



ligue vaudoise contre le cancer

Programme de réadaptation oncologique

---

# POUR UN NOUVEAU DÉPART

**Pendant ou après le traitement contre le cancer, se reconstruire grâce à ses propres ressources et avec l'aide du programme de réadaptation oncologique, un parcours thérapeutique de 12 semaines qui sollicite le corps et l'esprit pour vous aider à repartir dans la vie.**

Grâce aux progrès des traitements, et aussi parce que certains cancers deviennent des maladies avec lesquelles on apprend à cohabiter au quotidien, il est possible aujourd'hui de retrouver une bonne qualité de vie et de se projeter dans l'avenir.

Subir un traitement oncologique n'est jamais une simple parenthèse : c'est un chemin incertain où l'après ne sera pas forcément identique à l'avant. Puis un jour, on entrevoit un peu de lumière. On va de mieux en mieux, on se sent prêt à se reconstruire.

Avec son encadrement médical, le programme de réadaptation oncologique de la Ligue vaudoise contre le cancer (LVC) vise à restaurer vos capacités d'avant la maladie et à dessiner avec vous cet après, ce jour nouveau. Pour que votre qualité de vie, privée comme professionnelle, soit à nouveau au rendez-vous.

« Penser à la réadaptation aussi tôt que possible, y compris pendant le traitement, c'est comme préparer le terrain de l'après-maladie. »

*Docteur Pierre Hösli, oncologue et directeur médical du programme*

---

## PRENDRE SOIN DE SOI

Le programme s'étend sur 3 mois en continu, à raison de deux à trois séances hebdomadaires. Il est placé sous la direction d'un médecin et comprend aussi bien des activités collectives que des accompagnements individuels, de manière à répondre aux besoins spécifiques de chacun. Les entretiens individuels sont assurés par une infirmière coordinatrice, un psycho-oncologue et une diététicienne.

---

## SOIGNER AUTANT L'ESPRIT QUE LE CORPS

« Tout mon corps s'est remis en mouvement, j'ai retrouvé confiance en moi. »

*Stéphanie, 49 ans*



- **Mieux comprendre la maladie :** séances d'informations sur le cancer
- **Parler, échanger :** accompagnement psychologique
- **Gérer son anxiété, trouver une paix intérieure :** hypnose, méditation, art thérapie
- **Retrouver le plaisir de manger :** conseils en diététique





- **Se remettre en forme** : renforcement musculaire, marche nordique, danse
- **Se réinsérer pleinement dans la vie professionnelle** : « job coaching »
- **Restaurer ses facultés intellectuelles** : ateliers pour remédier aux difficultés cognitives

## REJOIGNEZ LE GROUPE !

Reposant sur le dynamisme d'un groupe de 8 à 10 personnes avec le même vécu face à la maladie, le programme est pensé pour que les activités collectives offrent l'occasion de se stimuler et se soutenir mutuellement.

« C'est une évidence : le groupe s'auto-soigne. »

*Anne Lager, infirmière  
coordinatrice du programme*



## PRISE EN CHARGE FINANCIÈRE

Sur prescription de votre médecin, la majorité des prestations sont prises en charge par l'assurance de base : activité physique, diététique, psycho-oncologie. La part restante est assumée en majorité par la LVC ; votre contribution se limite à 200 francs.

## CONTACTEZ-NOUS

Le contenu du programme s'adaptant régulièrement à de nouveaux besoins mais aussi à de nouvelles méthodes, nous vous invitons à le découvrir sur la page dédiée du site de la LVC qui est régulièrement mis à jour, ou à nous contacter directement.

Contact : Anne Lager par téléphone au 079 966 92 51 ou par mail à l'adresse [readaptation@lvc.ch](mailto:readaptation@lvc.ch)



VOUS ACCOMPAGNE

La LVC est une organisation à but non lucratif qui accompagne les patients et leurs proches. La LVC contribue à la prévention et soutient de manière ciblée la recherche scientifique visant à lutter contre le cancer ou à améliorer la qualité de vie des patients et de leurs proches.

**Ligue vaudoise contre le cancer**

Avenue d'Ouchy 16 – 1006 Lausanne

Tél. 021 623 11 11

info@lvc.ch

**SUIVEZ-NOUS**

[www.lvc.ch](http://www.lvc.ch)



**Faites un don avec  
TWINT !**



Scannez le code QR avec l'app TWINT



Confirmez le montant et le don



Le programme de réadaptation oncologique de la LVC est mis en œuvre avec nos partenaires :

