



**Guide pratique
à l'attention
des personnes
atteintes
d'un cancer et
à leur entourage**

Edition 2017

ÉDITO

La Ville de Rochefort et le groupe de travail de l'Atelier Santé Ville du CCAS ont souhaité répondre à la volonté et à l'idée de Madame Valérie De Poli, habitante de Rochefort, d'éditer un guide en direction des personnes atteintes d'un cancer ou de leur entourage.

Valérie De Poli tout en luttant elle-même contre la maladie a toujours été mobilisée et attentive à la réalisation de ce guide et ce jusqu'aux derniers instants de sa vie.

Sa famille a souhaité respecter sa volonté que ce guide perdure et se développe en soutenant par un don cette nouvelle édition et je l'en remercie.

Je rends hommage au courage et à l'engagement dont a fait preuve Madame De Poli pour permettre à toutes celles et ceux qui sont touchés de près ou de loin par la maladie de pouvoir être soutenus et guidés dans leur « Vie au quotidien ».

La maladie peut, en effet, modifier vos liens familiaux et sociaux, perturber votre activité professionnelle, vous poser des problèmes financiers, remettre en cause vos projets de vie en cours et à venir...

Or, il n'est pas toujours simple de se repérer parmi les multiples dispositifs.

Ce guide a pour objectif de vous aider, vous et vos proches :

- à prendre soin de vous,
- à identifier quels sont vos droits sociaux et les aides financières possibles,
- à vous orienter dans vos démarches, pendant et après la maladie...

Ce guide n'est pas un annuaire professionnel et n'a pas vocation à délivrer des informations exhaustives mais il vise à vous permettre d'identifier plus rapidement les contacts utiles sur votre territoire, à l'échelle de Rochefort, de la communauté d'agglomération Rochefort Océan et de ses alentours (dans la limite de 50 kilomètres).

Je remercie tous les partenaires qui nous ont permis de réaliser ce guide et j'espère qu'il sera un outil de développement d'une information personnalisée et adaptée aux besoins des malades et de leurs proches.

Hervé BLANCHÉ,
Maire de Rochefort



SOMMAIRE

I. AU QUOTIDIEN : PRENDRE SOIN DE SA BEAUTÉ

- Esthétique.....p.5
- Coiffure (prothèses capillaires).....p.7
- Confort (prothèses externes).....p.9

II. AU QUOTIDIEN : PRENDRE SOIN DE SON BIEN-ETRE

- Diététique.....p.12
- Réflexologie.....p.14
- Sophrologie.....p.15
- Yoga.....p.16
- Shiatsu.....p.17
- Sport santé.....p.18

III. AU QUOTIDIEN : ACCÉDER AUX DROITS SOCIAUX - DÉMARCHES ET AIDES DIVERSES

- Associations d'information et d'entraide.....p.21
- Conseil juridique.....p.23
- Aides financières.....p.25
- Protection sociale et familiale.....p.26
- Vie professionnelle.....p.28
- Du côté de l'enfant malade :.....p.29
 - Congés spécifiques
 - Scolarité
- Autour de l'hospitalisation et du soin :.....p.31
 - Structure d'accueil
 - Aide à la personne
 - Mode de garde d'enfant(s)
- Logement :.....p.33
 - Aménagement du domicile .
 - Prêt bancaire
 - Recherche logement
- Transport :.....p.35
 - Frais de transport
 - Ambulances
 - Transports en commun

IV. AU QUOTIDIEN : SOUTENIR L'ENTOURAGE

- Congés exceptionnels.....p.37
- Accompagnement des proches.....p.38

I. AU QUOTIDIEN : PRENDRE SOIN DE SA BEAUTÉ

Les soins esthétiques permettent de diminuer certains effets secondaires, ils aident à dépasser les phases de découragement. Etre bien dans sa peau participe à son équilibre psychique contribuant ainsi activement à la guérison.



L'esthéticienne apporte aux patients un bien-être en les aidant à préserver leur image et leur estime de soi.

La socio-esthéticienne est, quant à elle, une esthéticienne qui a suivi une formation complémentaire (approche psychologique de la personne souffrante afin de lui apporter une relation d'aide adaptée à un soin technique).

Mme BENGUIGUI Carole

Esthéticienne (maquillage semi permanent esthétique et réparateur)
 15 rue Cochon du Vivier à Rochefort (17300)
 06 95 08 97 66 ou par mail c.benguigui@hotmail.fr
 Site internet : www.esthetiquecarole.com
 Consultations sur rendez-vous

Mme DECHAPPE Jaïlys

Encre moi (tatouage post-chirurgie du sein)
 50, rue de la République à Rochefort (17300)
 06 37 19 08 32 ou par mail Jaïlys17300@gmail.com
 Site internet : www.Facebook.com/jail.tattoo.17.Encre.Moi
 Consultations du lundi au samedi de 9h30 à 18h (Fermé le mercredi)

Mme SCHWENK Marine

Elloa Socio-Esthéticienne / Esthétique à domicile
 121, rue des Gonthières à Lagord (17140)
 06 09 89 49 02 ou par mail contact@elloa-socio-esthetique17.fr
 Site internet : www.elloa-socio-esthetique17.fr
 Consultations au domicile des patients / Du lundi au vendredi de 9h à 19h – Samedi 9h à 16h

Mme FERRIERE Anaïs

Socio-Esthéticienne
 14, rue du vieil Ormeau à Saint-Vivien (17220)
 06 75 40 16 89 ou par mail anaisferriere@gmail.com
 Site internet : www.socioesthetiqueanais17.com
 Consultations au domicile des patients du lundi au vendredi de 9h à 19h

Le Comité départemental de la Ligue contre le cancer propose au sein du service d'Oncologie du groupe hospitalier de La Rochelle, des ateliers de conseils esthétiques aux malades atteints d'un cancer. Ces conseils sont dispensés gratuitement par une esthéticienne diplômée.

NOTES :

.....



La chute des cheveux est un effet secondaire de la chimiothérapie. A la fin du traitement les cheveux reprennent leur croissance normale.

En attendant, plusieurs accessoires peuvent aider à couvrir ou à masquer la perte de cheveux : prothèse capillaire, foulard, turban, chapeau.... La prothèse capillaire fait l'objet d'une prescription par le médecin et un forfait est pris en charge par la Sécurité sociale. Un complément pourra être remboursé par une mutuelle complémentaire,

il est conseillé de la consulter, avant l'achat, pour connaître éventuellement la somme prise en charge.

Mme FREYGEFOND Marlène « Marlène Coiffure »

3, rue de Pont-l'Abbé / Place de la Mairie à Beurlay (17250)
05 46 95 02 93 ou par mail marlenecoiffurebeurlay@orange.fr
Du mardi au samedi, sur rendez-vous (cabine privée)

Mme GUIONNET Cosette

58, rue Arc de Triomphe à Saintes (17100)
07 70 96 23 78 ou par mail centrecapillaire17@gmail.com
Site internet : www.hairfax.fr
le mardi, jeudi, vendredi de 9h30 à 18h (sur rendez-vous) / lundi, mercredi à domicile ou à l'hôpital

Mme TARDIEU Nathalie « NT Coiffure »

2, rue Gustave Courbet / Centre Commercial les Boiffiers à Saintes (17100)
05 46 93 64 86 ou par mail nathalie.tardieu1@orange.fr
Site internet : www.coiffeur-perruque-visagiste-ntcoiffure.com
du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 19h – vendredi de 9h à 19h – samedi de 8h30 à 16h30 (cabine privée)

Mr COTÉ SAUVAGE Cyril « Atelier de coiffure Cyril »

5-6, place Saint-Louis à Saintes (17100)
05 46 93 34 37 ou par mail coiffure.cyril@orange.fr
Site internet : www.anydavray.fr
Du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h et le samedi de 9h à 15h

Mme TESSERON Sandrine

6, rue du Docteur de Bechevel à Nieul sur Mer (17137)
06 30 03 11 81 ou par mail sandrine.tesson@laposte.net
Facebook : perruques sandrine tesson
du lundi au samedi / A domicile / Horaires modulables

« Je donne ma perruque ! »

RevitaLash® et « Belles et Battantes » ensemble pour une bonne cause
Site internet : www.facebook.com/jedonnemaperruque

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Le choix du port d'une prothèse externe dépend de plusieurs facteurs :

- attente d'une reconstruction
- choix délibéré de la patiente qui ne désire pas être reconstruite
- problèmes cutanés rendant l'intervention difficile



Une prothèse bien adaptée – complète ou partielle – vous donne de l'assurance et vous confère le sentiment d'être à nouveau une femme « à part entière ».

Prenez le temps de la choisir et faites-vous conseiller minutieusement.

Mmes SAVARIT Marinette et LECOURT Fabienne

Vente de lingerie adaptée et personnalisée, exclusivement à domicile
Marinette 06 98 05 63 65 / Fabienne 06 80 706 706
ou par mail jacky.savarit@orange.fr / f117.indiscretelingerie@gmail.com
Site internet : www.lingerie-indiscrete.fr ou www.facebook.com/indiscrete
Vente sur Port des Barques / Rochefort & environ, horaires adaptés à vos disponibilités

Mme SGAMBATI Sylvie

Vente de prothèse capillaire, vente de prothèse mammaire, vente de lingerie adaptée
7, chemin des Vignes à St-Georges des Côteaux (17810)
06 63 70 77 89 ou par mail sylvie.sgambati@gmail.com
Vente à domicile du lundi au samedi, horaires adaptés selon vos disponibilités

SAS MEDICAL 17

Vente et location de matériel (prothèse ou complément mammaire)
11, rue Henri Matisse à Royan (17200)
05 46 06 53 77 ou par mail medical17contact@wanadoo.fr
Site internet : www.techniciendesante.fr/royan
De 9h à 12h30 et de 14h à 19h

PARAMAT

Location et vente de matériel médical
Avenue du Pont-Rouge / Zac de la Fraternité à Tonnay-Charente (17430)
05 46 99 80 40 ou par mail agence.rochefort@paramat.com
Site internet : www.paramat.com
Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h

EQUIP'SANTÉ BIRON

Vente et location de matériel médical. Orthopédie : soutien-gorge post opératoire, prothèses mammaires extérieures, lingerie et maillots de bain adaptés, prothèses capillaires et turbans.

3, avenue de Coligny à La Rochelle (17000)
05 46 34 39 06 ou par mail contact@equipsante.fr
Site internet : www.equip-sante.com

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h30, samedi de 9h à 12h

Comptoir de vie

Vente : prothèse capillaire, lingerie, foulard, cosmétique, hygiène, conseils pour mieux vivre son cancer au quotidien. Boutique en ligne : www.comptoir-de-vie.com

MAIS aussi : Renseignez-vous auprès de votre pharmacie

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

II. AU QUOTIDIEN : PRENDRE SOIN DE SON BIEN-ÊTRE

Outre les traitements traditionnels du cancer, il existe une multitude d'autres approches.



Tout d'abord, il est essentiel que vous sachiez distinguer les termes **parallèle et complémentaire.**

Complémentaire désigne un traitement médical reconnu par la médecine officielle et appliqué en complément du traitement du cancer. Il est possible que certains de ces procédés puissent, pendant et après un traitement du cancer, contribuer à l'amélioration du bien-être général

et de la qualité de vie.

Les méthodes dites **parallèles** ne relèvent pas de la médecine officielle. Elles sont déconseillées comme traitement contre le cancer parce qu'elles ne peuvent pas se substituer au traitement classique.

Ne vous laissez pas séduire par des promesses de guérison.

Attention : Ne l'oubliez pas les méthodes complémentaires peuvent compléter votre traitement médical ; **elles ne sauraient en aucun cas le remplacer.**

Le recours à ces médecines doit-être discuté avec votre médecin.

L'équilibre alimentaire d'une personne atteinte de cancer peut se trouver modifié pendant le traitement : fatigue, perte d'appétit, nausées et vomissements, difficultés à avaler, changement de goût et de l'odorat... mais également des perturbations du transit (diarrhée, constipation).



Quelle alimentation adopter dans cette situation ? Pour le patient comme pour ses proches, il n'est pas toujours facile de savoir :

- quoi manger
- comment préparer ses repas
- comment démêler le vrai du faux dans certaines recommandations

Renseignez-vous auprès des professionnels

Mme VAURY Johanna

Diététicienne Nutritionniste

31, rue Ernest Renan à Rochefort (17300)

07 82 13 78 50 ou par mail johanna.vaury@maigrir2000.com

Site internet : www.dieteticien-nutritionniste-rochefort-sur-mer.maigrir2000.com

Consultations du lundi au vendredi de 9h à 19h

Mme AUMOND-COILLOT Chantal

Médecin Nutritionniste

167, rue Voltaire à Rochefort (17300)

05 46 99 50 30 ou par mail chantal.coillot@laposte.net

Consultations sur rendez-vous, tous les jours de la semaine (sauf le jeudi) de 9h à 12h et de 14h à 19h

CNR ANDRÉ-LAFON

Naturopathe

97, rue Thiers à Rochefort (17300)

05 46 99 97 64 ou par mail cnr@naturopathie.com

Site internet : www.naturopathie.com

Consultations du lundi au vendredi aux horaires de bureau

Mr SIMONNEAU Jean-François

Naturopathe

25, rue Lazare Hoche à Rochefort (17300)

06 75 10 42 85 ou par mail jeanfrancois.simonneau@sfr.fr

Site internet : www.jfsimonneau.com

Consultations sur rendez-vous, du lundi au samedi de 9h à 19h30

La Ligue contre le cancer propose gratuitement des ateliers culinaires animés par une diététicienne diplômée, à Rochefort de 10h30 à 12h30, tous les 1er lundis du mois.

Inscriptions au 05 46 50 57 95

Mme BEAUCHARD Sandra

Diététicienne

104, avenue du Général De Gaulle à Tonnay-Charente (17430)

06 50 46 53 21 ou par mail sandra.beauchard@free.fr

Consultations sur Tonnay-Charente du mardi au samedi matin de 9h à 19h (9h à 12h le samedi)

A Surgères (3 square des Oliviers / Village médical) le lundi de 9h à 19h30

Mme FLAHAULT Camille

Diététicienne Nutritionniste

150 avenue du cimetière, Résidence Eloïse, Bât. D à La Rochelle (17000)

06 87 19 56 95 ou par mail cf.dieteticienne@yahoo.fr

Site internet : www.dieteticien-nutritionniste-la-rochelle.magrir2000.com

Consultations sur RDV de 8h à 19h30 à La Rochelle

Mme GOEUSSE Sylvaine

Naturopathe

31, rue du Mur / Lieu dit le Mur à Sainte-Gemme (17250)

06 13 24 66 66 / 05 46 97 18 63 ou par mail sylvaine.goeusse@gmail.com

Site internet : www.nature-et-vitalite.com

Consultations du lundi au vendredi de 8h30 à 19h

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....



La réflexologie est une forme de massage particulièrement connu pour ses vertus thérapeutiques à la fois physique et psychologique. Elle se base sur le rétablissement de l'équilibre du corps en agissant sur des points stratégiques qualifiés de zones réflexes (pieds, mains et tête). Elle apporte un bien-être et procure une détente complète du corps qu'il s'agisse de la réflexologie plantaire, énergétique ou intuitive.

Mme PINEAU Corine

Réflexologie intuitive et énergétique

06 09 72 67 17 ou par mail soins.vitalite@live.fr

et

Mme BLANCHÉ Isabelle

Réflexologie plantaire (Méthode Ingham)

Formée à la réflexologie en tant que soin de support en cancérologie

21, rue Denfert Rochereau à Rochefort (17300)

06 79 07 13 95 ou par mail isareflexo@orange.fr

Consultations sur rendez-vous

Intervenantes à l'hôpital de Rochefort en cancérologie, partenaires de la Ligue contre le cancer.

Mme POMMIER Marie-José

3, chemin de la Mauratière à Rochefort (17300)

05 46 83 24 24 / 06 71 63 72 65 ou par mail pommiermj.reflexologie@gmail.com

Site internet : www.reflexologierochefort.com

Consultations le mercredi, jeudi et vendredi de 8h30 à 19h

Mme MEMIN Sylvie

15, rue commandant Estienne d'Orves à Rochefort (17300)

06 31 19 59 04 ou par mail sylviememin@sfr.fr

Site internet : www.syviememin.wix.com/17

Consultations du lundi au vendredi de 9h à 18h30

Mme BAUDU Marie-Odile

9 bis, route de Beauregard au Breuil-Magné (17870)

06 65 71 70 52 ou par mail eveildespieds@laposte.net

Site internet : www.eveildespieds.wixsite.com/reflexologie17

Consultations du lundi au samedi de 9h à 19h / à domicile (sur demande)

NOTES :

.....
.....
.....
.....

La sophrologie est un ensemble de techniques qui permet à chacun d'être à l'écoute de soi-même, d'améliorer la connaissance de soi, et de trouver la sérénité face aux défis de la vie.

Grâce à des exercices de respiration, de contraction et de décontraction musculaire, de projection mentale d'images positives, la sophrologie permet de retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit.

Mme GONZALEZ Yolande

16 bis, rue Victor Hugo à Rochefort (17300)
05 46 83 12 44 ou par mail yolande.gonzalez@hotmail.fr
Site internet : www.yolandegonzalez.wix.com/17300
Consultations du lundi au vendredi

Mme CHENU Johanne

89, rue Thiers à Rochefort (17300) ou 860 route de St Pierre à Dolus d'Oléron
06 58 11 19 25 ou par mail johanne.sophro@sfr.fr
Site internet : www.sophrologierelax.com/.fr

Mme TETARD Valéry

29 rue du Docteur Peltier à Rochefort (17300)
06 17 26 94 25 ou par mail valerytetard@yahoo.fr
Consultations en semaine

Mme PELLOTIER Anne

37, boulevard Aristide Briand à Rochefort (17300)
06 74 90 22 65 ou par mail annepellotier@free.fr
Consultations au cabinet sur rendez-vous le lundi et jeudi (séance individuelle) –
le jeudi de 18h à 19h30 (séance de groupe)
Au centre social Petit Marseille le mercredi de 18h à 19h30 (séance collective)

Mme MILLOT Martine

2 rue de la Limoise à Echillais (17620)
06 50 95 73 92 ou par mail martine.millot.sophrologie@gmail.com
Site internet : www.martine-millot-sophrologie.fr
Consultations sur Rendez-vous

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Les techniques de psychothérapie sont essentiellement fondées sur l'utilisation de la parole, associée ou complétée par des médiations corporelles. C'est aller à la rencontre de soi-même, mieux se connaître et permettre de gagner en autonomie.

Mme RAY Delphine

39, rue du 14 juillet à Rochefort (17300)
06 64 89 61 08 ou par mail ray.delphine@yahoo.fr
Site internet : www.delphineray.com
Consultations un vendredi par mois (18h30)

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

La pratique du yoga, mot qui signifie « union » (du corps, de l'esprit et de l'âme), permet de conserver et de retrouver une bonne santé physique, émotionnelle et spirituelle. La pratique est fondée sur le travail des postures aussi appelées « asanas », la respiration, la concentration et la méditation.

Mr CANNAUD Christophe

97, rue Thiers à Rochefort (17300)
05 46 99 97 64 ou par mail christophe.cannaud@naturopathie.com
Site internet : www.cnr-spa.fr
Séances tous les jours de la semaine, matin et soir

Mme GOEURY Emmanuelle

A Rochefort (17300)
05 46 89 61 81 ou par mail emma.yoga@free.fr
Site internet : www.emma.yoga.free.fr
Les cours se pratiquent :

- en salle (collectif) : Nancras le jeudi de 10h30 à 12h, St-Jean d'Angle le jeudi de 18h30 à 20h, Pont-l'Abbé le mercredi de 9h30 à 11h.
- à domicile (individuel) : Rochefort le lundi, Royan/Saujon le mardi, Pont-l'Abbé le mercredi.

Mr VIGNOLLES Didier

La Niaouli / 8, allée du Pigeonnier au Vergeroux (17300)
06 75 20 94 69 ou par mail vignolles.didier@gmail.com
Jours / Horaires : se renseigner

Mme DURANDEAU DAUGE Christine

81, rue du Rempart Saint-Claude à La Rochelle (17000)
06 74 23 26 65 ou par mail chrisdurandauge@yahoo.fr
Séances le mardi, mercredi, vendredi et samedi
Horaires : se renseigner par téléphone

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Le shiatsu est une des disciplines de la médecine traditionnelle chinoise au même titre que l'acupuncture. Cette technique vise à prévenir les maux et les maladies en stimulant l'organisme et en rééquilibrant l'énergie, l'harmonie corporelle, à l'aide de pressions digitales le long des points d'énergie : les méridiens.

Mme DUPUIS Caroline

32, quai Tahiti – Rés. de Bougainville à Rochefort (17300) ou 1, place Jean Moulin à Chatelaillon (17340)
06 60 07 00 41 ou par mail lavoiedushiatsu@gmail.com
Site internet : www.shiatsutraditionnel.jimdo.com
Séances du lundi au vendredi de 9h30 à 19h30 – le samedi de 9h30 à 13h30

Mme HALOPEAU Delphine

7, quartier du Pont à Saint-Agnant (17620)
06 71 74 53 57 ou par mail delph-shiatsu@hotmail.fr
Facebook : /delphine haloiseau shiatsu/et/delphine haloiseau./
Séances : Saint-Agnant / Pontaillac du lundi au samedi de 9h à 20h

Mme GALLERNE Lucie

71, rue du Fief des Ardennes à La Rochelle (17000)
06 88 72 21 41 ou par mail shiatsu.gallerne@orange.fr
Site internet : www.shiatsu-soin-traditionnel.com
Séances du lundi au vendredi de 9h à 20h – le samedi de 9h à 13h

Mr GOUILLART Stéphane

Zone Technocéan, 7 rue Albert Turpain à La Rochelle (17000)
05 46 29 18 12 / 06 63 41 36 46 ou par mail stephanego@yahoo.fr
Site internet : www.shiatsu-traditionnel.org
Séances du lundi au vendredi de 9h15 à 19h

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Pratiquer une activité physique c'est déjà sortir de l'isolement dans lequel peut plonger la maladie. Sortir de chez soi, rencontrer des gens, recréer du lien social est fondamental. Cela prépare, notamment à la reprise de l'activité professionnelle. Cela permet de se réapproprié son corps surtout si on a subi une chirurgie mutilante, comme c'est parfois le cas dans le cancer du sein ou les cancers gynécologiques.

Le sport permet aussi de faire sortir une colère, une haine parfois, de s'en libérer, de retrouver confiance en soi, recouvrer également l'estime de soi.

Pour tirer le maximum de bénéfices de cette pratique sportive il vaut mieux la faire dans le cadre d'une activité assurée par un éducateur formé à la spécificité du sport dans le cancer.

Escrime - « Solution Riposte »

A Rochefort, l'activité adaptée se pratique au Dojo avenue Gambetta.
Les cours sont dispensés par un encadrant qui a suivi une formation particulière.
A la Rochelle, l'activité adaptée se pratique au Cercle Escrime Rochelais (CER) rue du Moulin de Vendôme à Lagord.
Renseignements auprès du Comité départemental de la Ligue contre le cancer au 05 46 50 57 95
mais également pour Rochefort : Mme VIGNIER Elisabeth (Trésorière du club) au 06 20 45 60 97.

Association Club Nautique Rochefortais

Canoë kayak / Pirogue / Voile / Paddle
Rue des Pêcheurs d'Islande à Rochefort (17300)
05 46 87 34 61 ou 06 98 89 34 61 / mail cnrochefort@orange.fr
Site internet : www.clubnautiquerochefortais.fr
Tous les jours de la semaine de 9h à 12h et de 13h30 à 18h

Rochefort Neptune Club Natation

Nagez Forme Santé / Nagez bien-être
Club House / Rue Charles Maher à Rochefort (17300)
05 46 84 80 69 ou par mail roch.neptune.club@wanadoo.fr
Site internet : www.club.quomodo.com/rochefort-neptune-club
Piscine municipale le mercredi de 19h à 20h30



Activités physiques et sportives adaptées

Mme MESLI Faïza
1, rue Auguste Roux à Rochefort (17300)
06 40 07 85 43 ou par mail coachingadapte@gmail.com
Les séances se pratiquent à Rochefort et CARO
Horaires : se renseigner

Qi Gong

Mr DA FONSECA Arnaud
25, av. Marcel Dassault – Bassin de Bougainville à Rochefort (17300)
06 23 41 18 03 ou par mail mouvementnaturel@gmail.com
Site internet : www.ecole-du-mouvement-naturel.blogspot.fr
Tous les vendredis de 12h30 à 13h30 et de 15h à 16h (Ecole de danse Marie-Anne LE BECHEC)

Association « Foulées Nordiques de la Prée »

Mme HAY Chantal
06 33 26 36 69 ou par mail fouleesnordiques.presidente@gmail.com
Site internet : www.fouleesnordiques.fr

Marche nordique « Nordic Santé » (Fouras) le mardi de 10h à 12h

Marche aquatique côtière « Mac Santé » (Fouras grande plage) le vendredi après-midi selon les marées.

Ces deux activités, pour une reprise douce de l'effort, sont encadrées par des personnes formées à cette pratique.

Association LAU'RANDO

06 30 60 03 61 ou par mail president-laurando@sfr.fr
Site internet : www.laurando.fr

Marche « Sans se Presser » : reprise douce de la marche avec encadrants formés à cette pratique par la FFRP (Fédération Française de Randonnée Pédestre). Les randonnées pédestres, les lieux de départ sont variables et précisés sur un programme mensuel.

Aviron de Mer adapté à La Rochelle

Le Comité départemental de la Ligue contre le cancer et le Club d'Aviron de Mer de La Rochelle proposent, gratuitement, la pratique de l'aviron de Mer aux femmes atteintes d'un cancer.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à visionner la bande-annonce du film «Dragon ladies, nous irons à Venise». Un film-documentaire émouvant retraçant le parcours d'un groupe de femmes atteintes par un cancer du sein et qui s'entraînent pour participer à la Vogalonga.

<https://www.youtube.com/watch?v=yVKcbrGgLU&feature=youtu.be>

GRATUIT - Renseignements et inscriptions au 05 46 50 57 95

Sport en salle

Séances d'activités physiques adaptées aux malades atteints de cancer, animées par un professeur d'éducation physique spécialisé. Ces séances se déroulent au centre Richelieu à La Rochelle. Renseignements et inscriptions auprès du Comité départemental de la Ligue au 05 46 50 57 95.

Tir à l'arc

Le Comité départemental de la Ligue contre le cancer et le « Club des Archers » de Marans proposent gratuitement une nouvelle activité sportive adaptée aux femmes atteintes d'un cancer : le tir à l'arc.

Pour toute information et inscription, contacter le 05 46 50 57 95.

Les Canards Rochelais

Nagez Forme Santé - Rue Léonce Mailho à La Rochelle (17000)

05 46 67 40 00 ou par mail canards-rochelais@orange.fr

Site internet : www.canards-rochelais.fr

Piscine Lucien Maylin le mercredi entre 9h30 et 12h (4 groupes de 8 personnes maximum)

Nautic Club Angérien

Nagez Forme Santé - 40, chemin des Portes à Saint-Jean d'Angély (17400)

05 46 32 30 32 ou par mail nca17@orange.fr

Site internet : www.ncangerien.fr

Piscine Atlantys St-Jean d'Angély le vendredi de 20h à 21h

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

III. AU QUOTIDIEN :

ACCÉDER AUX DROITS SOCIAUX - DÉMARCHES ET AIDES DIVERSES



Cette troisième partie vous informe sur les démarches indispensables au maintien de vos droits et à l'accès à des prestations sociales au sortir de l'hôpital et pendant vos soins.

Elle a pour but, à votre retour à domicile, de faciliter la gestion et l'organisation de votre parcours de patient.

La Ligue contre le cancer

L'association propose des services adaptés aux personnes malades et à leurs proches. Cet accompagnement vise à améliorer votre prise en charge et votre qualité de vie pendant et après la maladie.

Permanence à l'hôpital de La Rochelle : tous les mardis matin, dans la salle d'attente de radiothérapie. Les bénévoles sont à votre disposition pour : vous écouter, vous informer, vous offrir un moment convivial autour d'une boisson chaude.

Contact : 208 rue Marius Lacroix 17000 La Rochelle / 05 46 50 57 95 ou par mail cd17@ligue-cancer.net

Lucide 17 (Lutte contre les Cancers Information et Dépistage en Charente-Maritime)

L'association est chargée de promouvoir et de coordonner en Charente-Maritime les programmes nationaux de dépistage organisés du cancer du sein et du cancer coloproctal, proposés gratuitement aux personnes de 50 à 74 ans.

Contact : 1 boulevard Vladimir - Fief Montlouis 17100 SAINTES / 05 46 90 17 22

« Les Enchanteuses » à Saintes

Ce sont des lieux de rencontre qui proposent des prestations et des activités autour de trois axes :

- Réconfort : écoute, soutien et confort,
- Beauté: restauration de l'image corporelle et l'estime de soi,
- Échanges : partage des savoirs, entraide et autonomie.

En groupe ou individuellement, ils proposent une gamme de prestations adaptées à la personne atteinte d'une maladie grave. Les prestations sont assurées par des professionnels qualifiés dans le cadre d'une convention de partenariat, et leurs tarifs sont adaptés aux plus démunis.

Contact : 07 83 20 47 92

ASP 17 - Accompagne, Soutien, par sa Présence, dans le 17

L'un de vos proches est gravement malade, peut-être vous-même ...

L'association propose une écoute, une présence, un regard, un mot, un sourire.

C'est une équipe de bénévoles spécialement formés à l'accompagnement des malades pendant les périodes difficiles de leur maladie. Ils peuvent intervenir dans des établissements publics ou privés et au domicile des personnes malades. L'ASP 17 intervient sur les territoires de La Rochelle et ses environs : Rochefort et Ile de Ré. A l'hôpital vous pouvez les contacter par l'intermédiaire des infirmières du service.

L'ASP17 est à votre disposition : Tél : 05 46 45 51 02 ou par mail :

associationasp17@yahoo.fr

Symphonie 17

L'Association Symphonie 17 apporte une aide et un soutien aux femmes opérées d'un cancer du sein et cancer féminin en organisant :

- Des points rencontres tous les 3ème mercredis du mois à La Rochelle
- De nombreuses actions de mobilisation dans le cadre d'Octobre Rose
- Des ateliers esthétiques, réflexologie plantaire, ateliers bricolage, aquagym
- Des sorties catamaran en septembre, opération « je prends, je lis, je rends » livres mis à disposition des malades dans les salles d'attente du service d'oncologie

Permanence à la Salle UCPO de l'hôpital Ré-Aunis à La Rochelle ou à la Maison des Associations de Nieul/Mer, le 3ème mercredi de chaque mois de 14h30 à 16h30.

Tél. 05 46 37 88 26 ou 06 85 56 63 52 / mail symphonie.17@orange.fr

Site internet : www.facebook.com/Symphonie17SoutienAuCancerFeminin/

VMEH (association Visite des Malades dans les Etablissements Hospitaliers)

Sa mission consiste, en relation avec le personnel soignant, à apporter « un peu de l'extérieur », une présence, une écoute, un surplus de chaleur humaine aux personnes malades ou entrées en institutions, particulièrement pour celles qui sont seules ou isolées.

Les bénévoles ont une expérience du milieu hospitalier et de la relation d'aide.

N'hésitez pas à signaler au personnel hospitalier votre souhait de recevoir leurs visites.

Contact : 05 46 45 59 05 ou par mail : vmeh17@orange.fr / Site internet :

www.vmeh-national.com

Centre d'Ecoute Téléphonique

0 800 940 939, le numéro de la Ligue contre le cancer

100% gratuit pour les appelants (à partir d'un fixe ou d'un mobile en France).

Ce service téléphonique offre une écoute et un soutien psychologique, un accompagnement à l'emprunt, des conseils juridiques adaptés à votre situation.

+ d'infos : <https://www.ligue-cancer.net/>

Unicancer

Information et soutien : malades ou proches d'un patient, découvrez les liens utiles pour vous informer et échanger. Site internet : www.unicancer.fr

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

L'objectif est de conseiller au mieux les malades et leurs familles face aux difficultés juridiques qu'elles peuvent rencontrer tout au long et après les traitements.

Les questions peuvent porter sur tous les domaines du droit (droit de la famille, patrimoine, droit immobilier, droit social, droit du travail, succession, litiges, problèmes de recouvrement, mise en demeure...). Voici une liste de lieux ou professionnels compétents :

Point d'accès aux droits - Maison des Services Publics (20 avenue Paule Maraux à Rochefort) permet d'être mieux informés, orientés et assistés (gratuitement) dès que surviennent des difficultés sur le plan juridique... Ce lieu d'accueil public permet à des avocats, des représentants d'associations (droits des femmes, droits des victimes...) de tenir des permanences et donner gratuitement des conseils à toutes les personnes qui souhaitent en bénéficier. Renseignements - Rendez-vous : 05 46 87 10 62 :

- Ordre des Avocats de Rochefort : 1er vendredi de chaque mois de 14h à 16h
- Conciliateur : 2ème mercredi du mois de 14h30 à 17h30

Centre d'Information du Droit des Femmes et des Familles (CIDFF)

Informations juridiques : Famille, social, travail, consommation... Des juristes vous informent sur vos droits et vous proposent des réponses individualisées.

Permanences :

- La Rochelle : au siège - 88, rue de Bel Air à La Maison de l'Emploi / Centre social Place du 14 Juillet à Villeneuve-Les-Salines / La Passerelle Mairie Annexe à Mireuil
- Ile de Ré : Mairie de St Martin
- Marans : Centre social - 2, rue Dinot / Gendarmerie Avenue de la Gare
- Surgères : Maison de l'Emploi - Square du Château
- Rochefort : Maison de l'Emploi - 1, avenue Maurice Chupin / Maison des Services Publics - 3, avenue Paule Maraux / Tribunal d'instance - Rue Chanzy
- Royan : Commissariat - 13, rue du Château d'eau / Maison des Associations - 61 bis, rue Paul Doumer
- Saintes : Antenne CIDFF - 20, rue des Oeillets / Tribunal de Grande Instance, Square Maréchal Foch
- Saint Jean d'Angely : CIAS - 3, rue de Dampierre / Mairie - 1 place de l'Hôtel de Ville
- Marennes : MIS (Maison des Initiatives et des Services) - 23, rue du Bois Meynardi
- Jonzac : Selon la demande / Gendarmerie - 16 Boulevard René Gautret

+ d'infos au 05 46 41 18 86, par mail contact@cidff17.org ou internet

www.infofemmes-pch.org

Les tribunaux

Des permanences existent, il convient de se renseigner sur les dates et horaires proposés. <http://www.annuaires.justice.gouv.fr/>

Les syndicats

Si vous êtes syndiqué, et que vous êtes face à des problèmes liés au droit du travail, l'avocat de votre syndicat peut vous apporter gratuitement des conseils.

Les notaires

N'hésitez pas à contacter un notaire qui assurera un rôle de conseil et d'assistance. <http://www.chambre-charente-maritime.notaires.fr/>

Les Mutuelles / Assurances

Certains contrats d'assurance ou de mutuelle incluent une protection juridique avec des avocats et des juristes. Votre assurance/mutuelle peut dans ce cas vous mettre gratuitement en relation avec un avocat pour une assistance juridique personnalisée. Certains contrats d'assurance de protection juridique peuvent également prendre en charge les honoraires d'un avocat, partiellement ou totalement, selon les conditions du dit contrat.

Renseignez-vous auprès de votre conseiller pour savoir si vous en bénéficiez.

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Les aides financières sont des aides ponctuelles qui doivent permettre aux malades ou à leurs familles de faire face aux difficultés financières engendrées par la maladie. Elles ne se substituent pas aux prestations légales, et interviennent dans l'attente ou en complément du versement de ces prestations.

Les patients atteints de cancer peuvent être pris en charge à 100 % au titre d'une affection de longue durée, sur avis médical. Cette exonération du ticket modérateur permet d'appuyer certaines demandes financières.

Vous pouvez vous renseigner auprès :

- de la Ligue contre le cancer / 05 46 50 57 95
- du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre ville / Rochefort
05 46 82 35 00
- de la Délégation Territoriale de votre secteur / Conseil Départemental
05 46 31 70 00 http://charente-maritime.fr/CG17/jcms/cg17_104974/contacts-et-adresses
- de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) / 36 46 du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30 (pensez à préparer votre numéro de sécurité sociale)
- de la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé Au Travail (CARSAT), uniquement sur rendez-vous / Possibilité de rendez-vous coordonnés Carsat / MSA / RSi. Pour prendre un rdv faites le 39 60
- de la Mutualité Sociale Agricole (MSA) / 05 46 97 50 50 du lundi au vendredi de 8h30 à 17h
- du Régime Social des Indépendants (RSI) / 36 48 pour prendre rendez-vous avec un conseiller ou par internet : www.rsi.fr/RDV-poitoucharentes
- de la caisse complémentaire ou de votre mutuelle
- du Comité d'Entreprise (CE) de votre entreprise

Certains avantages fiscaux (réduction des impôts sur le revenu, des impôts locaux...) sont accordés sous conditions. Renseignez-vous auprès de votre Centre des Impôts (Rochefort : 42 Avenue Thomas Wilson / Téléphone 05.46.82.16.30).

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Pendant et après votre maladie, vous allez devoir réaliser un certain nombre de démarches administratives. En fonction de votre situation personnelle, professionnelle et médicale, il vous faut identifier le régime social qui prendra en charge une partie de vos frais de santé ou l'organisme à solliciter pour gérer vos demandes de prestations sociales et aides diverses : allocation logement, allocation adulte ou enfant handicapé... Les principaux interlocuteurs administratifs auprès de qui vous pouvez être amené à faire des démarches sont :

La Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)

Elle procédera à une évaluation sociale, visant à faire le bilan de vos droits, de vos ressources et de vos besoins : www.ameli.fr / 36 46 du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30 (pensez à préparer votre numéro de sécurité sociale).

Si vous relevez du régime agricole, vous devez vous adresser à la Mutualité Sociale Agricole (MSA) au service des prestations familiales : www.msa.fr / 05 46 97 50 50 du lundi au vendredi de 8h30 à 17h,

Si vous relevez du Régime Social des Indépendants (RSI), consultez le site du RSI www.rsi.fr / 36 48 pour prendre rendez-vous avec un conseiller,

Pour les régimes spéciaux, www.regimesspeciaux.org

Le cancer est considéré comme une Affection de Longue Durée (ALD). Les dépenses relatives à votre cancer seront donc prises en charge à 100 % par la caisse d'assurance maladie dont vous dépendez (remboursement sur la base du tarif fixé par la sécurité sociale).

Pour les restes à charge, renseignez-vous, **auprès de votre mutuelle** pour savoir si ces frais sont totalement ou partiellement remboursés.

La Caisse d'Allocations familiales (CAF)

C'est un organisme public qui accompagne les familles pour les aider dans leur vie quotidienne. Elle étudie votre situation, en fonction de celle-ci, verse différentes allocations www.caf.fr / 0 810 25 17 10

Un conseiller vous répond du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h (préparer votre numéro allocataire et votre code confidentiel avant d'appeler).

La Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)

Elle facilite les démarches des personnes en situation de handicap et de leur famille. C'est un organisme qui permet un accès unique, aux droits et prestations prévus pour les personnes handicapées. www.charente-maritime.org (onglet : les solidarités et la population / personnes handicapées) ou par téléphone au 0 800 15 22 15.

Nota le terme de handicap désigne toute limitation d'activité, ou restriction de participation à la vie en société. Ce terme est utilisé pour parler d'une personne atteinte d'une maladie invalidante, de façon temporaire ou non. C'est la raison pour laquelle une personne atteinte d'un cancer peut avoir accès aux dispositifs d'aides et d'allocations de la MDPH.

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Il propose aux personnes seules ou couples sans enfants, aux jeunes majeurs, aux personnes âgées, aux personnes en situation de handicap et aux personnes seules en difficulté, une évaluation de leur demande, une orientation vers les partenaires identifiés pour le traitement administratif de leurs dossiers, une aide dans les démarches à effectuer et une mise en relation avec un assistant social. Pour connaître les coordonnées du CCAS de votre secteur d'habitation, adressez-vous à votre mairie (CCAS de Rochefort : 05 46 82 35 00).

La Délégation Territoriale (DT)

Elle propose aux familles et aux personnes en difficulté, une évaluation de leur demande, une orientation vers les partenaires identifiés pour le traitement administratif de leurs dossiers, une aide dans les démarches à effectuer et une mise en relation avec un assistant social. Pour connaître les coordonnées de la DT de votre secteur d'habitation, adressez-vous au Conseil Départemental de la Charente-Maritime (DT de Rochefort : 05 46 87 27 57).

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

A la fin de votre arrêt de travail, vous pourrez reprendre votre travail (c'est à vous d'en informer votre employeur). Préparer sa reprise est important, pour cela, il existe différents services pour vous y aider :

- Votre médecin traitant
- Votre médecin du travail (pensez à prendre rendez-vous avec lui avant la reprise)
- Le service social de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie
- Votre assistante sociale
- Votre syndicat

Ils vous soutiendront dans les démarches à effectuer auprès de votre employeur et pourront envisager avec vous comment aménager la reprise (à temps complet, à temps partiel thérapeutique, aménagement de votre poste, changement de poste...).

Si toutefois, votre état de santé ne vous permet pas de reprendre une activité professionnelle, ces services vous aideront à faire valoir vos droits à différentes prestations en remplacement de votre salaire.

Si vous êtes en recherche d'emploi, adressez-vous :

Pôle emploi

Rochefort : 4 place François-Blondel

Contact : 39 49 / site internet : www.pole-emploi.fr

Cap Emploi : (si handicap)

Rochefort : 1 avenue Maurice Chupin – Parc des Fourriers

Contact : CAP EMPLOI La Rochelle au 05 46 50 04 00

ou par mail contact@capemploi17.fr

Site internet : www.capemploi17.com

DIRECCTE - Unité départementale de la Charente-Maritime

(Direction Régionale des Entreprises, de la Concurrence, de la Consommation, du Travail et de l'Emploi) La Rochelle : Cité administrative Chasseloup-Laubat - Avenue de la Porte Dauphine

Antenne de Saintes : 1 rue du Docteur René Laennec - BP 60554

Renseignements téléphoniques : 05 46 50 52 01 / Site internet :

www.aquitaine-limousin-poitou-charentes.direccte.gouv.fr/Charente-Maritime

NOTES :

.....
.....
.....
.....

Congés spécifiques

Si vous travaillez, vous pouvez bénéficier de congés pour votre enfant malade (le congé parental d'éducation, le congé de présence parentale, le congé de solidarité familiale et le congé de soutien familial...).

Pour obtenir des informations détaillées, vous pouvez contacter un assistant social de l'établissement de santé où est soigné votre enfant, mais aussi l'assistant social rattaché à son établissement scolaire, ainsi que celui de votre caisse d'allocations familiales, de la Mutualité sociale agricole ou du conseil départemental.

Scolarité

La maladie est à l'origine d'une rupture du quotidien habituel de votre enfant tant dans le cadre familial que scolaire. Mais un enfant atteint de cancer reste un enfant « comme les autres ». Il a donc besoin, pour son équilibre, d'une vie sociale.

La scolarité – à l'école, au collège, au lycée ou dans l'enseignement supérieur – fait partie de sa vie sociale et des moyens nécessaires pour qu'il poursuive un développement intellectuel, social et affectif le plus harmonieux possible. Même s'il est nécessaire d'adapter la scolarité à la situation de l'enfant, il est important, dans la mesure du possible, qu'il garde contact avec l'école où il était scolarisé jusqu'alors et qu'il puisse poursuivre sa scolarité.

→ Des classes spécialisées :

Dans un grand nombre d'hôpitaux (CHU, Centres de lutte contre le cancer), l'Éducation nationale a mis en place des classes spécialisées qui accueillent les enfants d'âge scolaire (de la maternelle au baccalauréat).

Si votre enfant doit passer un examen (brevet, baccalauréat, CAP, BEP, post-bac, etc.) pendant sa maladie, renseignez-vous auprès de l'enseignant spécialisé de l'hôpital, du médecin scolaire de l'établissement d'origine ou du service des examens et concours de votre académie.

→ L'assistance pédagogique à domicile :

Au moment du diagnostic, informez l'établissement scolaire (proviseur ou principal, CPE, infirmière scolaire, professeur principal) de la raison de l'absence prolongée de votre enfant. Dès que le parcours de soins personnalisé de votre enfant est connu, vous pouvez demander à l'établissement scolaire l'organisation d'une réunion et la mise en place d'un Plan d'Accueil Individualisé (PAI) définissant les temps de présence prévisionnels de votre enfant, les modalités de récupération des cours, les informations délivrées aux élèves de la classe... Vous pouvez également demander à ce que votre enfant bénéficie des cours du Service d'Assistance Pédagogique A Domicile (SAPAD) pendant son hospitalisation.

→ L'enseignement à distance :

Dans certains cas, une inscription au Centre National d'Enseignement à Distance (Cned) peut être envisagée. Le coordonnateur vous orientera vers la prise en charge ou la structure la mieux adaptée pour votre enfant. Les élèves inscrits au Cned pour raison médicale grave peuvent bénéficier d'une bourse dans les mêmes conditions que s'ils étaient inscrits dans leur établissement. L'inscription au Cned dans le cadre d'une maladie grave est gratuite pour les élèves de moins de 16 ans. Au niveau collège/lycée, une convention avec le Cned autorise une double inscription partielle (établissement et Cned). Ceci permet une complémentarité avec le Sapad et donc la présence de professeurs à votre domicile.

→ Autre :

Vous avez la possibilité de faire appel aux prestations gratuites proposées par certaines assurances, certaines mutuelles (vérifiez auprès de la vôtre) ou les associations d'intervenants bénévoles comme par exemple la Fédération pour l'Enseignement des Malades à Domicile et à l'Hôpital (www.femdh.fr).

Pour des informations complémentaires, vous pouvez contacter le service social du Centre Régional d'Oeuvres Universitaires Scolaires (CROUS) de votre académie. Le portail institutionnel de la vie étudiante offre également de nombreux renseignements : www.crous.fr et www.sup.adc.education.fr

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Structure d'accueil

À la sortie de l'hôpital, si votre état de santé ne permet pas un retour immédiat à votre domicile, vous pouvez accéder à des structures d'accueil pour des périodes plus ou moins longues.

Si vous souhaitez des informations complémentaires sur les conditions d'admission, le coût du séjour, l'aide à la constitution de votre dossier, etc., l'assistant social de l'établissement de santé peut vous renseigner.

Liste des centres de convalescence en Charente Maritime : <http://www.sanitaire-social.com/annuaire/centre-de-convalescence-poitou-charentes-charente-maritime/17/14/dc/1>

Aide à la personne

Lors de votre retour à domicile, vous aurez peut-être besoin de recourir à l'assistance d'un professionnel qualifié pour vous aider à effectuer des actes de la vie quotidienne que vous ne pouvez pas momentanément ou durablement réaliser seul(e) (repas, ménage...).

Ce type d'intervention peut faire l'objet d'une demande de prise en charge, en fonction de vos ressources, auprès des organismes sociaux (mairie, conseil départemental), de la caf, caisses de retraite, caisse d'assurance maladie, votre comité d'entreprise (Chèque Emploi Service Universel...), votre mutuelle (en fonction des clauses de votre contrat), votre assurance (au titre de l'assurance multirisque et de l'assurance vie), ainsi que votre banque (les cartes de crédit offrent parfois à leurs clients le financement d'heures d'aide à domicile en cas de maladie)... Relisez vos contrats.

Vous pouvez retrouver les services à la personne :

- Agence nationale des services à la personne propose un numéro de téléphone, le 32 11 ou vous pouvez aussi consulter le site www.servicealapersonne.gouv.fr
- Votre mairie (CCAS...)
- Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) au 09 70 82 12 13
- Conseil Départemental www.charente-maritime.fr (onglet solidarités et la population, personnes âgées, établissement et services) ou par téléphone au 05 46 31 70 00
- Mutualité Française Charente Maritime au 05 46 50 50 44
- Association à Domicile en Milieu Rural (ADMR) au 05 46 93 66 99
- PEP 17 au 05 46 41 68 46
- Escale La Rochelle au 05 46 42 48 09

Mode de garde

Vous cherchez à faire garder votre enfant, découvrez les différents modes d'accueil :

Pour un accueil individuel : les assistants maternels.

Retrouvez toutes les coordonnées sur www.charente-maritime.fr (onglet la Solidarité et la Population/Protection maternelle et infantile/liste des assistants maternels).

Pour un accueil collectif : la crèche collective, la halte-garderie ou la crèche familiale.

Retrouvez toutes les coordonnées des structures sur www.charente-maritime.fr (onglet la Solidarité et la population/Protection maternelle et infantile/Faire garder son enfant)

Les accueils de loisirs (sur Rochefort l'AAPIQ au 05 46 87 07 00 / mail : aapiqcentresocial@gmail.com / internet : www.aapiq-centresocial.fr et les AEL au 05 79 97 97 30 / mail : ael.enfance@gmail.com)

Pour des horaires atypiques, deux associations en Charente-Maritime, en partenariat avec la Caf apportent une nouvelle offre de service de garde d'enfants, complémentaire à celles existantes :

- Do l'Enfant Dom : Contact : Elodie Chourrier - Les salons du Parc/Rue du Bois vert - 17450 Fouras Tél. 05 46 84 09 48 ou par mail dolenfantdom@yahoo.fr
- NounouDom : Pour tout renseignement : ENTRAIDE FAMILIALE au 05 46 28 37 02

Vous pouvez également prendre contact avec le Bureau d'Information Jeunesse (BIJ) pour recruter un(e) étudiant(e) pour une garde à domicile, une aide aux devoirs, l'accompagnement aux trajets...

A Rochefort : 27 - 29 avenue des déportés et des fusillés / Tél : 05 46 87 40 26 ou 07 78 05 10 32

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Aménagement du domicile

Adapter son logement permet de rester autonome et de vivre dans de meilleures conditions.

Ces adaptations tiennent compte des besoins liés à la maladie :

- Des équipements techniques peuvent être installés dans toutes les pièces du domicile
- Des aménagements ou des transformations du logement

Contacts :

- ADIL au 05 46 34 41 36 / Site internet : www.adil17.org
- SOLIHA 17 au 05 46 07 49 99 / Site internet : www.charente-maritime.deux-sevres.soliha.fr
- ANAH au 0 820 15 15 15 / Site internet : www.anah.fr
- Caisse d'Allocations Familiales www.caf.fr / 0 810 25 17 10
- Vos caisses de retraite et mutuelle

Prêt bancaire

Remboursement :

Pendant votre arrêt maladie, n'oubliez pas de faire intervenir l'assurance que vous avez contractée pour vos prêts bancaires, relisez vos contrats d'assurance qui indiquent les conditions de prise en charge de vos mensualités et les délais dans lesquels vous devez déclarer votre situation.

En cas de soucis de remboursements de votre emprunt, contactez le service de surendettement de la banque de France : www.banque-France.fr

Accéder à un prêt (à la consommation, immobilier ou professionnel) :

Bien que vous soyez actuellement traité(e) pour un cancer, vous pouvez avoir envie de réaliser des projets. C'est pour vous permettre de les financer malgré la maladie que la convention AERAS (S'Assurer et Emprunter avec un Risque Aggravé de Santé) a été mise en place.

Cette convention a pour objectif d'élargir l'accès à l'assurance et à l'emprunt des personnes présentant un risque de santé important.

Adresses et numéros utiles :

- Convention AERAS : www.aeras-info.fr / 0801 010 801
- AIDEA (Accompagnement et information pour le droit à l'assurabilité) : 0800 940 939
- Santé Info droits : Ligne d'information du CISS (Collectif Inter-associatif Sur la Santé) www.leciss.org 01 53 62 40 30

Recherche de logement

Souvent la maladie impacte votre vie professionnelle. Arrêts maladie successifs ou réduction du temps de travail peuvent alors diminuer vos revenus. En fonction de votre situation, des aides au logement peuvent vous être attribuées (CAF ou accession au logement social).

Liste des bailleurs publics sur www.adil17.org

(cadre : habiter en Charente-Maritime / louer un logement / logement social / index : adresses utiles)

Pour une demande de logement social, utilisez le formulaire unique sur le site internet : www.demandedelogement17.fr

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

Frais de transport

Dans le cadre de votre maladie, vous serez amené à effectuer des déplacements nécessités par des actes médicaux (consultations, examens divers et peut-être chimiothérapie). Dans ce cas, les frais de transport sont couverts par l'assurance maladie, mais uniquement sur prescription médicale et, bien sûr, sur fourniture des justificatifs si vous avez fait l'avance des frais. Le médecin décide du transport le mieux adapté à vos besoins :

- > ambulance pour un transport allongé (avec demande d'entente préalable au-delà de 150 km aller)
- > véhicule sanitaire léger (VSL) pour un transport assis
- > transport non sanitaire : voiture personnelle, transports en commun, taxi conventionné (liste consultable au 36 46 ou www.ameli.fr)



Vous reconnaîtrez un taxi conventionné grâce à son **logo bleu «Taxi conventionné - Organismes d'assurance maladie»** qui figure sur la vitre arrière droite du véhicule.

Vos déplacements seront aussi facilités par : La carte de station debout pénible : elle vous accorde une priorité d'accès aux places assises dans les transports, les espaces d'accueil du public et les files d'attente. On l'obtient en demandant un dossier à la Maison Départementale du Handicap (MDPH) / site internet : www.charente-maritime.org (onglet : les solidarités et la population/personnes handicapées) ou par téléphone au 0 800 15 22 15.

Ambulances, transport sanitaire et VSL en Charente-Maritime
<http://www.annuaire-sante.com/ambulance/charente-maritime-17>

Transports en commun

→ Transports urbains :

Voici les réseaux de transports urbains dans le département de la Charente-Maritime :

- » RTCR - La Rochelle (17000) site internet www.rtc.fr / 05 46 34 84 58
- » BUSS - Saintes (17100) site internet www.buss-saintes.com / 0 800 17 10 17
- » Cara'Bus - Royan (17200) site internet www.carabus-transport.com / 0 810 810 977
- » R'Bus - Rochefort (17300) site internet www.rbus-transport.com / 05 46 99 22 66

→ Transports départementaux :

Les Mouettes site internet www.lesmouettes-transports.com / 0 811 36 17 17

NOTES :

.....

IV. AU QUOTIDIEN : SOUTENIR L'ENTOURAGE



A l'annonce du diagnostic, c'est toute une famille qui bascule.

Accompagner un malade implique une attention de chaque instant : il s'agit de l'aider à rompre sa solitude, à le soutenir, à faire face, à tous les niveaux.

Deux dispositifs permettent à un proche qui souhaite accompagner un malade d'interrompre son activité salariée :

→ **Le congé de soutien familial** : pour assister un patient en perte d'autonomie, vous devez adresser à votre employeur, au moins 2 mois avant la date prévue de votre congé, une demande établissant votre lien familial avec la personne malade. Le congé de soutien familial peut être d'une durée de 3 mois, renouvelable dans la limite d'un an.

→ **Le congé de solidarité familiale** : pour assister un patient gravement malade en fin de vie, il faut adresser à votre employeur, 15 jours au moins avant la date prévue du congé, votre demande assortie d'un certificat médical (envoi en recommandé avec avis d'accusé de réception). Ce congé est accordé pour 3 mois, renouvelable une fois. L'accompagnant peut demander à la caisse d'assurance maladie ou à la caisse du régime sociale des indépendants le bénéfice d'une allocation d'accompagnement.

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....

→ La maladie d'un proche bouleverse la vie familiale dans son organisation quotidienne et sur le plan émotionnel. Cela rend parfois difficile la communication entre les membres de la famille.

N'hésitez pas à en parler à l'équipe soignante, un/e psychologue de l'établissement peut vous recevoir, et votre médecin traitant pourra, lui aussi, vous orienter.

→ L'Assistante Sociale ou l'infirmière de l'établissement scolaire peut répondre au besoin d'écoute et de soutien d'un élève perturbé par la maladie d'un membre de son entourage.

→ Des services spécialisés peuvent également proposer des consultations aux enfants ou adolescents et à leur famille, sur Rochefort :

- Centre Médico Psychologique Adolescent (CMPA), Chemin de la Vieille Forme - Clos Lapérouse / 05 46 87 64 25
- Centre Médico Psycho Pédagogique (CMPP), 26 rue Emile Combes / 05 46 99 22 89
- Service pédiatrie de l'hôpital, 1 avenue de Bélignon / 05 46 88 54 70

NOTES :

.....
.....
.....
.....
.....



Rédaction / Conception : Atelier Santé Ville de Rochefort



Mise en page / Édition : ESAT Messidor



Papier 100% recyclé

