

ACCOMPAGNER UN PROCHE ATTEINT DE CANCER : COMPRENDRE LA MALADIE ET LES TRAITEMENTS

Formation pour les familles et proches de personnes atteintes de cancer

Comprendre pour mieux accompagner, soutenir sans s'épuiser

Durée : 2 heures	Modules : 4 modules
Leçons : 16 leçons	Public : Familles et proches de personnes atteintes de cancer
Format : 100 % en ligne, asynchrone	Organisme : N° 11757351875
Certification : Qualiopi	Tarif : Sur devis

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Description de la formation

Le diagnostic de cancer bouleverse toute la famille — et souvent, les proches se retrouvent à accompagner sans vraiment comprendre ce qui se passe médicalement. Cette formation donne aux familles une compréhension claire et accessible de la maladie, des principaux traitements et de leurs effets, pour mieux soutenir leur proche à chaque étape du parcours de soin. Vous apprendrez à décoder le jargon médical, à anticiper les effets secondaires, à organiser le quotidien et à prendre soin de vous. Une formation concrète, empathique et pratique pour traverser cette épreuve avec lucidité et présence.

Sommaire des modules

MODULE 1	Comprendre le cancer sans jargon médical	4 leçons
MODULE 2	Les traitements et leurs effets au quotidien	4 leçons
MODULE 3	Soutenir votre proche au quotidien	4 leçons
MODULE 4	Prendre soin de vous	4 leçons

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Comprendre ce qu'est le cancer et les étapes du parcours de soin
- Identifier les principaux traitements et leurs effets secondaires
- Savoir quand appeler le médecin en urgence
- Accompagner votre proche émotionnellement avec justesse
- Organiser le quotidien et coordonner l'aide de l'entourage
- Reconnaître vos propres besoins et accéder au soutien nécessaire
- Maintenir une vie normale et des espaces de légèreté malgré la maladie
- Préparer l'après-traitement avec espoir et lucidité

Informations générales

Durée	2 heures
Public visé	Familles et proches de personnes atteintes de cancer
Prérequis	Aucun, formation accessible à tout public adulte
Tarif	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certification	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

Leçon 1 - Ce qu'est le cancer — les bases essentielles

- Comment une cellule normale devient cancéreuse : explication simple et accessible
- La différence entre tumeur bénigne et maligne
- Les cancers les plus fréquents : sein, poumon, colorectal, prostate
- Stade localisé, avancé, métastatique : ce que ces mots signifient concrètement

Leçon 2 - Comprendre le parcours de soin

- Le diagnostic : biopsie, scanner, IRM — à quoi servent ces examens
- La réunion de concertation pluridisciplinaire (RCP) : qui décide quoi et pourquoi
- Les grandes étapes du traitement : chirurgie, chimio, radio, souvent combinés
- Le rôle de l'infirmière coordinatrice : votre interlocutrice clé dans le parcours

Leçon 3 - La chirurgie — ce que votre proche va traverser

- Avant l'opération : les examens pré-opératoires, ce que vous pouvez faire pour aider
- Pendant l'hospitalisation : visites, soutien, organisation pratique à la maison
- Après l'opération : douleur, mobilité réduite, cicatrisation, fatigue — ce qui est normal
- Les séquelles possibles selon le type de chirurgie : stomie, mastectomie, reconstruction

Leçon 4 - Rémission et récurrence — vivre avec l'incertitude

- Ce que signifie « être en rémission » : guéri ou en surveillance ?
- La peur de la récurrence : omniprésente, normale, parfois envahissante
- Ce qui se passe en cas de récurrence : nouvelles options, décisions difficiles
- Comment soutenir votre proche dans cette vie avec l'incertitude sans l'amplifier

Leçon 1 - La chimiothérapie — comprendre pour mieux accompagner

- Comment ça fonctionne et pourquoi ça fatigue autant
- Les effets secondaires les plus fréquents : nausées, fatigue, chute des cheveux, mucites
- La neutropénie : quand le système immunitaire est très fragilisé — les précautions à prendre
- Ce que vous pouvez faire concrètement pendant les cycles de chimiothérapie

Leçon 2 - La radiothérapie et les thérapies modernes

- La radiothérapie : comment ça se passe, les effets locaux selon la zone traitée
- La fatigue radique : différente de la fatigue de chimio, comment l'accompagner
- L'immunothérapie et les thérapies ciblées : effets spécifiques à connaître
- L'hormonothérapie : durée longue, effets sur l'humeur et le corps — patience et soutien

Leçon 3 - Gérer les effets secondaires à la maison

- Nausées : alimentation adaptée, positionnement, médicaments antiémétiques
- Mucites buccales : hygiène buccale douce, alimentation froide et molle, soulagement
- Fatigue extrême : respecter le repos sans installer la sédentarité
- Chute des cheveux : préparer ensemble, soins du cuir chevelu, prothèses capillaires remboursées

Leçon 4 - Quand appeler le médecin en urgence

- Fièvre sous chimiothérapie : urgence absolue, ne jamais attendre
- Saignement inhabituel, essoufflement soudain, douleur aiguë : conduite à tenir
- Les numéros d'urgence à avoir toujours à portée de main
- Préparer un dossier médical de secours pour les urgences

Leçon 1 - Ce que votre proche traverse émotionnellement

- Le choc du diagnostic : déni, colère, tristesse, peur — toutes ces émotions sont normales
- L'ambivalence pendant les traitements : vouloir guérir et ne plus pouvoir supporter
- La reconstruction après les traitements : l'après-cancer n'est pas un retour à l'avant

- Ce dont votre proche a besoin de vous : présence, écoute, normalité — pas de pitié

Leçon 2 - Ce que vous pouvez dire — et ce qu'il vaut mieux éviter

- Les phrases maladroites les plus fréquentes et pourquoi elles blessent
- Ce que votre proche a vraiment besoin d'entendre : validation, présence, questions ouvertes
- Quand votre proche ne veut pas parler de sa maladie : respecter sans disparaître
- Comment maintenir des conversations ordinaires : parler d'autre chose, c'est vital

Leçon 3 - L'organisation pratique au quotidien

- Les transports vers l'hôpital : s'organiser sur la durée des traitements
- Les courses, les repas, l'entretien de la maison : comment vous répartir avec l'entourage
- La coordination avec les autres membres de la famille ou des amis
- Les outils numériques pour coordonner l'aide : applications d'organisation entre aidants

Leçon 4 - Maintenir une vie normale malgré la maladie

- Pourquoi la normalité est thérapeutique : ne pas réduire votre proche à sa maladie
- Continuer les activités possibles : sorties adaptées, loisirs, vie sociale maintenue
- Les enfants dans la maison : comment les informer et les protéger
- Protéger des espaces de légèreté, d'humour et de joie malgré le contexte

MODULE 4

Prendre soin de vous

4 leçons

Leçon 1 - Ce que vous vivez, vous aussi

- Le traumatisme vicariant : être touché par la souffrance de l'autre
- La peur de perdre votre proche : une douleur réelle qui mérite d'être reconnue
- L'épuisement de l'aidant oncologique : intense, souvent soudain
- La culpabilité d'aller bien quand votre proche souffre

Leçon 2 - Trouver du soutien

- La Ligue contre le Cancer : services pour les proches, pas seulement pour les malades
- Les groupes de parole pour familles : ce qu'on y trouve vraiment
- Le soutien psychologique individuel : y accéder rapidement et facilement
- Ne pas rester seul avec vos peurs : en parler est le premier soin

Leçon 3 - Organiser votre vie pendant les traitements

- Le congé de proche aidant : vos droits, comment en bénéficier
- Gérer votre travail pendant cette période : aménagements possibles
- Maintenir vos propres activités et relations : indispensable pour tenir
- Demander de l'aide à l'entourage : comment formuler, quoi déléguer

Leçon 4 - Préparer l'après — avec espoir et lucidité

- La vie après les traitements : votre proche et vous avez besoin de vous reconstruire
- Anticiper les besoins de suivi et de surveillance à long terme
- Les associations de survivants du cancer : des ressources pour les proches aussi
- Retrouver une relation de couple ou d'amitié au-delà de la maladie

Modalités pédagogiques

- Formation en ligne accessible 24h/24
- Vidéos pédagogiques et supports téléchargeables
- Témoignages de proches aidants et professionnels de santé
- Fiches pratiques : organisation du quotidien, numéros d'urgence, coordinations aidants
- Ressources complémentaires : associations, lignes d'écoute, groupes de soutien
- Accompagnement par des experts en oncologie et psycho-oncologie