

ENVIRONNEMENT ET CANCER DU SEIN

OCTOBRE ROSE 2026

Ateliers et table ronde

Samedi

10 octobre 2026

de 10h à 17h

Geneva Marriott Hotel



HUG Hôpitaux
Universitaires
Genève

H Hôpital
de
La Tour

G H
O L OSPECEMENT
HOSPITALIER
DE GENÈVE
LA TOUR

**CENTRE
OTIUM**
SOUTIEN CANCER

 Dépistage du cancer
du sein Genève

 **ligue genevoise contre le cancer**

 **Cancer Support
Switzerland**

PRÉSENTATION

Cette journée réunit autour d'une même manifestation, l'ensemble des organisations du Grand Genève actives dans la lutte contre le cancer du sein. Cette collaboration reflète une conviction commune: la prévention, le dépistage et le soutien aux personnes touchées par le cancer du sein gagnent en efficacité lorsque les différents acteurs pensent et agissent ensemble, au bénéfice de celles et ceux qui vivent la maladie.

Ouverte à toutes et à tous, cette journée s'adresse aussi bien aux patientes qu'à leurs proches. Plusieurs ateliers gratuits et accessibles sans prérequis sont proposés tout au long de la journée: escrime, nutrition, bouger en musique, pilates et création d'une fresque du climat.

Cette édition met à l'honneur un thème de plus en plus présent dans le débat public: le lien entre environnement et cancer du sein. Perturbateurs endocriniens, exposition environnementale, mode de vie; la table ronde de l'après-midi éclaire sur ces facteurs de risque à travers l'intervention de spécialistes et les témoignages de patientes.

Octobre rose 2026 est organisé par le Centre du sein des HUG, l'Hôpital de La Tour, le Groupement Hospitalier de l'Ouest Lémanique, la Fondation OTIUM, la Ligue genevoise contre le cancer, le Programme genevois de dépistage du cancer du sein et Cancer Support Switzerland.

Découvrez l'ensemble des événements
sur le site d'Octobre rose:

<https://octobrerose-geneve-nyon.ch>



ATELIERS

Cette journée vous propose différents ateliers pour découvrir de nouvelles activités et prendre soins de vous. Après une pause déjeuner, elle se poursuit par un moment d'échange.

Escrime

Proposé par l'Hôpital de La Tour

Découvrez l'escrime à travers un atelier placé sous le signe de l'énergie et du dépassement de soi. Cette activité peut notamment favoriser la mobilité du haut du corps, la coordination et la confiance en soi, des dimensions particulièrement importantes dans le parcours de récupération après un cancer du sein.

Cinq sessions de 30 minutes :

- > 10h00 à 10h30
- > 10h30 à 11h00
- > 11h00 à 11h30
- > 11h30 à 12h00
- > 12h00 à 12h30

Nutrition

Proposé par la Fondation OTIUM

Parce que bien se nourrir, c'est aussi prendre soin de soi, la thérapie nutritionnelle offre un accompagnement pour retrouver un bon équilibre dans son alimentation. À travers cet atelier, les participantes et participants sont accompagnés pour mieux comprendre le lien entre alimentation, santé et plaisir, avant de passer à la pratique lors d'un moment convivial de cuisine partagée. Au menu : recettes simples, saines et savoureuses !

Une session de deux heures :

- > 11h00 à 13h00

Bouger en musique

Proposé par la Fondation OTIUM

Le programme « Bouger en musique » est un atelier d'activités physiques adaptées (APA) conçu pour accompagner en douceur la reprise ou l'amélioration de l'activité physique. Animé sur fond musical, il associe des exercices de réentraînement à l'effort, de renforcement musculaire, d'activités ludiques collectives, et de relaxation. L'objectif est de rendre l'activité physique accessible, agréable et bénéfique pour toutes et tous, quels que soient l'âge ou les limitations fonctionnelles. Participer à cet atelier permet de se dépenser tout en retrouvant du confort dans le mouvement.

Quatre sessions de 30 minutes :

- > 10h00 à 10h30
- > 10h45 à 11h15
- > 11h45 à 12h15
- > 12h30 à 13h00

Pilates

Proposé par Cancer Support Switzerland

Découvrez le pilates à travers un atelier en anglais, basé sur des mouvements doux et accessibles. Cette pratique peut notamment favoriser la mobilité, la posture, le renforcement musculaire et la conscience du corps, tout en permettant à chacune et chacun de progresser à son propre rythme.

Deux sessions d'une heure :

- > 10h00 à 11h00
- > 11h30 à 12h30

Fresque du climat

Organisé avec l'association La fresque du climat

La Fresque du climat propose une approche systémique de la prévention, en explorant les liens entre changement climatique, environnement et santé humaine. Un atelier scientifique, participatif et accessible pour mieux comprendre les interactions entre pollutions, biodiversité, conditions de vie et vulnérabilités sanitaires, et réfléchir ensemble aux leviers d'action.

Une session de trois heures:

> 10h00 à 13h00



**Un cocktail déjeunatoire vous est proposé
de 13h00 à 14h00**



TABLE RONDE

De 14h00 à 16h00

Modérateur: Alain Orange, journaliste 36.9°, RTS

La table ronde, vous invite à échanger auprès d'expertes et de bénéficiaires des services de structures partenaires:

- Nutrition: Clémentine Legrand, diététicienne, Pôle transformation dans les soins de la Direction des soins, HUG
- Détection précoce: Dre Ania Wisniak, médecin responsable, Fondation genevoise pour le dépistage du cancer
- Perturbateurs endocriniens: Pre Cathrin Brisken, professeure associée, EPFL
- Coaching: Sunita Sehmi, consultante, Cancer Support Switzerland
- Bénéficiaire de la Ligue genevoise contre le cancer: Amel Fillard
- Bénéficiaire de la Fondation OTIUM: Chloë Sheikh-Kadir



HORAIRES

	10h		11h		12h		13h		14h		15h		16h	
Escrime	10h 10h30	10h30 11h	11h 11h30	11h30 12h	12h 12h30									
Nutrition			11h-13h											
Bouger en musique	10h 10h30	10h45 11h15		11h45 12h15	12h30 13h									
Pilates	10h-11h			11h30-12h30										
Fresque du climat	10h-13h													
Cocktail déjeunatoire							13h-14h							
Table ronde									14h-16h					

INFORMATIONS PRATIQUES

Dates et horaires

Samedi 10 octobre 2026

De 10h à 17h

Adresse

Geneva Marriott Hotel

Chemin du Ruisseau 1, Genève

Stationnement possible sur le parking de l'hôtel (CHF 3.- par heure).

Privilégiez les transports publics

Ligne 14 ou 18, arrêt Avanchet

Inscription gratuite

L'ensemble des ateliers et la table ronde sont sur inscription. Vous pouvez vous inscrire à autant d'ateliers que vous désirez dans la limite des places disponibles. Pour vous inscrire, complétez le formulaire en ligne.



Lors de votre inscription, veillez à choisir des ateliers compatibles en termes d'horaires. La participation à un atelier s'entend pour toute la durée de l'activité. Vous avez la possibilité de modifier votre inscription depuis l'e-mail de confirmation que vous recevrez.

Le comité d'organisation d'Octobre rose remercie chaleureusement le Geneva Marriott Hotel qui met à disposition des organisateurs ses locaux et offre le déjeuner.