire, kuduro fit, randonnées) sont proposées par l'association sur le secteur Est de l'île.

## Association ASETIS

**Lieu** : 121 Chemin Casabona 97 410 Saint Pierre

**Tél** : 02 62 25 80 81

**Mail** : [accueil@asetis.re](mailto:accueil@asetis.re)

**Page Facebook** : Association\_ASETIS

**Site internet** : [www.asetis.re](http://www.asetis.re)

Descriptif : ASETIS propose aux femmes atteintes d'un cancer du sein un accompagnement multidisciplinaire complémentaire à la prise en charge médicale.

Elles pourront bénéficier **d'atelier de connaissances pour mieux comprendre l'accompagnement médical** ainsi que des soins de supports indispensables pour le mieux-être de la personne tels que :

- un soutien psychologique,
- un suivi diététique,
- un coaching en activités physiques adaptées,

et bien d'autres

Elles trouveront à ASETIS une maison de vie ayant pour vocation de lutter contre l'isolement grâce à des repas communautaires, des activités culturelles et sportives du lundi au vendredi. Elles pourront compter sur l'écoute et le dévouement de toute l'équipe.

**Pièces à fournir** : Prescription pour des séances d'ETP + Certificat d'aptitude totale ou partielle à la pratique de l'activité physique.

ASETIS gère également des **Appartements de Coordination Thérapeutique** dans lesquels sont hébergées des personnes atteintes de pathologies chroniques, nécessitant soins, suivi médical, psychologique et social. Les logements sont meublés, équipés et disséminés sur la commune de Saint-Pierre à proximité des lieux de soins afin de faciliter les démarches et déplacements. Ce dispositif serait accessible aux femmes atteintes du cancer du sein en fonction de leurs situations sociales.

L'objectif est d'accompagner la personne dans tous les actes de la vie afin de l'amener à une autonomie en santé.

**Pièces à fournir** : Dossier médical conçu par son médecin référent + Dossier social réalisé par un travailleur social.

## Association IRIS Réseau Gynéco Sein Réunion

### Coordination du parcours de soins du diagnostic à l'après-traitement

**Lieu :** toute l'île

**Tél :** 0692 00 40 47

**Coordinatrices :** Anne Perrin et Céline Cognault

**Mail :** [coordinatrice@reseau-iris.com](mailto:coordinatrice@reseau-iris.com)

**Site internet :** [www.reseau.iris.com](http://www.reseau.iris.com)

Descriptif : Le Réseau Gynéco Sein Réunion IRIS est une association loi 1901 qui s'adresse à toutes les Réunionnaises atteintes d'un cancer du sein ou d'un cancer gynécologique. Il est composé d'un collectif de professionnels de santé experts en cancérologie engagé dans une action coordonnée pour améliorer et personnaliser le parcours de soins.

Les missions principales du Réseau IRIS consistent à aider les patientes à organiser leur parcours de soins et à faciliter leur accès aux soins de support. Il a également pour vocation de fédérer les professionnels de santé par le partage de connaissances et de compétences. En pratique, les deux coordinatrices proposent une permanence téléphonique du lundi au vendredi et plusieurs permanences physiques pour accueillir les malades.

Celles-ci bénéficient d'une personne ressource présente depuis le diagnostic jusqu'à deux ans après la fin des traitements actifs par un soutien organisationnel, une réponse aux questions, pour une orientation ou une anticipation d'éventuelles difficultés, pour donner un outil de suivi des rendez-vous et pour permettre une mise en relation avec les professionnels adaptés.

## Association VOL'KAN SER

**Lieu :** Nous accueillons le public tous les lundis et vendredis (excepté le dernier vendredi du mois) sur nos horaires de permanence 9h-12h / 14h-17h

à la case Jimmy Desamb 171 Bd du front de mer - Étang St Paul

**Tél :** 0692 03 15 19

**Mail :** [maisonvolkanser@gmail.com](mailto:maisonvolkanser@gmail.com)

**Page facebook :** VOL'KAN SER

Descriptif : L'association VOL'KAN SER, composée de bénévoles et de professionnels de la santé, propose d'accompagner les femmes atteintes de cancer (**tous cancers**) afin de mieux vivre la maladie au quotidien

Outre un temps d'échanges, d'informations, de rencontres, de partages d'expériences et de sensibilisation autour du cancer, l'association a mis en place un programme d'éducation thérapeutique (ETP) sur 5 axes autour du "**Mieux vivre le cancer** "

Ces ateliers abordent, après un bilan éducatif partagé et personnalisé par un membre formé à l'ETP :

- Le vécu de la maladie : connaître sa maladie, se connaître soi
- Le quotidien : ma vie au quotidien, mon couple, ma famille, mon entourage amical et professionnel
- Le traitement : connaître ses traitements et les effets secondaires du cancer
- La nutrition/ l'alimentation : "un allié dans mon assiette " atelier réalisée par une diététicienne

- Le travail / la réinsertion : et après ? atelier animée par une assistante sociale

Ces ateliers à la demande de la patiente peuvent être réalisés en présence d'un aidant, en compagnie d'un proche.

Aussi nous accompagnons les patientes sur 2 autres aspects :

- un volet Sport-Santé en collaboration avec la Maison Sport Santé -OMS de St Paul
- un volet Culture-Santé



# AIDE MEDICALE A LA PROCREATION

Descriptif : Le centre d'Aide Médicale à la Procréation propose une préservation aux patients présentant un risque d'altération de leur fertilité. Cette prise en charge est organisée dans l'unité agréée CECO (Centre de Conservation des Oeufs et du Sperme).

Plusieurs techniques de préservation sont proposées en fonction de l'âge, du statut marital et de l'urgence de débiter un traitement : chez la femme, la vitrification ovocytaire, embryonnaire ou la congélation de tissu ovarien ; chez l'homme, la congélation de sperme ou de tissu testiculaire. Les gamètes, embryons et tissus conservés peuvent être réutilisés après une période de rémission.

Pour les femmes, les hommes, présentant une stérilité après traitement, le centre est également agréé pour le don d'ovocytes, de sperme et l'accueil d'embryons. Dans ce cadre nous avons besoin de donneurs (euses).

## AMP-CECOS CHSR

**Lieu :** Centre d'AMP-CECOS CHU de la Réunion, GHSR-BP350, 97448 Saint-Pierre cedex.

**Tél :** 0262 35 96 43 ou 0262 35 94 21

**Mail :** [sec.amp.ghsr@chu-reunion.fr](mailto:sec.amp.ghsr@chu-reunion.fr)

**Site Internet :** [ampchureunion.com](http://ampchureunion.com)

# ART-THERAPIE

Descriptif : L'Art-Thérapie est une méthode de soin qui vise l'expression de Soi à travers la création. L'ART c'est l'expression créative : jouer, imaginer, réaliser, projeter... C'est Vivre ! THERAPIE renvoie au Soin et vise le Bien-Etre !

De nos jours, beaucoup de personnes touchées par le cancer revendiquent la nécessité d'être soutenues moralement, pour mieux gérer le stress et la fatigue, liés aux traitements et aux hospitalisations, pour dépasser la détresse devant la maladie. L'art-thérapie est proposée pour se ressourcer, s'exprimer, retrouver plaisir et qualité de vie, donc une meilleure disponibilité aux soins et le retour vers un Mieux-être.

Ce soin ne nécessite aucune compétence créative particulière et il est accompagné, soutenu par un thérapeute. La création est utilisée pour son pouvoir expressif et apaisant. En art-thérapie, nous utilisons le dessin, la peinture, le modelage, l'écriture... afin de libérer nos émotions, de les accueillir dans un espace sécurisant.

L'Art-thérapie aide à retrouver confiance en soi et la possibilité de faire des choix, d'être acteur de sa thérapie, d'agir pour ne plus subir ses émotions. La personne n'y oublie pas sa maladie mais réapprend à vivre avec et malgré elle.

Ainsi à travers la création, elle peut la mettre en forme, la représenter, l'adoucir, la remodeler, l'écouter, la jeter, l'écraser... Elle la reçoit et décide d'en faire autre chose...

Ce soin est particulièrement indiqué pour les personnes peu enclines à verbaliser leurs peurs ou leurs souffrances. L'expression des émotions permet de retrouver la saveur et le sens de la vie, dans l'acceptation de « ce que je suis, comme je suis, ici et maintenant »

## **Philippe Costille (Saint-Denis)**

Art-thérapeute Diplômé, titulaire de la certification AFRATAPEM et du DU d'Art-thérapie de la FAC de médecine de Grenoble

**Lieu** : à domicile, en cabinet ou en structure (avec autorisation de celle-ci)

Séance individuelle d'une heure (modulable selon les souhaits du patient).

Séances par petits groupes possibles.

**Tél** : 0693 10 56 50

**Mail** : [pcostille.arth@gmail.com](mailto:pcostille.arth@gmail.com)

## **L'Atelier... (L'Etang-Salé)**

**Personne ressource** : **Isabelle Ravel**, Art-thérapeute Diplômée PROFAC

**Lieu** : 18 rue Escaldès Engordany 97427 Etang-Salé-les-Bains

Séances individuelles (1h).

Séances de groupe.

**Tél** : 0692 61 65 29

**Mail** : [atelier.iravel@gmail.com](mailto:atelier.iravel@gmail.com)

## **Ressources Créatives 974 (Sud)**

**Personne ressource** : **Julie Gaillard-Laude**, Art-thérapeute Diplômé PROFAC

**Lieu** : à domicile

**Tél** : 0692 55 26 78

**Mail** : [ressources.creative974@gmail.com](mailto:ressources.creative974@gmail.com)

# CONSEILS ET BOUTIQUES POUR PROTHESES CAPILLAIRES

## Louis Alexandre Coiffure (Le Tampon)

**Personne ressource :** **Sophie Grondin** ; partenaire Aderans Any d'Avray

**Lieu :** Centre médical Terrain Fleury – 16 rue Hubert Delisle 97 430 Le Tampon

Sophie Grondin reçoit les mardi, mercredi et jeudi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Elle se déplace à domicile les lundi et vendredi.

**Tél :** 0692 27 52 82

**Mail :** [marjul03@orange.fr](mailto:marjul03@orange.fr)

Descriptif : Accompagnement personnalisé en institut ou à domicile (le mercredi) pendant et après le cancer. Sophie Grondin vous reçoit dans une pièce en toute discrétion (parking privé). Elle vous propose des prothèses capillaires, volumateurs, turbans, foulards, casquettes, bonnets et autres accessoires. A partir de fibres synthétiques, variations et cheveux naturels en plusieurs colories, elle vous conseille des modèles en conservant votre style et en personnalisant la coupe ou en modifiant votre look si vous le désirez.

Conventionné par l'assurance maladie, elle applique le tiers payant.

## Institut Hair Contact (Saint-Pierre)

**Personne ressource :** **Christine Dupuis**

**Lieu :** 131 D avenue Président Mitterrand - Terre-Sainte, 97 410 Saint-Pierre

**Tél :** 0262 96 05 26 - 0692 61 55 72

**Mail :** [haircontact974@gmail.com](mailto:haircontact974@gmail.com)

Descriptif : Dans un Institut discret et calme, Christine Dupuis vous reçoit et vous conseille en prenant du temps pour vous. Nous vous proposons des perruques, compléments capillaires, volumateurs en cheveux naturels et synthétiques, permettant tous types de coiffures, ainsi que des turbans, bonnets et foulards.

Agréé par l'Assurance Maladie, nous appliquons le tiers payant.

## AL Comptoir (Le Port)

A travers ce comptoir, nous avons souhaité créer un lieu de partage qui s'adresse à tous (atteinte d'un cancer ou pas), permettant l'échange et excluant l'isolement.

**Lieu:** 32B rue René Michel 97 420 Le Port

**Tél :** 0262 45 24 84 - 0692 26 95 40

**Mail :** [al.comptoir@gmail.fr](mailto:al.comptoir@gmail.fr)

**Site facebook :** al comptoir

Descriptif (**notre philosophie**): Prendre soin de vous pendant et après le cancer en vous proposant en toute discrétion des prothèses capillaires, turbans et autres accessoires.

Grâce aux fibres synthétiques, naturels ou mixtes, nous nous adapterons à vos goûts en conservant votre style en reproduisant votre coupe ou pourquoi pas en modifiant votre look. Conventionné par l'assurance Maladie, nous pratiquons le tiers payant.

## **Les ateliers d'Arnaud (La Possession)**

**Personne ressource : Arnaud Carrère-Gee**

**Lieu :** La Possession

**Tél :** 0262 14 23 49

**Mail :** [berni64@hotmail.fr](mailto:berni64@hotmail.fr)

Descriptif : Arnaud vous accueille sur rendez-vous dans son institut agréé "NJ création" dans la plus stricte intimité et confidentialité.

Titulaire de la qualification PSDM qui vous garantit une hygiène parfaite ainsi que les qualités requises préconisées par la CGSS dans le cadre de la prestation de la vente de perruques médicalisées, il vous propose une écoute attentive de vos besoins, ainsi qu'une personnalisation de chaque chevelure.

Services à domicile possible sur rendez-vous.



# CONSEIL GÉNÉTIQUE EN CANCEROLOGIE

## CHU REUNION

**Lieu:** Consultation d'oncogénétique au sein des services de génétique du CHU : GHSR et Félix Guyon.

**Site Félix Guyon**

**Tél :** 0262 90 64 00

**Mail :** [sec.genetique.fguyon@chu-reunion.fr](mailto:sec.genetique.fguyon@chu-reunion.fr)

**Site GHSR**

**Tél :** 0262 71 78 70

**Mail :** [sec.genetique.sud@chu-reunion.fr](mailto:sec.genetique.sud@chu-reunion.fr)

Descriptif : Certains cancers sont liés à une prédisposition génétique, c'est-à-dire une anomalie génétique, appelée aussi mutation, augmentant de manière significative le risque de développer la maladie par rapport à la population générale.

La question de cette prédisposition doit se poser en cas de nombreux antécédents de cancer dans la famille, d'un jeune âge au diagnostic ou d'atteintes multiples.

Les conseillers en génétique et les médecins de la consultation sont disponibles pour répondre aux questions concernant cette éventuelle prédisposition et, si besoin, prescrire des analyses génétiques pour adapter au mieux le suivi du patient après la maladie et proposer des mesures de prévention à ses apparentés.

# DEPISTAGE

## CRCDC LA REUNION

**Lieu:** 17 rue Amiral Decaen 97 400 Saint-Denis

**Tél :** 0262 30 90 90

**Mail :** [crcdc-reunion@orange.fr](mailto:crcdc-reunion@orange.fr)

**Site internet:** [www.crcdclareunion.com](http://www.crcdclareunion.com)

Descriptif : Le CRCDC, Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers, prend en charge l'organisation locale et la promotion des dépistages organisés du cancer du sein, du cancer colorectal, et du cancer du col de l'utérus.

Nb: l'envoi des invitations relatives aux trois dépistages est désormais réalisé par l'Assurance Maladie.

Le CRCDC se tient à votre disposition pour tout renseignement concernant le suivi de vos dépistages.

A La Réunion depuis 2004 (Anciennement Run Dépistages)

Avez-vous reçu notre invitation par courrier ?

Etes-vous concerné par le dépistage de ces cancers ?

- Dépistage du cancer du sein: de 50 à 74 ans
- Dépistage du cancer colorectal: de 50 à 74 ans
- Dépistage du cancer du col de l'utérus: de 25 à 65 ans.

Rendez-vous sur la page Facebook CRCDC La Réunion.

## DERMOPIGMENTATION AEROLAIRE

La dermopigmentation aréolaire permet de reconstruire les aréoles mammaires afin de simuler visuellement un relief et une texture, après une reconstruction mammaire suite à un cancer du sein; elle permet également de camoufler les cicatrices aréolaires. Le dermographe va dermopigmenter en trompe-l'œil un dessin le plus proche possible de l'autre aréole.

C'est une dermopigmentation réparatrice ou médicale, qui découle du même principe que le tatouage semi-permanent esthétique. Elle consiste à déposer dans les couches superficielles de la peau, à l'aide d'aiguilles stériles, des pigments d'origine naturel.

La dermopigmentation est donc une pigmentation longue durée variable.

<p><b>Natucci Estetica (Saint-Paul)</b> <b>Personne ressource : Nathalie Bucci</b> <b>Lieu :</b> route nationale 1, l'Ermitage, 97 434 La Saline les Bains <b>Tél :</b> 0692 73 34 71 <b>Mail :</b> <a href="mailto:nathaliebucci@yahoo.com">nathaliebucci@yahoo.com</a></p>	<p><b>NomaDerm (Saint-Paul)</b> <b>Personne ressource : Janis Incana</b> <b>Lieu :</b> 68 rue des Flamboyants 97 411 La Plaine Saint-Paul <b>Tél :</b> 0693 33 88 18 <b>Mail :</b> <a href="mailto:contact@nomaderm.re">contact@nomaderm.re</a></p>
<p><b>Micro Dermo (Les Aviron)</b> <b>Personne ressource : Laetitia Laloux</b> <b>Lieu :</b> Cabinet Thérapeutique C2, résidence Casamance, 5 rue Henri Fort 97 425 Les Aviron <b>Tél :</b> 0692 07 18 84 <b>Mail :</b> <a href="mailto:laloux974@hotmail.fr">laloux974@hotmail.fr</a></p>	

# DERMOPIGMENTATION DES SOURCILS

La dermopigmentation des sourcils permet d'embellir ces derniers en introduisant à l'aide d'aiguilles stériles des pigments d'origines naturelles: minérales ou organiques au niveau des couches superficielles de la peau afin de créer, redessiner, corriger, intensifier, revaloriser les sourcils.

Elle est utilisée à des fins réparatrices et ou purement esthétiques grâce à un appareil spécifique. On obtient un fini plus précis qui est adapté en fonction du rendu souhaité tels ombrage, poil à poil, effet réaliste "3D"...

La dermopigmentation est donc une pigmentation longue durée variable.

<p><b>Micro Dermo (Les Aviron)</b> <b>Personne ressource : Laetitia Laloux</b> <b>Lieu :</b> Cabinet Thérapeutique C2, résidence Casamance, 5 rue Henri Fort 97 425 Les Aviron <b>Tél :</b> 0692 07 18 84 <b>Mail :</b> <a href="mailto:laloux974@hotmail.fr">laloux974@hotmail.fr</a></p>	<p><b>Centre esthétique Aroma (Saint-Denis)</b> <b>Personne ressource : Patricia Siujeng</b> <b>Lieu :</b> 12 rue Malartic, 97 400 Saint-Denis <b>Tél :</b> 0692 59 19 57 <b>Mail :</b> <a href="mailto:siujengpat@gmail.com">siujengpat@gmail.com</a></p>
<p><b>Ecrin de soi (Saint-Denis)</b> <b>Personne ressource : Elisabeth Lapierre</b> <b>Tél :</b> 0692 25 21 89 <b>Mail :</b> <a href="mailto:elisa.beaute@gmail.com">elisa.beaute@gmail.com</a></p>	<p><b>Natucci Estetica (Saint-Paul)</b> <b>Personne ressource : Nathalie Bucci</b> <b>Lieu :</b> route nationale 1, l'Ermitage, 97 434 La Saline les Bains <b>Tél :</b> 0692 73 34 71 <b>Mail :</b> <a href="mailto:nathaliebucci@yahoo.com">nathaliebucci@yahoo.com</a></p>
<p><b>NomaDerm (Saint-Paul)</b> <b>Personne ressource : Janis Incana</b> <b>Lieu :</b> 68 rue des Flamboyants 97 411 La Plaine Saint-Paul <b>Tél :</b> 0693 33 88 18 <b>Mail :</b> <a href="mailto:contact@nomaderm.re">contact@nomaderm.re</a></p>	

# KINESITHERAPIE

La kinésithérapie du sein est un soin de support pour les femmes atteintes de cancer du sein. Elle vise à traiter les troubles veineux et lymphatiques, à prévenir et à traiter les séquelles de la chirurgie et des traitements médicaux, et à aider les patientes à adopter des mouvements corrects.

Elle évite ainsi les positions antalgiques qui peuvent entraîner un enraidissement.

Il est recommandé de faire un bilan de la mobilité de l'épaule avant la chirurgie du sein.

## Réseau des kinés du Sein (RKS)

Descriptif : Le Réseau des Kinés du Sein est formé de kinésithérapeutes diplômés ayant suivi une formation spécifique pour les patientes atteintes d'un cancer du sein. Ils sont expérimentés et mettent constamment à jour leurs connaissances en assistant à des formations et des congrès.

### Comment trouver un kiné du Sein spécialisé près de chez vous ?

En allant sur le site du Réseau :

<https://www.reseaudeskinesdusein.fr/>

Remplir ensuite le formulaire afin de personnaliser votre demande et vous accompagner au mieux ET accéder au listing des kinés référencés près de chez vous.

## Annuaire IPPP

Retrouver en un clic le kiné spécialisé en santé féminine près de chez vous.

[Annuaire IPPP - Les kinésithérapeutes formés en santé féminine](#)

# NATUROPATHIE

Descriptif : La naturopathie intervient en complément des protocoles de soins conventionnels. Le naturopathe écoute et accompagne la personne en la considérant dans sa globalité c'est-à-dire dans la conscience et la connaissance de son environnement et de ses différents aspects (physique, social, mental, émotionnel, spirituel ...).

Son but est d'aider la personne à retrouver un équilibre et un mieux être durable en l'aidant notamment à mieux comprendre le sens de la maladie ou du mal-être et en proposant des conseils personnalisés en hygiène de vie (alimentation/ nutrition, gestion du stress, exercice physique) et, si nécessaire, en traitements naturels (utilisation de végétaux, de plantes).

Pour toutes ces raisons, la naturopathie est une aide majeure avant, pendant et après un traitement en chimiothérapie et/ou radiothérapie, car elle offre des clés pour une meilleure gestion des émotions et de la douleur et propose des mesures concrètes pour aider le corps à renforcer son système immunitaire, retrouver sa vitalité et prévenir les récives.

<p><b>Audacieuse Nature (La Possession)</b> <b>Personne ressource : Célia Montaine</b> <b>Lieu :</b> Possession. Possibilité de consultations ou soins à domicile dans l'Ouest. <b>Tél :</b> 0692 42 14 72 <b>Mail :</b> <a href="mailto:celia.montaine@audacieusenature.fr">celia.montaine@audacieusenature.fr</a> <b>Site internet :</b> <a href="http://audacieusenature.fr">audacieusenature.fr</a></p>	<p><b>Nature et Conseils (Saint-Gilles les Bains et Saint-Leu)</b> <b>Personne ressource : Sophie Ortega-Fernandez</b> <b>Lieu :</b> consultations au sein des magasins Nutriform Bio (Saint-Gilles les Bains) et Nature et Sens (Saint-Leu). Déplacements dans le secteur. <b>Tél :</b> 0693 87 08 22 <b>Mail :</b> <a href="mailto:nature.et.conseils@hotmail.com">nature.et.conseils@hotmail.com</a> <b>Site internet :</b> <a href="http://nature-et-conseils.com">nature-et-conseils.com</a></p>
<p><b>Sandy Brunswig (La Saline les Bains)</b> <b>Lieu :</b> se déplace dans les secteurs Nord et Ouest de l'île <b>Tél :</b> 0692 61 76 09 <b>Mail :</b> <a href="mailto:brunswigsandy@gmail.com">brunswigsandy@gmail.com</a></p>	<p><b>Réflex'Santé Nature (Saint-Leu)</b> <b>Personne ressource : Sandra Caro</b> <b>Lieu :</b> 93 chemin de la batterie 97 436 Saint-Leu. Possibilité de consultations ou soins à domicile de Saint-Gilles à Saint-Louis. <b>Tél :</b> 0692 39 21 11 <b>Mail :</b> <a href="mailto:caro97436@me.com">caro97436@me.com</a> <b>Page Facebook :</b> « Réflex'Santé Naturopathie »</p>
<p><b>Sabrina Lacroix (Aviron)</b> <b>Lieu :</b> 51 rue du stade 97 425 Les Aviron <b>Tél :</b> 0693 80 75 58 <b>Mail :</b> <a href="mailto:contact@sabrinacroix.com">contact@sabrinacroix.com</a> <b>Site internet :</b> <a href="http://www.sabrinacroix.com">www.sabrinacroix.com</a></p>	<p><b>Karine Brieffreger (Aviron)</b> <b>Lieu :</b> se déplace dans le secteur Sud-Ouest de l'île. <b>Tél :</b> 0692 57 88 80 <b>Mail :</b> <a href="mailto:kbrieff974@gmail.com">kbrieff974@gmail.com</a> <b>Site internet :</b> <a href="http://www.humainbein-coaching.com">www.humainbein-coaching.com</a></p>

<p><b>Delphine Perraudau (L'Etang-Salé)</b>  <b>Lieu</b> : 16 allée des Jacquieres 97 427 L'Etang-Salé ; se déplace dans le secteur Sud-Ouest de Saint-Pierre à la Saline.  <b>Tél</b> : 0692 49 94 57  <b>Mail</b> : <a href="mailto:delphine.perraudau@gmail.com">delphine.perraudau@gmail.com</a></p>	<p><b>Marie Léonard (Entre-Deux)</b>  <b>Lieu</b> : au cabinet à l'Entre-Deux. Possibilité de consultations ou soins à domicile.  <b>Tél</b> : 0692 41 56 62  <b>Mail</b> : <a href="mailto:marie.leonard@outlook.com">marie.leonard@outlook.com</a>  <b>Site internet</b> : <a href="http://lanaturenotresante.re">lanaturenotresante.re</a></p>
<p><b>Natur'Energies (Saint-Denis)</b>  <b>Personne ressource</b> : <b>Ingrid Gonneau</b>  <b>Lieu</b> : 10A chemin Gaud, 97 417 Saint-Denis ou 27 rue Tourette, 97 400 Saint-Denis. Possibilité de consultations ou soins à domicile de La Possession à Sainte-Suzanne.  <b>Tél</b> : 0692 71 41 81  <b>Mail</b> : <a href="mailto:ingrid.gonneau@gmail.com">ingrid.gonneau@gmail.com</a>  <b>Site internet</b> : <a href="http://www.natur-energies.re">www.natur-energies.re</a>  <b>Page Facebook</b> : « <b>Natur'Energies</b> »</p>	<p><b>Vanessa Baret (Nord – Ouest - Sud)</b>  <b>Lieu</b> : consultations à domicile de Sainte-Marie à Saint-Pierre.  <b>Tél</b> : 0693 13 23 15  <b>Mail</b> : <a href="mailto:vanebaret@gmail.com">vanebaret@gmail.com</a></p>
<p><b>Le bonheur authentique (Sainte-Marie)</b>  <b>Personne ressource</b> : <b>Aurélie Barret</b>  <b>Lieu</b> : 22 rue Sellier Raymond, Terrain Elisa, 97 438 Sainte-Marie. Possibilité de consultations ou soins à domicile.  <b>Tél</b> : 0692 49 94 57  <b>Mail</b> : <a href="mailto:lebonheurauthentique@gmail.com">lebonheurauthentique@gmail.com</a></p>	

# OSTEOPATHIE

Descriptif : L'ostéopathie se définit comme une médecine manuelle holistique considérant le corps humain dans sa globalité. Le corps est une entité en mouvement dans le temps et dans l'espace, impacté par l'environnement et les activités personnelles. Par ses différentes techniques articulaires, fonctionnelles, viscérales et crâniennes, l'ostéopathe réalise une thérapie manuelle adaptée visant les différents tissus du corps.

L'ostéopathie seule ne guérit pas le cancer. Cependant il est un outil efficace et performant pour soulager les effets secondaires liés au traitement, pour soulager les maux causés par la chimiothérapie, la chirurgie et la radiothérapie, pour mieux récupérer physiquement. Aussi pourquoi consulter ?

## Pendant le traitement :

- diminuer vos douleurs musculaires ou articulaires
- soulager les nausées et vomissements liés à la chimiothérapie
- améliorer votre qualité du sommeil
- soulager les diarrhées ou constipations
- améliorer votre qualité de vie afin de mieux tolérer les traitements

## Après les traitements :

- lors d'une prise en charge en radiothérapie, on retrouve fréquemment des rétractions tissulaires au niveau des points d'irradiation pouvant entraîner des douleurs localement ou à distance
- suite à une chirurgie, les adhérences cicatricielles peuvent créer des contraintes mécaniques favorisant l'apparition de douleur. Exemple: après une mastectomie (ablation totale ou partielle du sein), on retrouve régulièrement des douleurs au niveau de l'épaule, des côtes ou du dos.
- de part nos manipulations, nous pouvons également vous aider à reprendre conscience de votre corps et à vous le réapproprier.

A chaque séance, est réalisé un interrogatoire et un examen clinique complet suivi d'une prise en charge adaptée à chaque patiente. Une synthèse est effectuée en fin de séance pour un suivi optimal et une meilleure performance thérapeutique dans le cadre de cette pathologie chronique.

### **Aurélie Ethève (Saint-Denis)**

**Lieu :** 43 boulevard de la Providence 97 400 Saint-Denis

**Tél :** 0693991806

**Mail :** [aurelie.etheve.osteo@gmail.com](mailto:aurelie.etheve.osteo@gmail.com)

### **Dölma Naulleau (Saint-Denis)**

**Lieu :** 18-20 rue Sainte-Anne 97 400 Saint-Denis

**Tél :** 0692 38 48 81

**Mail :** [dolma.naulleau@isosteo.com](mailto:dolma.naulleau@isosteo.com)



<p><b>Clélia Célestini (Saint-Denis)</b>  <b>Lieu :</b> 66 bis rue Saint-Joseph Ouvrier 97 400 Saint-Denis ou Centre Artemis, 166 rue Monthyon 97 400 Saint-Denis (le jeudi)  <b>Tél :</b> 0692 85 66 92  <b>Mail :</b> <a href="mailto:celestini.osteo@gmail.com">celestini.osteo@gmail.com</a></p>	<p><b>Ambre Gesta (Saint-Denis et Saint-Paul)</b>  <b>Lieu :</b> 28 rue Marcel Hoarau, 97 490 Sainte-Clotilde ; 67 ter chemin de la Giroday, Bois Rouge, 97 460 Saint-Paul (uniquement le mercredi après-midi), 44 rue Leconte de Lisle, 97 460 Saint-Paul.  <b>Tel :</b> 0692 09 86 88  <b>Mail :</b> <a href="mailto:ambregesta@gmail.com">ambregesta@gmail.com</a></p>
<p><b>Catherine Poirel (Possession)</b>  <b>Lieu :</b> 9 chemin de la Piscine 97 411 Bois de Nèfles Saint-Paul  <b>Tel :</b> 0692 76 56 41  <b>Mail :</b> <a href="mailto:catherinepoirel@yahoo.com">catherinepoirel@yahoo.com</a></p>	<p><b>Lucie Simonin (Possession)</b>  <b>Lieu :</b> 62 bis rue Raymond Mondon 97 419 La Possession  <b>Tel :</b> 0692 70 59 20  <b>Mail :</b> <a href="mailto:lucie.simonin.osteo@gmail.com">lucie.simonin.osteo@gmail.com</a></p>
<p><b>Margot Bret (Le Port)</b>  <b>Lieu :</b> 6 rue Alsace Lorraine, cabinet médical ALOES, 97 420 Le Port  <b>Tel :</b> 0693 81 93 05  <b>Mail :</b> <a href="mailto:margot.bret.osteopathe@gmail.com">margot.bret.osteopathe@gmail.com</a></p>	<p><b>Claire Lodeho (Saint-Paul)</b>  <b>Lieu :</b> 34 rue de la Caverne 97 460 Saint-Paul  <b>Tel :</b> 0693 45 44 25  <b>Mail :</b> <a href="mailto:lodeho.claire@gmail.com">lodeho.claire@gmail.com</a></p>
<p><b>Agnès Rochetams (La Saline)</b>  <b>Lieu :</b> 2 rue des Palmes 97 434 La Saline les Bains  Possibilité de déplacement à domicile  <b>Tel :</b> 07 88 56 31 81  <b>Mail :</b> <a href="mailto:rochetams.agnes@gmail.com">rochetams.agnes@gmail.com</a></p>	<p><b>Margot Le Bidan (L'Etang-Salé)</b>  <b>Lieu :</b> 156 chemin Charbonnier 97 427 L'Etang-Salé  <b>Tél :</b> 0692 21 42 96  <b>Mail :</b> <a href="mailto:margot.lebidan@gmail.com">margot.lebidan@gmail.com</a></p>
<p><b>Florence Ho Hune (L'Etang-Salé)</b>  <b>Lieu :</b> 9 avenue Raymond-Barre 97427 Etang-Salé-les-Hauts  <b>Tél :</b> 0692 94 14 60  <b>Mail :</b> <a href="mailto:kine.fhh@wanadoo.fr">kine.fhh@wanadoo.fr</a></p>	<p><b>Vanessa Levy (Saint-Pierre)</b>  <b>Lieu :</b> 11 rue du Four à Chaux 97 410 Saint-Pierre  <b>Tél :</b> 0693 92 29 85  <b>Mail :</b> <a href="mailto:vanessalevy.osteo@gmail.com">vanessalevy.osteo@gmail.com</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://www.osteopathie-reunion.com">www.osteopathie-reunion.com</a></p>
<p><b>Eva Gabriele et Vincent Malcurat (Saint-Pierre)</b>  <b>Lieu:</b> Espace Turquoise, 19 chemin Château d'Eau 97 410 Saint-Pierre  <b>Tél:</b> 0262 24 00 78 (cabinet), 0692 42 74 39 (Eva Gabriele), 0692 40 65 93 (Vincent Malcurat)  <b>Mail :</b> <a href="mailto:evagabriele.osteo@gmail.com">evagabriele.osteo@gmail.com</a> ou <a href="mailto:vincent.malcurat@hotmail.fr">vincent.malcurat@hotmail.fr</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://osteopathie-sud-reunion.com">osteopathie-sud-reunion.com</a></p>	<p><b>Forme et Santé des Bambous (Saint-Pierre)</b>  <b>Lieu :</b> chemin ligne des Bambous 97432 Ravine des Cabris  <b>Personne ressource :</b> Thibaut Lefebvre, ostéopathe, tel : 0692 07 70 47  <b>Mail :</b> <a href="mailto:formeetsantedesbambous@gmail.com">formeetsantedesbambous@gmail.com</a></p>
<p><b>Samira Benhamida (Le Tampon)</b>  <b>Lieu :</b> 231 Rue Jules Bertaut 97 430 Tampon  <b>Tél :</b> 0692 53 38 13  <b>Mail :</b> <a href="mailto:Samira_BENHAMIDA@hotmail.com">Samira_BENHAMIDA@hotmail.com</a></p>	<p><b>Virgil Renou (Le Tampon)</b>  <b>Lieu :</b> 156 rue Hubert-Delisle 97 430 Tampon  <b>Tél :</b> 0693 04 88 76  <b>Email :</b> <a href="mailto:vrenou@hotmail.com">vrenou@hotmail.com</a></p>

**Samuel Balounaïk (Saint-André)**

**Lieu** : 265 rue de la Cressonnière 97 440 Saint-André

**Tél** : 0692 02 78 13

**Mail** : [sbosteo974@gmail.com](mailto:sbosteo974@gmail.com)

# REEDUCATION POST CANCER

## CRF SAINTE-CLOTILDE

### Groupe Amazones

**Lieu :** 19 bis rue de la Clinique 97 490 Sainte-Clotilde

**Tél :** 0262 48 29 04

**Mail :** [secretariat-medical@crsc.re](mailto:secretariat-medical@crsc.re)

Descriptif : Le Centre de rééducation Fonctionnelle de Sainte-Clotilde propose un programme de remise en forme et en mouvement. Ce programme de rééducation en groupe pour les patientes post cancer du sein, dénommé Groupe Amazones, a pour but de lutter contre la fatigue chronique.

Les objectifs du programme sont les suivants :

- Ré-appivoiser son corps
- Reprendre confiance en soi
- Retrouver un équilibre de vie

Le programme comprend :

- Une consultation préalable avec un médecin praticien en rééducation
- Des séances bilan avec différents professionnels afin d'établir des objectifs personnalisés
- Une prise en charge en groupe, trois après-midis par semaine pendant trois mois

Les activités proposées sont les suivantes : kinésithérapie (relaxation, gym douce, étirements, Pilates), activités physiques adaptées (endurance, cross fit, aquagym...), activités physiques en extérieur (marche nordique, tir à l'arc...), ateliers diététiques (équilibre alimentaire, approche sensorielle autour des repas, analyse de l'étiquetage alimentaire), groupes de paroles (impact psychologique de la maladie, relation aux autres, l'identité, le corps, la féminité), rencontre et mise en lien avec des associations.

## CRF YLANG YLANG

**Lieu :** rue Alsace Lorraine 97 420 Le Port

**Tél :** 02 62 42 89 89

**Mail :** [admission@crfylang.com](mailto:admission@crfylang.com)

**Site internet :** [www.crfylang.com](http://www.crfylang.com)

Descriptif : pour tous les patients oncologiques (porteur d'un cancer), le Centre de Rééducation Fonctionnelle Ylang-Ylang propose une prise en charge rééducative et éducative en hôpital de jour. Il s'agit du programme Onco-REAB.

Le cancer est une maladie qui laisse des traces (fatigue, douleurs, perte de poids et d'appétit, arrêt des activités physiques et sociales, impact sur la vie intime, troubles cognitifs, impact professionnel).

Le programme vise à tenter de limiter l'impact de la maladie dans le quotidien :

- Réhabilitation physique avec kinésithérapeute, ergothérapeute, aide technique, drainage lymphatique, ré-entraînement à l'effort
- Réhabilitation psychologique en individuel ou en groupe, apprendre à vivre avec son cancer et estime de soi, avec psychologue, psychomotricie
- Réinsertion socio-professionnelle
- Trouble de l'alimentation
- Fatigue
- Traitement de la douleur
- Troubles cognitifs

Cette prise en charge se déroule, en hôpital de jour, du lundi au vendredi, sous forme de programme individuel, adapté à chaque patient. Elle est effectuée par une équipe pluridisciplinaire complète.

Chaque patient bénéficie de bilans individuels d'entrée et de sortie afin de personnaliser les conseils et leurs objectifs. La prise en charge est coordonnée par un médecin rééducateur. Tous les patients porteurs d'un cancer sont éligibles.

A tous les stades de la prise en charge :

- en phase préparatoire d'une chirurgie, d'une chimiothérapie
- en cours de traitement
- après un traitement

# REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Descriptif : La réflexologie est une méthode thérapeutique qui utilise le processus d'auto-guérison du corps. À chaque zone du pied (le pied est la représentation miniaturisée du corps humain) correspond un organe ou une fonction du corps humain. En stimulant manuellement ces zones réflexes, il est donc possible d'agir sur les organes ou les fonctions qu'elles représentent.

A chaque « zone reflexe » correspond un organe, une glande ou une partie du corps.

Cette thérapie est connue pour son action préventive mais elle permet aussi :

- de relâcher le stress et les tensions à l'origine nombreux dysfonctionnements physiques et psychiques
- d'améliorer la circulation sanguine et lymphatique
- de prévenir, soulager, voire éliminer certains troubles fonctionnels, d'aider le corps à retrouver son équilibre.

De nombreuses études démontrent que la réflexologie améliore le bien-être des patients cancéreux, par une baisse de l'anxiété ainsi qu'une meilleure tolérance des effets secondaires de la chimiothérapie.

Pendant le traitement, elle peut vous aider à vous détendre et évacuer votre stress.

Avant une séance de chimiothérapie, elle peut être recommandée pour limiter les nausées et les vomissements.

En conclusion, « La Réflexologie plantaire soulage le corps par le pied ».

<p><b>Reflexo Lyne (Saint-Benoit)</b>  <b>Personne ressource : Evelyne Dijoux</b>  <b>Lieu :</b> 103 chemin Gallias les Hauts 97 437 Saint-Benoît  <b>Tél :</b> 06 93 94 86 56  <b>Mail :</b> <a href="mailto:reflexo.lyne@gmail.com">reflexo.lyne@gmail.com</a></p>	<p><b>Evasion Bien-Etre by Karine (Bras-Panon)</b>  <b>Personne ressource : Karine Clarivet</b>  <b>Lieu :</b> 16 rue Adrien Virapoullé 97 412 Bras-Panon.            Secteur Est et Nord pour les domiciles.  <b>Tél :</b> 06 93 66 23 04  <b>Mail :</b> <a href="mailto:evasion.bienetre974@gmail.com">evasion.bienetre974@gmail.com</a></p>
<p><b>Desvignes Claire (Saint-André)</b>  <b>Lieu :</b> Les jardins de Lau, 320 ruelle Camalon 97 440 Saint-André.            De St-André à St-Denis pour les domiciles.  <b>Tél :</b> 0692 26 57 54  <b>Mail :</b> <a href="mailto:clairedesvignes@orange.fr">clairedesvignes@orange.fr</a></p>	<p><b>LibR'Emoi (Sainte-Suzanne)</b>  <b>Personne ressource : Ulrich Retchnou</b>  <b>Lieu :</b> 34 Q chemin de Palmas 97 441 Sainte-Suzanne.            Possibilité de soins à domicile.  <b>Tél :</b> 06 92 54 62 84  <b>Mail :</b> <a href="mailto:ulrich.retchnou@wanadoo.fr">ulrich.retchnou@wanadoo.fr</a></p>
<p><b>Natur'Energies (Saint-Denis)</b>  <b>Personne ressource : Ingrid Gonneau</b>  <b>Lieu :</b> 10A chemin Gaud, 97 417 Saint-Denis ou 27 rue Tourette, 97 400 Saint-Denis.            Se déplace de La Possession à Ste-Suzanne.  <b>Tél :</b> 0692 71 41 81  <b>Mail :</b> <a href="mailto:ingrid.gonneau@gmail.com">ingrid.gonneau@gmail.com</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://www.natur-energies.re">www.natur-energies.re</a>  <b>Page Facebook :</b> « Natur'Energies »</p>	<p><b>Emilie Bres (Saint-Denis)</b>  <b>Lieu :</b> 35 boulevard de la Source, maison APAR, 97 400 Saint-Denis            Se déplace sur le secteur Nord  <b>Tél :</b> 0692 66 69 96  <b>Mail :</b> <a href="mailto:contact@reflexolys.com">contact@reflexolys.com</a></p>

<p><b>Centre Let's Relax my M (La Possession)</b>  <b>Personne ressource : Martine Prugnières Var</b>  <b>Lieu :</b> pôle médical du Moulin Joli 97 419 La Possession  <b>Tél :</b> 0692 61 70 06  <b>Mail :</b> <a href="mailto:martinepgr@gmail.com">martinepgr@gmail.com</a></p>	<p><b>Audacieuse Nature (La Possession)</b>  <b>Personne ressource : Célia Montaigne</b>  <b>Lieu :</b> Possession. Possibilité de consultations ou soins à domicile dans l'Ouest.  <b>Tél :</b> 0692 42 14 72  <b>Mail :</b> <a href="mailto:celia.montaigne@audacieusenature.fr">celia.montaigne@audacieusenature.fr</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://audacieusenature.fr">audacieusenature.fr</a></p>
<p><b>Zanamahasoa Rousseau (Port et Tampon)</b>  <b>Lieux de pratique :</b> 7 impasse des sycomores 97430 Le Tampon et 32b rue René Michel 97420 Le Port.  <b>Tél :</b> 0692 61 27 98  <b>Email :</b> <a href="mailto:jjmasoa@hotmail.com">jjmasoa@hotmail.com</a></p>	<p><b>Sabine Payet (Saint-Leu)</b>  <b>Lieu :</b> Cabinet Perle de Corail, 10 allée des Jades et Lilas, 97 436 Saint-Leu  <b>Tél :</b> 0692 65 40 50  <b>E-mail :</b> <a href="mailto:sabreflexo974@gmail.com">sabreflexo974@gmail.com</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://www.sabinereflexologie.com">www.sabinereflexologie.com</a></p>

<p><b>Réflex'Santé Nature (Saint-Leu)</b>  <b>Personne ressource : Sandra Caro</b>  <b>Lieu :</b> 93 chemin de la batterie 97 436 Saint-Leu. Possibilité de consultations ou soins à domicile de Saint-Gilles à Saint-Louis.  <b>Tél :</b> 0692 39 21 11  <b>Mail :</b> <a href="mailto:caro97436@me.com">caro97436@me.com</a>  <b>Page Facebook :</b> « Réflex'Santé Naturopathie »</p>	<p><b>Au cœur de soi (L'Etang-Salé)</b>  <b>Personne ressource : Angélique Mauger Lasne</b>  <b>Lieu :</b> 68 avenue Raymond Barre 97 427 Etang-Salé les Hauts  <b>Tél :</b> 0692 70 19 59  <b>Email :</b> <a href="mailto:angel.mauger@gmail.com">angel.mauger@gmail.com</a></p>
<p><b>Sophie Moyano (Sud et Ouest)</b>  <b>Lieu :</b> 111 chemin de l'Entre Deux 97 427 Etang-Salé les Hauts  <b>Tél :</b> 0692 77 41 73  <b>Mail :</b> <a href="mailto:reflex.so.reiki@gmail.com">reflex.so.reiki@gmail.com</a></p>	<p><b>Marie Léonard (Entre-Deux)</b>  <b>Lieu :</b> au cabinet à l'Entre-Deux. Possibilité de consultations ou soins à domicile.  <b>Tél :</b> 0692 41 56 62 ou 0262 69 57 39  <b>Mail :</b> <a href="mailto:marie.leonard@outlook.com">marie.leonard@outlook.com</a>  <b>Site internet :</b> <a href="http://lanaturenotresante.re">lanaturenotresante.re</a></p>
<p><b>Mylène Crey (Les Avirons)</b>  <b>Lieu :</b> 70 avenue du Général de Gaulle 97 425 Les Avirons. Possibilité de consultations ou soins à domicile de Saint-Leu à Saint-Louis.  <b>Tél :</b> 0692 76 27 65  <b>Mail :</b> <a href="mailto:creymylene@hotmail.com">creymylene@hotmail.com</a>  <b>Facebook:</b> <a href="https://www.facebook.com/MyleneCrey974">MyleneCrey974</a></p>	<p><b>Cédric Gwizdek (Les Avirons)</b>  <b>Lieu :</b> 37 ter chemin Camille Roche 97 425 Les Avirons  <b>Tél :</b> 0693 47 91 77  <b>Mail :</b> <a href="mailto:cedric.gwizdek@gmail.com">cedric.gwizdek@gmail.com</a>  <b>Facebook:</b>  <a href="https://www.facebook.com/CedricGwizdek">www.facebook.com/CedricGwizdek</a></p>
<p><b>Healing Concept By Angy (Saint-Louis)</b>  <b>Personne ressource : Angélique Petit</b>  <b>Lieu :</b> 6 rue Pierre Payet 97 421 Saint-Louis  <b>Tél :</b> 0692 64 51 75  <b>Mail :</b> <a href="mailto:conceptangy@gmail.com">conceptangy@gmail.com</a></p>	<p><b>Asso Bonne Roots (Le Tampon)</b>  <b>Personne ressource : Kim Byeol Hae</b>  <b>Lieu :</b> 62 chemin Emmanuel Burel 97 430 Tampon  <b>Tél :</b> 06 93 21 43 33  <b>Mail :</b> <a href="mailto:kimbyeolhae17@gmail.com">kimbyeolhae17@gmail.com</a></p>
<p><b>Laurie Lebon (Saint-Joseph)</b>  <b>Lieu :</b> 50 rue Marius et Ary Leblond 97 480 Saint-Joseph  <b>Tél :</b> 0692 59 63 61  <b>Mail :</b> <a href="mailto:lebonrachel@hotmail.fr">lebonrachel@hotmail.fr</a></p>	

## SOCIO-ESTHETIQUE

Descriptif : La socio-esthétique est la pratique professionnelle des soins esthétiques auprès de personnes fragilisées par une atteinte à leur intégrité physique, psychique ou en détresse sociale. Véritable outil complémentaire dans l'accompagnement des individus en souffrances, elle apporte du mieux-être et contribue pleinement à la reconstruction de l'estime de soi. A sa manière, elle redonne la confiance nécessaire pour aller vers les autres.

La socio-esthétique se définit comme tel : le VISA du mieux être.

V : Valoriser la personne par l'écoute et la considération

I : Intérêt de prendre en compte l'intérêt de la personne

S : Sécuriser, redonner confiance en sa beauté intérieure et extérieure

A : Affectivité, instaurer une relation de confiance réciproque.

En cancérologie, la socio-esthétique est un soin de support ; cette approche permet bien souvent de dédramatiser et démedicaliser pour adhésion du traitement.

<p><b>Année Beauté, réveil des sens (Région Ouest)</b>  <b>Personne ressource : Anésie Myrtho</b>  <b>Tél : 06 92 75 98 53</b>  <b>Mail : <a href="mailto:myrthoanesie@gmail.com">myrthoanesie@gmail.com</a></b></p>	<p><b>Anandarine Institut (Région Ouest)</b>  <b>Personne ressource : Catherine Glamport</b>  <b>Lieu : 10 lotissement Combavas, Plateau-Caillou, 97460 Saint-Paul</b>  <b>Tél : 0692 78 97 49</b>  <b>Mail : <a href="mailto:catmatay@outlook.fr">catmatay@outlook.fr</a></b></p>
<p><b>Caroline Tesson (Région Ouest)</b>  <b>Personne ressource : Caroline Tesson</b>  <b>Tél : 0692 64 87 72</b>  <b>Email : <a href="mailto:caroline.tesson@yahoo.fr">caroline.tesson@yahoo.fr</a></b></p>	<p><b>« Estime et Vous » Socio-Esthétique (Région Ouest)</b>  <b>Personne ressource : Fabienne Vitry</b>  <b>Tél : 06 93 13 50 34</b>  <b>Email : <a href="mailto:fabienne.vitry974@gmail.com">fabienne.vitry974@gmail.com</a></b></p>
<p><b>Judicaelle Socio-esthéticienne (Région Sud)</b>  <b>Personne ressource : Judicaelle Morel</b>  <b>Lieu : 9 rue du Périgord 97 430 Tampon</b>  <b>Tél : 06 93 91 89 87</b>  <b>Email : <a href="mailto:se.judicaelle@gmail.com">se.judicaelle@gmail.com</a></b></p>	<p><b>Véronique Lassays (Région Sud)</b>  <b>Personne ressource : Véronique Lassays</b>  <b>Tél : 06 92 31 43 30</b>  <b>Lieu : 55 rue pieds des roches 97 427 L'Etang-Salé</b>  <b>Email : <a href="mailto:vero.douceharmonie@gmail.com">vero.douceharmonie@gmail.com</a></b></p>
<p><b>Mirella Lauret</b>  <b>« La douce heure » (Région Sud)</b>  <b>Personne ressource : Mirella Lauret</b>  <b>Tél : 06 92 74 62 34</b>  <b>Mail : <a href="mailto:mirella.lauret@gmail.com">mirella.lauret@gmail.com</a></b></p>	<p><b>Emotion'Elle (Région Est)</b>  <b>Personne ressource : Gabrielle Fontaine</b>  <b>Tél : 0692 56 28 73</b>  <b>Mail : <a href="mailto:se.emotion.elle@gmail.com">se.emotion.elle@gmail.com</a></b></p>
<p><b>Institut Beauté et Bienveillance (Région Est)</b>  <b>Personne ressource : Marie-Dominique Boyer Larichesse</b>  <b>Tél : 0692 70 62 03</b>  <b>Lieu : 66 rue Léopold Ycard 97 470 Saint-Benoit</b>  <b>Mail : <a href="mailto:domlar2009@hotmail.f">domlar2009@hotmail.f</a></b></p>	<p><b>Centre esthétique Aroma (Région Nord)</b>  <b>Personne ressource : Patricia Siujeng</b>  <b>Tél : 0692 59 19 57</b>  <b>Lieu : 12 rue Malartic, 97 400 Saint-Denis</b>  <b>Mail : <a href="mailto:siujengpat@gmail.com">siujengpat@gmail.com</a></b></p>

**Wilcia Esthétique et Bien-Etre (Région Nord)****Personne ressource :** Mylène Maillot**Lieu :** 147 rue François de Mahy, local 9006  
Apolonide, 97 490 Sainte-Clotilde**Tél :** 0692 53 49 11 – 0262 46 83 94**Mail :** [wilcia.esthetique@gmail.com](mailto:wilcia.esthetique@gmail.com)**Ecrin de soi (Région Nord)****Personne ressource :** Elisabeth Lapierre**Tél :** 0692 25 21 89**Mail :** [elisa.beaute@gmail.com](mailto:elisa.beaute@gmail.com)**Site internet :** [institut-ecrin-de-soi.com](http://institut-ecrin-de-soi.com)**Association Un autre regard (actions sur toute l'île)****Tél :** 0262 90 62 49**Mail :** [974socio.esthetique@gmail.com](mailto:974socio.esthetique@gmail.com)**Page facebook :** <https://www.facebook.com/unautre.regard>**Descriptif :**

L'association « Un autre regard » est composée de professionnels bénévoles, esthétique et coiffure, qui œuvrent toute l'année dans l'île auprès du public fragilisé (malades, handicapés, démunies, personnes vulnérables, en rupture sociale, milieu carcéral)



The background features several large, overlapping, semi-transparent shapes in shades of pink and light grey. The most prominent is a large, rounded shape at the top left. Below it, the text '၂၀၂၀' is displayed in a stylized, rounded font. To the right of the text are three smaller, solid pink circles of varying sizes, arranged in a descending diagonal line. At the bottom, there are more overlapping pink and grey shapes, including a large semi-circle and a curved line.

၂၀၂၀

