

Journée régionale des SOS 2021

PRISE EN CHARGE NUTRITIONNELLE DANS UN ERC

Carole LETIERCE

Diététicienne ERC Béthune et Lens



Le 15 avril 2021



L'ERC de l'Artois

- **Création de l'ERC de BETHUNE en janvier 2010**
- **Création de l'antenne sur LENS en mai 2019**

- **Accueillir** de façon spécifique toute personne touchée par un cancer
- **Inform**er sur les ressources disponibles
- **Accompagner** sur le plan psychologique ou social
- **Orienter**, selon les besoins et les demandes, vers des structures, des professionnels ou des associations

Spécificité de l'ERC

accompagnement et soutien par des ATELIERS

- Les ateliers se fondent sur une approche globale de la personne et sont élaborés selon les besoins des personnes.
 - Activités de bien-être
 - Ateliers en petits groupes (maximum 10)
 - Une attention particulière portée à chacun
 - Ouverts aux proches aidants
 - Possibilité de séances individuelles
 - Animés par des professionnels
 - Financés par l'ARS Hauts-de-France et le Conseil Régional des Hauts-de-France
- Permettent de :
 - Améliorer la qualité de vie avec la maladie
 - Rompre l'isolement
 - Faire évoluer son regard sur soi
 - Revaloriser l'image de soi
 - Faire le lien vers les activités et structures ouvertes à tous

Quelles sont les personnes qui fréquentent l'ERC?

- Surtout des femmes, mais aussi des hommes
- Touchées par tous types de cancers
- En phase post-aigue des traitements, parfois en cours de traitements
- Accompagnées par un proche ou non
- En majorité en arrêt de travail (ALD) ou en retraite

LES ATELIERS PROPOSES

- **Consultations Individuelles**
- **Ateliers d'art-thérapie**
 - Pratique de soin et d'accompagnement qui utilise le processus de création artistique
- **Ateliers de socio-esthétique**
 - Aider à revaloriser l'image de soi pour mieux vivre avec le cancer, se sentir mieux avec soi même, avec les autres
- **Séances d'Activités Physiques Adaptées**
 - Profiter des bienfaits de l'activité physique grâce à une pratique adaptée à ses capacités actuelles
- **Groupe de parole**
 - Répond au besoin des usagers de rencontrer d'autres personnes qui vivent des situations similaires
- **Ateliers « bien-être » : sophrologie, Amma-Assis, Méditation pleine conscience, se libérer pour s'épanouir**
 - Gérer le stress, diminuer les tensions

LA DIETETIQUE AU SEIN DE L'ERC

- Les consultations individuelles
- Les ateliers cuisine (jusque février 2020)
- Les ateliers goûters (jusque février 2020)
- Les ateliers «Epices et plantes aromatiques »

- Les ateliers goûters (depuis août 2020)
- Les ateliers brunch (depuis octobre 2020)
- Les ateliers de groupes (depuis février 2021)

Coordination avec l'équipe de l'ERC :

- Réunion mensuelle
- Echanges sur les orientations et les suivis

Les consultations individuelles

Les demandes exprimées par l'utilisateur

- Bien manger, se rassurer
- La prise de poids liée aux traitements
- Les bilans sanguins perturbés
- La perte d'appétit, les nausées
- La perte de poids

- Au rythme de la personne
- Sur les sites de Béthune et Lens

LES ATELIERS CUISINE

Jusque février 2020

- Un atelier mensuel
- Pour 8 usagers maximum
- Repas partagé
- Menu respectant le PNNS
- Menus thématiques : octobre rose, repas de Noël...

LES ATELIERS CUISINE

Objectifs

- Retrouver l'envie de cuisiner
- Acquérir de nouvelles techniques
- Bénéficier d'une information sur les recommandations nutritionnelles
- Aborder le comportement et les sensations alimentaires

- Elaboration et partage d'un repas
- Choix du menu pour l'atelier suivant
- Réponses aux questions posées lors de la séance

Repas de Noël

- Cheese cake au saumon fumé
- Chartreuse de pintade
- Bûche aux framboises



LES ATELIERS GOUTERS

Jusque février 2020

- Un atelier mensuel
- Pour un groupe de 8 personnes maximum
- Elaboration de 3 recettes sucrées
- Ateliers thématiques : le goûter de Noël, le goûter rose, le goûter de Pâques...
- Premier atelier goûter à Lens en janvier 2020



LE GOUTER DE NOEL

- Mendiants
- Fruits déguisés
- SOS Cookies



MARS 2020 LA CRISE SANITAIRE

L'arrêt brutal

- Arrêt des ateliers collectifs
- Arrêt des consultations individuelles en présentiel
- Suivi téléphonique, échange de documents par mail
- Le suivi en visio

2020 la crise sanitaire

S'adapter...

- Demande croissante d'accompagnements individuels
- Adaptation des emplois du temps
- Rester disponible
- Travailler à une nouvelle proposition respectant les mesures sanitaires

2020 la crise sanitaire

Se réinventer...

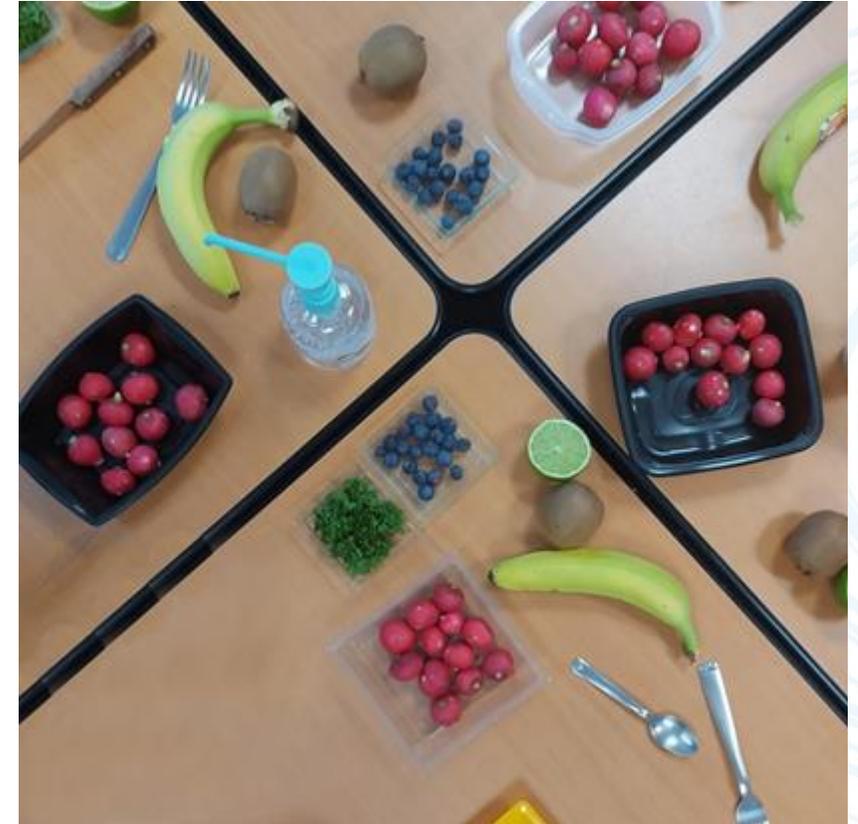
- Reprise des suivis en présentiel selon les besoins des usagers en mai
- Poursuite des suivis téléphoniques
- Reprise des ateliers goûters en août
- Création des ateliers brunch
- Création des ateliers collectifs « alimentation et cancer »

LES ATELIERS

Les contraintes

- Travail en individuel
- Pas de matériel partagé
- EPI
- Pas de repas partagé

- Recettes facilement transportables
- Recettes en portions individuelles
- Préparations pouvant être réchauffées facilement



LES ATELIERS

Les goûters de Carole

- Un atelier mensuel possible, deux ou trois dates sont proposées pour répondre à la demande
- Pour 5 usagers par atelier
- Elaboration de 3 recettes : une salée et deux sucrées



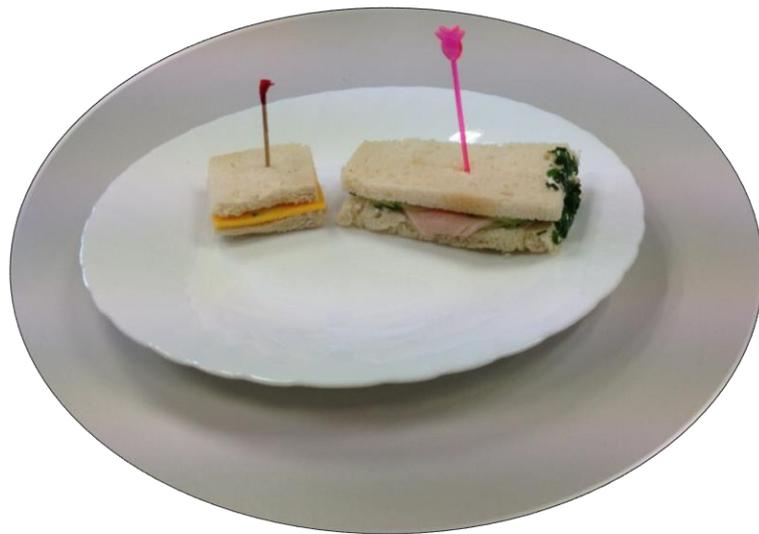
L'ATELIER GOUTER

Le goûter anglais

Minis sandwiches

Cupcakes au lemon curd

Verrine crumble



LES ATELIERS

Le brunch

- Un atelier mensuel possible, en alternance avec les goûters
- Pour 5 usagers par ateliers
- Elaboration de deux recettes salées et une sucrée

Octobre 2020

Le brunch rose

- Cupcake aux crevettes et au tarama
- Mousse de tomates
- Verrine rhubarbe framboise



Mars 2021

Le brunch printanier

Fromage de chèvre comme un cupcake

Tartine de radis

Salade de fruits



PERSPECTIVES

Les projets

- Reprendre les ateliers Epices et plantes aromatiques
- Continuer les ateliers collectifs en fixant des thématiques
 - Selon les demandes exprimées
- Reprendre les ateliers Goûter sur Lens

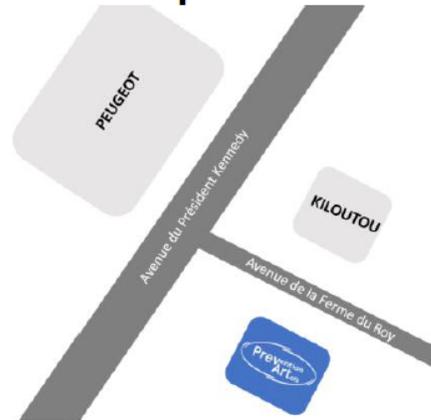
Venez nous rencontrer :
Espace Ressources Cancers de l'Artois :



Site de Béthune
Association PREVART
42-48 rue de la Ferme du Roy
62400 BETHUNE

03 21 68 80 80

erc@prevart.fr



Site de Lens
Centre EPICURE
Rue Louis Delluc
62 300 LENS

07 55 67 58 08

erclens@prevart.fr



www.prevart.fr

MERCI POUR VOTRE ATTENTION

Carole Letierce
Diététicienne
carole.letierce@prevart.fr