

SEMAINE OCTOBRE ROSE – SENSIBILISATION AU CANCER

ENGAGÉS ENSEMBLE POUR COMPRENDRE, SENSIBILISER ET AGIR FACE AU CANCER

DU 13 AU 17 OCTOBRE 2025



LUNDI

OSER PARLER DU CANCER ET S'INFORMER ENSEMBLE

Nous sommes tous concernés, de près ou de loin, par le cancer. S'informer sur sa nature, son évolution et ses causes permet de mieux comprendre les enjeux de la prévention, du parcours de soins et du soutien nécessaire aux patients et à leurs proches.

(🎧) WEBINAIRE DE 12H30 À 13H30



MARDI

APPRENDRE LA NOUVELLE : RÉAGIR ET COMMUNIQUER APRÈS L'ANNONCE

Que se passe-t-il lorsque nous apprenons que nous avons un cancer ou qu'un proche en est atteint ? Comment réagir à cette annonce et quelles sont les étapes à franchir pour avancer ? Quels mots utiliser pour exprimer de l'empathie, sans être ni trop compatissant, ni trop distant ?

(🎧) WEBINAIRE DE 12H30 À 13H30



MERCREDI

MANAGER, DIRIGEANT ET ÉQUIPE : SE POSITIONNER ET ACCOMPAGNER LE PARCOURS DES MALADÉS ET DES AIDANTS

Comment se positionner en tant que collaborateur, manager ou dirigeant face à des personnes touchées par le cancer ? Comment leur apporter un soutien adapté tout en respectant leur vie privée ? Cet échange mettra en lumière les clés humaines et juridiques essentielles pour accompagner vos équipes dans ces épreuves.

(🎧) WEBINAIRE DE 12H30 À 13H30



JEUDI

L'ÉQUILIBRE DES DOUBLES RÔLES : AIDANTS ET SALARIÉS.

Comment conjuguer vie professionnelle et soutien à un proche malade sans s'épuiser ? Cet atelier propose des clés concrètes pour mieux comprendre les défis des aidants salariés, équilibrer ces responsabilités multiples et préserver son bien-être au quotidien. Un moment d'échange pour trouver des ressources et réapprendre à prendre soin de soi tout en restant engagé.

(🎧) WEBINAIRE DE 12H30 À 13H30



VENDDREDI

BIEN MANGER POUR MIEUX SE PROTÉGER : L'ALIMENTATION AU SERVICE DE LA SANTÉ

Saviez-vous que votre assiette peut devenir un véritable allié dans la prévention du cancer ? Lors de cet atelier, découvrez comment les choix alimentaires impactent votre santé et apprenez à intégrer des aliments protecteurs au quotidien. Des conseils pratiques et des clés simples pour faire de l'alimentation votre meilleure défense !

(🎧) WEBINAIRE DE 12H30 À 13H30

DE 15H00 À 15H15 INSTANTS

L'AUTOPALPATION : LE PREMIER GESTE POUR LA SANTÉ DE TOUS.

L'HYGIÈNE ÉMOTIONNELLE : PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ MENTALE AU QUOTIDIEN

MANAGERS ET COLLABORATEURS : DÉCELER SES BIAIS COGNITIFS FACE AU CANCER

ATELIER DE RELAXATION : PRENDRE DU RECUL FACE AUX SITUATIONS COMPLEXES

TOXICITÉ ENVIRONNEMENTALE : PRÉVENIR LE RISQUE DE CANCER AUTREMENT

🎥 VIDÉO D'EXPERT 3 À 5 MIN

LUNDI
Décryptons les idées reçues sur le cancer du sein

MERCREDI
Parler avec cœur : les mots justes pour offrir un soutien véritable

VENDDREDI
Bougeons Rose : l'activité physique pour lutter contre le cancer

MARDI
L'approche somato-émotionnelle, ou comment notre corps nous parle !

JEUDI
Fatigue de compassion : les solutions pour préserver ton énergie

🎧 PODCAST 15 À 20 MIN

LUNDI
Avant le diagnostic : un regard sur ma vie d'avant.

MERCREDI
Entre cancer et carrière : mon histoire en entreprise.

VENDDREDI
Après la tempête : redéfinir ma vie et partager mon message

MARDI
Le jour où tout a changé : l'annonce de mon cancer.

JEUDI
Les clés de ma résilience : ce qui m'a aidé pendant mon combat contre le cancer