

TROUBLES COGNITIFS LIES AU CANCER ET A SES TRAITEMENTS : ET SI ON EN PARLAIT ?

Marion Duquenne &
Annabelle Drombry

3 avril 2025

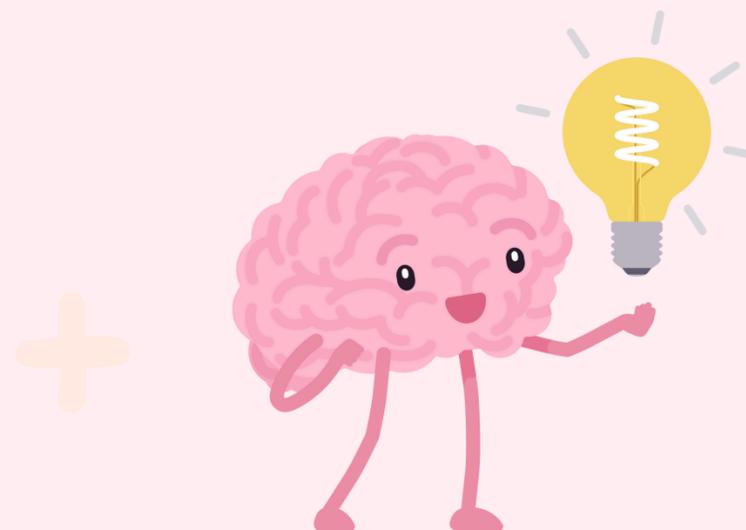
Espace Ressources Cancers
Arrageois



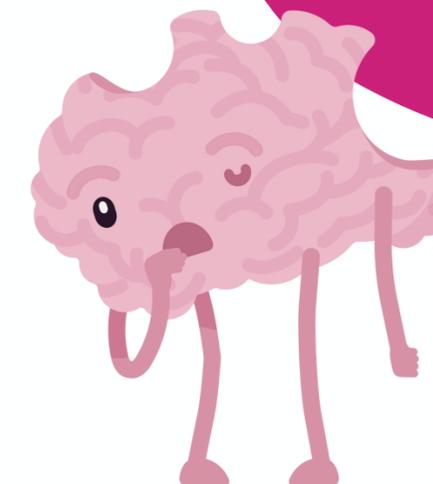


CHEMOBRAIN : QU'EST-CE QUE C'EST ?

- > Les "chemobrain" (pour chimiothérapie et cerveau): ce sont des troubles qui viennent perturber les fonctions de concentration des personnes atteintes d'un cancer : les processus de mémorisation, de traitement des informations et d'organisation des pensées
- > Troubles vécus en secret par un grand nombre de ces personnes
- > La période « après-cancer » difficile à vivre car ces troubles restent tabous
- > Ces troubles peuvent entraîner de l'isolement, une perte de confiance et d'estime de soi
- > Vous le saviez ? 50 % des personnes malades d'un cancer souffrent d'un "oncobrain" ou de brouillard cérébral
- > Les "chemobrain" sont réversibles



UN BESOIN IDENTIFIÉ

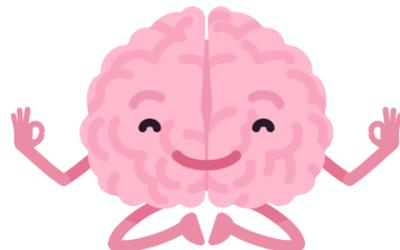


Lors des entretiens initiaux menés par la coordinatrice de l'ERC Arrageois

- 49 expriment le souhait de la mise en place des ateliers
- 41 souffrent de "trous de mémoire" ou "difficultés à se concentrer"
- Moyenne d'âge des répondants : 54 ans
- 41 femmes/ 8 hommes

Enquête menée auprès des bénéficiaires de l'ERC
Sur 115 envois / 56 retours
Soit près de 50% de bénéficiaires concernés

- sur les 49 personnes ayant la volonté de participer aux ateliers :
- 45% mettent en place des stratégies de mémorisation
 - 97% souhaitent connaître des "astuces" à mettre en place au quotidien



Mise en place d'un cycle d'ateliers Je(ux) Stimule ma mémoire

- Septembre 2024 à Février 2025
- 1 atelier par mois
- Sur chaque antenne de l'ERC Arrageois

**Maison de Santé
Pluriprofessionnelle
Léonard de Vinci**
176 rue d'Hesdin - 62130
GAUCHIN-VERLOINGT



Gauchin-Verloingt

Communauté de
Communes
du Ternois

Communauté de
Communes
des Campagnes
de l'Artois

Saulty

Mairie de Saulty
14 place Publique -
62158 SAULTY



Achiet-Le-Grand

Communauté de
Communes
du Sud D'artois

Ecoust-Saint-Mein

**3S Scarpe
Sensée Services**
Place du Général de Gaulle
62128 ECOUST-SAINT-MEIN



**Salle Georges
Lefebvre**
18 place des Héros -
62117 BREBIÈRES



Brebières

Communauté
Urbaine d'Arras

Arras



Ateliers Stimulation cognitive

6 ateliers au total

Durée : 2 heures chacun

Divers jeux proposés afin de stimuler les différents types de mémoire : associative, sensorielle et perceptive, topographique et sémantique

Travail en groupe ou en individuel

Mémorisation de mots, anagrammes, jeux de concentration (exemple tangram), quiz musical, mots décomposés, etc.





Quelques exemples de jeux

MECEDOIN : COMEDIEN

CARENOIS :

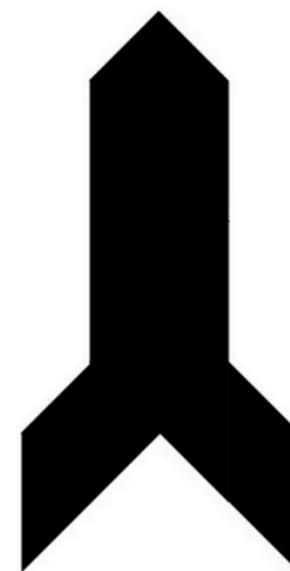
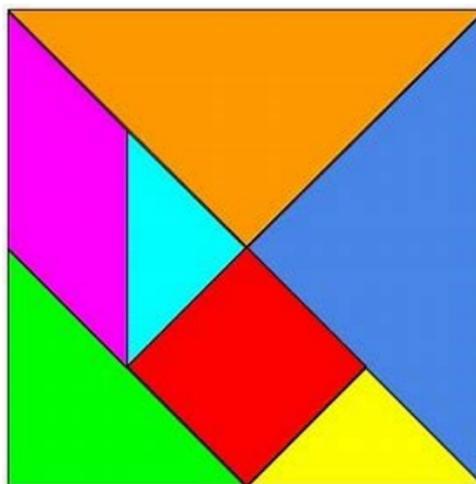
ELIRASAUTRE :

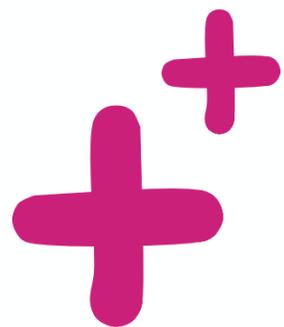
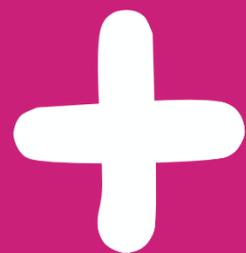
BOLUDRUE :

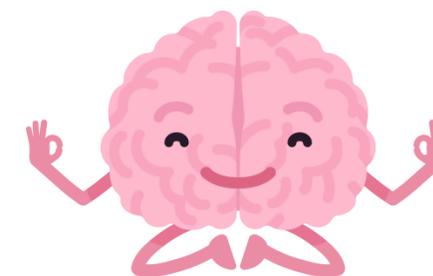
WETRENS :

CADACES :

CRACTIE :





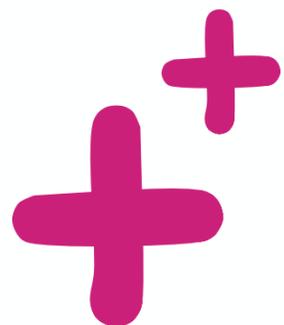


- **QUESTIONS :**

- **Combien y-a t-il de personnes présentes ?**
- **De quelle couleur est le tee shirt de la petite fille ?**
- **Quel repas est servi ?**
- **Combien de personnes boivent du jus d'orange ?**
- **Quelle est la météo ce jour-là ?**
- **Quelle est la coiffure de la dame à gauche ?**



BLEU JAUNE BLEU ROUGE BLEU
 VERT JAUNE ROUGE VERT JAUNE
 VERT ROUGE VERT JAUNE JAUNE
 JAUNE ROUGE JAUNE VERT BLEU



POINTS POSITIFS ET IMPACTS

- > Davantage d'outils pour travailler la stimulation cognitive
- > Jeux variés
- > Ateliers d'échanges
- > Entraide / convivialité
- > Mise en place de stratégies de mémorisation
- > Meilleure concentration





- **Nombre total de participations de Septembre 2024 à Février 2025 : 162**
- **Moyenne de 7 personnes par atelier**

Répartition des participants selon le stade du traitement :

- **Annonce du diagnostic : 10% (5)**
- **Traitement en cours : 55% (26)**
- **Post-traitement : 35% (16)**

Retour des participants (question à choix multiples) :

- **85% ont trouvé les exercices utiles**
- **70% ont mis en place des stratégies de mémorisation après les ateliers**
- **92% recommanderaient ces ateliers à d'autres**

Points forts identifiés :

- **Diversité des exercices et des approches**
- **Entraide et convivialité entre participants**
- **Meilleure confiance en soi face aux troubles cognitifs**

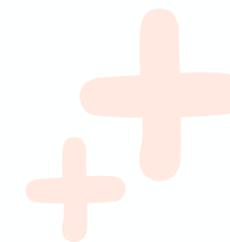
Axes d'amélioration :

- **Augmenter la fréquence des ateliers**
- **Proposer des supports à utiliser chez soi**
- **Approfondir certaines techniques de stimulation cognitive**

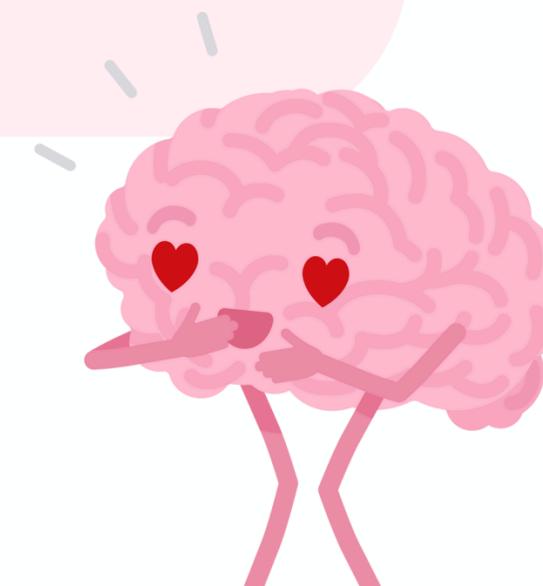
Quel bilan ?



CONCLUSION



- Les ateliers "Je(ux) stimule ma mémoire" ont rencontré un réel intérêt auprès des participants, avec une forte satisfaction et un impact positif sur leur quotidien
- Meilleure confiance en soi face aux troubles cognitifs liés au cancer
- Une nouvelle session sera mise en place dès Septembre 2025
- Importance d'un relais vers d'autres ressources post ateliers (Oncogite + application Peak)



CONTACT



Coordinatrice de l'Espece Ressources Cancers Arrageois est à votre écoute !



- erc.arrageois@santelys.fr
- 06 12 70 79 70

