

# Carpe Diem



*Les activités de ressourcement  
de l'espace Carpe Diem*



# **LES ACTIVITÉS DE RESSOURCEMENT - CARPE DIEM**

**COMONCO018 - Brochure espace Carpe Diem**

**Rédacteurs: Service communication**

**Conception graphique: Service communication**

**Crédits photos: Unsplash et ©CHU Tivoli**

**E.R.: CHU Tivoli**

# *Introduction*

Le service d'Oncologie du CHU Tivoli met à disposition de ses patients et de leurs proches-aidants un espace de ressourcement « Carpe Diem ».

Celui-ci propose des activités diverses et variées, destinées à prendre ou reprendre soin de soi, pendant et après les traitements du cancer.

Ces activités visent à :

- améliorer la qualité de vie des patients et de ses proches,
- réduire le risque de récurrence,
- relancer les liens sociaux souvent mis à mal par la maladie,
- améliorer la tolérance des traitements,
- permettre au corps de retrouver vitalité et énergie pour réduire la fatigue liée aux traitements,
- soutenir le retour à la vie active,
- recevoir des conseils pour supporter les conséquences physiques des traitements.

La plupart de ses activités sont gratuites ou demandent une participation minime de votre part.

Les modalités d'inscription sont reprises dans cette brochure.

Découvrez ici toutes les activités de l'espace Carpe Diem.



*Humanisme*



## Groupe de parole pour les patients

### Qu'est-ce qu'un groupe de parole ?

C'est l'opportunité de se réunir avec d'autres personnes ayant également vécu la maladie.

C'est l'opportunité d'exprimer son propre vécu et de le partager avec d'autres dans un lieu sécurisant.

C'est l'opportunité de sortir de la solitude, de l'isolement et de renouer des liens sociaux.

C'est l'opportunité d'être accompagné par le soutien d'un groupe.

### Comment ?

Dans le respect de la parole et du ressenti de chacun, le non jugement et la confidentialité.

### Pour qui ?

Toute personne qui vit ou a vécu l'expérience du cancer.

### Avec qui ?

Deux psychologues du service d'Oncologie.

### Comment y participer?

Sur inscription, au secrétariat du Cancéropôle : 064/27.63.31



CHU Tivoli, Espace Carpe Diem



Chaque premier mardi du mois de 15h à 16h15.  
Activité gratuite.



## Groupe de parole pour les aidants proches

Soutenir une personne ayant une maladie peut être source de difficultés et de souffrance. Nous constatons que beaucoup de proches ne s'autorisent pas à exprimer leur vécu. Nous proposons un groupe de parole spécifique aux proches.

### Comment ?

Dans le respect de la parole et du ressenti de chacun, le non jugement et la confidentialité.

### Pour qui ?

Toute personne qui soutient une personne atteinte d'une maladie.

### Avec qui ?

Deux psychologues du service d'Oncologie.

### Comment y participer ?

Sur inscription, au secrétariat du Cancéropôle : 064/27.63.31

 CHU Tivoli, Espace Carpe Diem

 Chaque troisième mardi du mois de 15h à 16h15.  
Activité gratuite.



## Onco Move

Onco Move est un programme de remise en forme dont les activités physiques sont adaptées à la condition physique spécifique de chaque participant.

Ce programme est accessible sur base d'une consultation avec un médecin physiothérapeute.

La pratique d'une activité physique dès le début des traitements vise à réduire la fatigue liée au cancer, améliorer la tolérance des traitements, prévenir ou corriger un déconditionnement physique, réduire le risque de récurrence et améliorer la qualité de vie globale.

### Pour qui ?

Ce programme est accessible aux patients dès le début des traitements et dans l'après.

### Avec qui ?

Les séances sont encadrées par une équipe de kinésithérapeutes spécialisés.

### Comment y participer?

Sur inscription, au secrétariat de Kinésithérapie 064/27.62.44



CHU Tivoli, Service de kinésithérapie, 5ème étage, Aile B



Le mercredi et le vendredi après-midi, de 16h30 à 17h45.

Tarif: 7.93€ pour les assurés normaux et 3.96€ pour les patients ayant le statut BIM/VIPO.



## Ateliers de reconstruction de l'image de soi et d'esthétique

Ces ateliers peuvent vous aider à apprendre à pallier les effets secondaires des traitements (perte des cheveux, cils, sourcils, problème de peau), déterminer vos couleurs, apprendre à se relaxer, se donner des soins, se masser...

### Pour qui ?

Ce programme est accessible aux patients dès le début des traitements et dans l'après traitement.

### Avec qui ?

Les séances sont encadrées par une esthéticienne, thérapeute en image corporelle.

### Comment y participer?

Sur inscription, au secrétariat du Cancéropôle : 064/27.63.31



CHU Tivoli, Salle de réunion de l'espace Carpe Diem



Le mercredi matin (8h30-12h) pour la clinique du sein et l'après-midi pour les autres cliniques (13h-16h)

Activité gratuite



## Atelier de dessin et de peinture

La pratique d'une activité artistique apporte de la confiance en soi, de la satisfaction. Elle permet de trouver de nouveaux moyens d'expression et d'entrer en contact avec autrui. Le public est intergénérationnel et familial.

### Pour qui ?

Pour les patients et leurs proches.

### Avec qui ?

Ces ateliers sont animés par une artiste de l'ASBL Métaphores à Morlanwelz grâce à la subvention du Lion's Club Le Roeulx.

### Comment y participer?

Sur inscription, via [metaphores.asbl@hotmail.com](mailto:metaphores.asbl@hotmail.com)



Atelier situé à Morlanwelz



Le mercredi après-midi une semaine sur deux.

Activité gratuite, subventionnée par le Lion's Club Le Roeulx.



## Séances d'informations sur l'alimentation

Le bien-être c'est aussi retrouver le plaisir de manger ! Les thèmes abordés seront diversifiés : “Mon alimentation, une alliée santé !” ; “Quand cuisiner devient votre ennemi” ; “Booster son immunité” ; et “Pourquoi pas une journée Veggie sur la semaine ?”  
Conseils et astuces vous seront prodigués par des diététiciennes.

### Pour qui ?

Ce programme est accessible aux patients et à leurs proches.

### Avec qui ?

Les séances sont encadrées par deux diététiciennes.

### Comment y participer?

Sur inscription, au secrétariat du Cancéropôle : 064/27.63.31

 CHU Tivoli, Salle 3, Aile H, niveau 1.

 Pas de dates prédéfinies. Elles vous seront communiquées par le secrétariat.  
Activité gratuite.



## *L'espace Carpe diem vous propose aussi ...*

L'espace Carpe diem propose également des consultations de psychologie (individuel, couple, famille), de diététique ainsi que des soins et conseils esthétiques en individuel.

Pour ces consultations, la prise de rendez-vous s'effectue via le secrétariat du Cancéropôle et une participation financière est demandée.

 064/27.63.31

 canceropole@chu-tivoli.be

 Cancéropôle du CHU Tivoli  
Avenue Max Buset, 34  
7100 La Louvière

 [www.chu-tivoli.be](http://www.chu-tivoli.be)





Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli  
Avenue Max Buset, 34 - 7100 La Louvière  
Tél. : 064/27 61 11 • Fax : 064/27 66 99  
[www.chu-tivoli.be](http://www.chu-tivoli.be)