

## PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Nous agissons avec **bienveillance**, dans le **respect des prises en charge** et sommes convaincus que la **collaboration avec les professionnels de santé** est essentielle.

Nous restons à votre entière disposition pour répondre à toutes vos questions sur nos actions, nos séjours et nos modalités d'accompagnement.

Vous souhaitez **informer vos patientes** de nos initiatives, ou leur conseiller de participer à nos séjours ? Nous serons heureux de vous fournir toutes les informations nécessaires, ainsi que des brochures supplémentaires ou du matériel d'information pour votre cabinet ou votre service.

N'hésitez pas à nous contacter, nous serons ravis d'échanger avec vous.

## NOUS SOUTENIR

**Nous soutenir, c'est agir à nos côtés !**

Vos dons, partenariats et mécénats permettent à M'oncollectif d'accompagner toujours plus de femmes touchées par le cancer du sein.

Aidez-nous à financer nos séjours, ateliers et actions solidaires. Ensemble, offrons-leur des moments de répit et d'espoir. Merci pour votre précieux soutien !

Nous sommes **une association loi 1901, d'intérêt général**, ce qui vous permet donc de bénéficier d'une **réduction fiscale** pouvant aller jusqu'à 66%. Un don de 20€ ne vous coûtera que 6,80€ réellement.

Faire un don



## NOTRE ÉQUIPE



**Delphine GUITON**, Présidente  
Responsable séjours et ateliers, en charge de la communication et l'administration.  
Fondatrice de l'association, patiente partenaire, ingénieure informatique.

**Anne-Cécile ANDRO DE SCHOTTEN**,  
Secrétaire

Responsable des relations avec les professionnels de santé et de la validation des dossiers médicaux des séjours.  
Médecin généraliste.



**Véronique GUITON**, Trésorière  
Responsable de la comptabilité.  
Ancienne commerçante.

**Emma Lannuzel**, Bénévole  
Responsable de la diffusion des supports d'information terrain.  
Aide-soignante.



**Théophile SORIN** et **Sébastien HAMON**,  
Bénévoles  
Responsables restauration des séjours et évènements.  
Cuisiniers.

Vous souhaitez vous engager dans une cause pleine de sens et soutenir les personnes confrontées au cancer ? **Rejoignez l'équipe de bénévoles de M'oncollectif!**

## NOUS CONTACTER

07 43 27 66 95

[contact@m-oncollectif.fr](mailto:contact@m-oncollectif.fr)

SUIVEZ-NOUS



[www.m-oncollectif.fr](http://www.m-oncollectif.fr)



# M'ONCOLLECTIF

## COLLECTIF DE PATIENTS ET D'AIDANTS TOUCHÉS PAR LE CANCER DU SEIN

### À BREST MÊME!

## SOUTENIR

## RECONSTRUIRE

## SENSIBILISER

## ET SI ON PARLAIT...

Nous proposons tous les mois des ateliers rencontres animés par des professionnels de santé, des professionnels des soins de support ou des patients. Ils ont pour but de former ou d'informer sur la maladie, ses répercussions, et de favoriser l'**échange d'expérience entre pairs**. Ces rencontres ont lieu hors du milieu médical, dans un lieu convivial assurant le respect de l'intimité de chacun.

## SOUTENIR



Nous abordons des sujets tels que la reconstruction mammaire et les différentes méthodes qui existent, les différents parcours soin, les effets des traitements et comment les atténuer, la place de la maladie dans la famille etc. Les tabous n'ont pas leur place dans nos ateliers, nous sommes justement là pour les briser.

Adhésions et activités  
GRATUITES

## RECONSTRUIRE



## SÉJOURS DE RECONNEXION

L'association organise plusieurs fois par an des séjours collectifs de courte durée, entièrement **gratuits**, réunissant entre 8 et 12 participantes.

Dès leur arrivée, les participantes n'ont plus qu'à poser leurs affaires et **profiter**: tout est pris en charge pour leur confort et leur bien-être. L'hébergement est préparé avec soin, la cuisine est faite maison, équilibrée et adaptée aux régimes spécifiques liés aux traitements ou aux préférences alimentaires particulières. Le programme est quant à lui fait pour favoriser la reconstruction personnelle.

## ATELIERS AUTOPALPATION

Des ateliers organisés dans diverses structures du bassin brestois (entreprises, associations, salons...) afin de former aux gestes d'auto-examen mammaire et testiculaire mais aussi lors de manifestations de sensibilisation à la santé. Ces ateliers sont ouverts à tous, sur simple demande auprès de l'association.

Ils s'articulent en deux temps, un premier temps d'information et de démonstration suivi d'un temps d'échange et de mise en pratique sur un mannequin.

## SENSIBILISER



Un véritable **tremplin** pour travailler sur la **confiance en soi**, l'**image corporelle**, la définition d'**objectifs de vie**, tout en favorisant les **échanges** et la **solidarité entre participantes**.

Ils sont organisés et encadrés par une équipe pluridisciplinaire composée de médecins, de professionnels de santé, de soins de support, ainsi que de patientes partenaires formées à l'éducation thérapeutique du patient.

### Au programme

- **Activités de bien-être** encadrées par des professionnels
- **Échanges en groupe** favorisant le partage d'expérience
- **Activités physiques adaptées** à l'état de santé des participantes

### Conditions d'inscription

- Avoir terminé les traitements lourds depuis **au moins 4 mois**
- Être engagée dans une **démarche de reprise de vie active**
- Ne présenter **aucune contre-indication** à la participation à l'ensemble des activités.