

Perruques  
prises  
en charge  
par la  
Sécurité  
Sociale



**O' MY HAIR**

## **UNE HISTOIRE DE FEMMES**

*Des perruques présentées par des patientes  
pour des patientes*

# Ma perruque & moi

La perruque n'a pas toujours eu bonne réputation et son utilisation a pu faire polémique. Pourtant, elle est toujours recommandée pendant le traitement contre le cancer par les professionnels de santé.

Saviez-vous que la perte de cheveux est l'effet secondaire le plus redouté chez les femmes, puisqu'elle touche directement votre féminité et change temporairement votre image. Ce changement est difficile pour vous mais aussi pour vos proches. Le port d'une perruque vous permet ainsi de préserver votre image.

Certes, elle n'a pas vocation à être portée H24 mais elle s'avère très utile pendant des moments clés : au travail, à un diner entre amis, à la sortie de l'école, au goûter d'anniversaire de vos enfants, à un brunch entre copines...

**Au rendu ultra naturel et indétectable, votre perruque deviendra votre alliée pour continuer votre vie le plus naturellement possible sans subir le regard des autres.**



# Edito

## Une histoire de femme

O' My Hair est une collection de perruques présentées par des patientes pour des patientes. Un concept innovant afin que toutes les patientes puissent s'identifier et surtout savoir qu'elles ne sont pas seules à combattre la maladie.

La perruque est l'alliée de la femme en traitement, c'est pourquoi O' My Hair a été créée à partir de rencontres et d'échanges avec ces combattantes. C'est à travers leurs témoignages, que cette collection a vu le jour. Ce catalogue est une belle mise en avant pour montrer que la vie pendant la maladie continue avec ses périodes difficiles mais aussi ses moments de partage.

O' My Hair, c'est :

**9** perruques 100% remboursées

**12** prises en charge à 250 euros

**Soit** 21 perruques en cheveux de synthèse de haute qualité, déclinées dans de nombreux coloris, toutes indétectables et ultra-naturelles.

Et plus encore, tous les modèles entrent dans les normes de prise en charge de la Sécurité Sociale, puis par votre complémentaire santé.

Le petit **+** : la collection est agrémentée de conseils bien-être qui amélioreront le quotidien des patientes.

*Nos remerciements à Caroline, Fanny, Fleur, Jocelyne, Maxime, Mélanie, Priscillia, Sandrine, Sonia & Virginie.*



## Sommaire

- 4** La prise en charge de ma chevelure
- 5** La parole aux patientes
- 6** La collection O' My Hair
- 34** Quelle perruque choisir ?
- 34** Comment mettre ma perruque ?

- 35** L'entretien de ma chevelure en cheveux de synthèse
- 35** SERENA® accompagne les patientes
- 36** Mon turban à moi
- 38** Comment choisir la bonne teinte ?
- 39** Zoom sur toute la collection

# La prise en charge de ma chevelure



## Modalités de prescription

Les prescriptions médicales sont délivrées par un médecin, un infirmier en pratique avancée dans un parcours de soins en oncologie ou par un dermatologue.

## Modalités de délivrance

Les prothèses capillaires et leurs accessoires sont délivrés par des professionnels titulaires d'un diplôme de coiffeur, de perruquier-posticheur ou professionnel de la santé afin que chaque patient(e) puisse bénéficier d'un accompagnement personnalisé et de conseils sur les aspects techniques et d'entretien de la prothèse capillaire.

## Modalités de renouvellement

La prise en charge se renouvelle après une période de 12 mois suivant la date de prise en charge. L'achat en renouvellement peut se faire sur internet.

# La parole aux patientes



## Témoignage de Maxime

30 ans, cancer du sein triple négatif,  
découvert par autopalpation

### Ma perte de cheveux et moi

Quand mon oncologue m'a annoncé tout le protocole : la chimiothérapie, l'opération, la radiothérapie . . . la première chose que j'ai vu c'était l'image de ces femmes chauves, sans cils et sans sourcils. Du coup, ma première question a été : « Vais-je perdre mes cheveux ? ». Il m'a dit oui, j'étais sous le choc, j'ai pleuré et c'est ma maman qui a assuré le reste du rendez-vous.

J'ai tout de suite fait une coupe à la garçonnette car je ne voulais pas voir mes cheveux tomber, j'avais peur de la transition cheveux longs à plus rien. J'ai préféré prendre la décision moi-même avant que les traitements le fassent à ma place.

### Ma perruque et moi

J'ai adopté une perruque dès ma perte de cheveux. Cela m'a permis de garder ma féminité et d'affronter le regard des autres, compliqué à ce moment-là. Cela m'a beaucoup aidé de me voir toujours aussi féminine.

### Ma vision d'O'My Hair

C'est important de montrer aux femmes atteintes d'un cancer qu'elles peuvent avoir une « vie normale » grâce à leur perruque et qu'elles peuvent continuer à sortir, voir des copines, aller au resto, recevoir des amis . . .

O' My Hair, c'est une collection  
**vivante, naturelle & féminine.**

# Je suis

Agathe  
Alba  
Alice  
Anne  
Aude  
Candice  
Chloé  
Claire  
Iris  
Jade  
Julie  
Léa  
Lou  
Louise  
Lucie  
Marine  
Mila  
Romane  
Rose  
Sofia  
Yona



*Je suis Claire*



Je suis **CLAIRE**  
Montage confort adaptable  
Coloris 30/32

**549€**

**250€**  
remboursée



Je suis **LEA**  
*Montage confort douceur*  
Coloris 309 F  
**499€**

**250€**  
remboursée



Je suis **CHLOE**  
Montage confort  
Coloris 209

**100%**  
remboursée



Je suis **JADE**  
Montage confort  
Coloris 309 F

**100%**  
remboursée

## Mangez healthy !



Adopter une alimentation équilibrée contribue au maintien d'un bon état nutritionnel c'est-à-dire avoir un apport en protéines et en calories suffisant pour lutter contre la maladie et ainsi augmenter vos chances de réussite du traitement. Une meilleure alimentation permet de contrôler votre poids, de lutter contre votre fatigue et de diminuer certains effets secondaires (nausées, bouffées de chaleur...). Manger sain n'est pas seulement bon pour votre corps mais aussi pour votre moral !

**Cuisiner c'est prendre soin de soi, c'est se faire plaisir et partager en retrouvant le goût et l'appétit !**

Livres coup de  :

- «90 recettes à savourer et partager en soins pour un cancer» – Emmanuelle Coureault  
[www.nouvelleaventurenutritive.fr](http://www.nouvelleaventurenutritive.fr)
- «Combattre le cancer avec le régime cétogène» - Magali Walkowicz  
Instagram : @magali\_walkowicz



Je suis **AUDE**  
Montage confort douceur  
Coloris doux platine  
**499€**

**250€**  
remboursée

*Ma féminité*



Votre peau et vos ongles sont ultra sensibles durant le cancer. Ceci peut se traduire par une perte de cheveux (alopécie), des plaques rouges sur la peau, une sécheresse, des modifications/altérations substantielles des ongles et/ou une inflammation de la muqueuse buccale.

Préserver votre féminité vous aide à mieux vivre et vous procure du bien-être. C'est pourquoi, il est important de se chouchouter avec des soins de support adaptés.

**Association coup de**  les Centres de beauté du CEW offrent des soins esthétiques individuels gratuits dans les hôpitaux aux patients en traitement.  
[www.cew.asso.fr/page/centres-beaute](http://www.cew.asso.fr/page/centres-beaute)



Je suis **LOU**  
Montage confort  
Coloris 14/101R

**100%**  
remboursée



Je suis **ROMANE**  
Montage confort douceur  
Coloris 14/101R  
**510€**

**250€**  
remboursée

## Une perruque, pour chaque femme



Le carré dégradé ultra tendance effet  
décoiffé ou coiffé selon vos envies !

*Je suis Romane*



Je suis **ROMANE**  
Montage confort douceur  
Coloris 209  
**510€**

**250€**  
remboursée



Je suis **LOUISE**  
Montage confort premium  
Coloris 36/44/60  
**639€**

**250€**  
remboursée

## Nos livres coup de coeur



- «Autant viser la lune» - Carole Piveteau et Manuella Aubin : un ouvrage photos retraçant l'histoire de Carole, atteinte d'un cancer du sein et de Manuella, son amie et photographe du livre. Touchant, intime et puissant, ce livre est le témoignage d'une belle amitié née autour de la maladie.  
[www.etoilerose-90.websselfsite.net](http://www.etoilerose-90.websselfsite.net)

- «Prendre soin de son corps pendant un cancer»- Marie-Laure Allouis : des conseils pratiques pour valoriser votre image, prévenir et apaiser les maux physiques durant la maladie. Un livre complet sur les solutions paramédicales pour prendre soin de vos cheveux, de vos cils, de vos sourcils, de votre peau ou encore de vos ongles.  
Instagram : @marielaureallouis



Je suis **AGATHE**  
Montage confort douceur  
Coloris 14/26/12  
**499€**

**250€**  
remboursée



Je suis **JULIE**  
Montage confort douceur  
Coloris 488R  
**510€**

**250€**  
remboursée

## Une perruque, pour chaque femme



L'effet wavy qu'on adore !  
Effet bonne mine assuré.

# Je suis Julie



Je suis **JULIE**

Montage confort douceur

Coloris 488R

**510€**

**250€**  
remboursée



Je suis **YONA**  
Montage confort douceur  
Coloris 328R  
**520€**

**250€**  
remboursée

## Musicothérapie

Le bien-être émotionnel et physique par la musique et le son est une solution pour apaiser l'esprit. Reconnue pour diminuer le stress et l'anxiété, la musicothérapie a de nombreuses vertus. Elle favorise votre communication intercellulaire, soulage vos douleurs chroniques et vos tensions nerveuses. Elle apaise le mental et vous aide à retrouver toute la sérénité dont vous avez besoin.

**Musiciens aguerris ou simples amateurs, n'hésitez pas à écouter ou jouer de la musique, c'est bon pour votre corps et votre esprit !**



Je suis **SOFIA**  
Montage confort  
Coloris 830/27/6

**100%**  
remboursée



Je suis **YONA**  
Montage confort douceur  
Coloris 209  
**520€**

**250€**  
remboursée

Je suis **CANDICE**  
Montage confort  
Coloris 688R

**100%**  
remboursée



Je suis **CANDICE**  
Montage confort  
Coloris 688R

**100%**  
remboursée

## Art thérapie



L'art-thérapie est considérée comme une discipline paramédicale puisqu'elle apporte des bienfaits physiologiques et psychologiques. La pratique de l'art permet de mieux gérer et de réduire votre stress. La créativité, c'est s'accorder du temps pour soi, c'est savoir s'écouter et imaginer. Une activité bénéfique pour l'estime et la confiance en soi.

**Faire parler votre créativité vous procurera bien-être et apaisement, un duo propice pour combattre votre cancer !**



Je suis **MILA**  
Montage confort premium  
Coloris 488R  
**645€**

**250€**  
remboursée

## Vos moments d'évasion

Écoutez-vous pour libérer votre esprit. Vos passions sont votre leitmotiv comme la peinture, la photographie, la cuisine ou le sport, allez-y foncez ! Ces activités s'inscrivent dans une démarche de soins de support qui ont de véritables vertus psychologiques.

De nombreuses associations et communautés existent, n'hésitez pas à faire des recherches ou vous rendre dans les Espaces de Rencontres et d'informations (ERI) dans les hôpitaux qui sont des lieux d'écoute, d'information, et d'échange.

Notre réseau coup de  : Patients en réseau, des réseaux sociaux destinés aux personnes touchées par la maladie, et leurs proches pour faciliter leur quotidien.  
[www.patientsenreseau.fr](http://www.patientsenreseau.fr)



Je suis **MILA**  
Montage confort premium  
Coloris 209  
**645€**

**250€**  
remboursée

# En famille



Je suis **IRIS**  
Montage confort  
Coloris 44/51/60

**100%**  
remboursée

Je suis **SOFIA**  
Montage confort  
Coloris 830/27/6

**100%**  
remboursée



Je suis **IRIS**  
Montage confort  
Coloris 14/101R

**100%**  
remboursée



Je suis **SOFIA**  
Montage confort  
Coloris 830/27/6

**100%**  
remboursée



Je suis **ALICE**  
Montage confort  
Coloris 2/9

**100%**  
remboursée

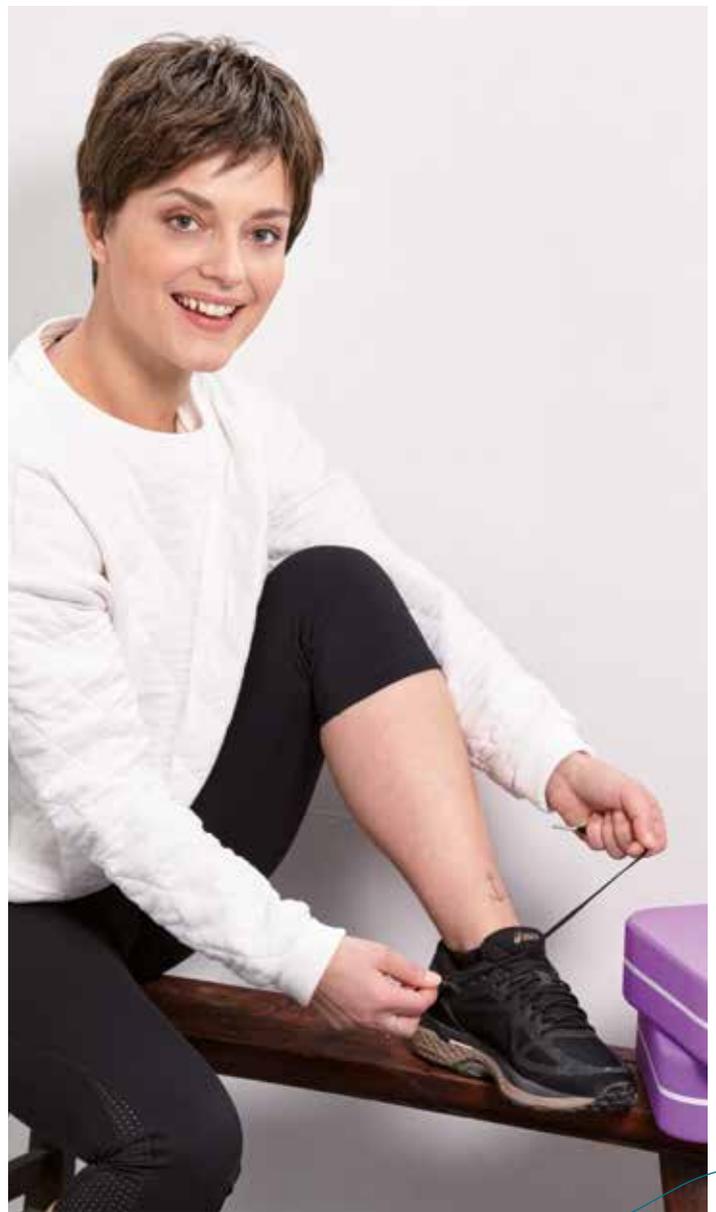


Je suis **ROSE**

Montage confort adaptable  
Coloris 56/60

**549€**

**250€  
remboursée**



Je suis **ALICE**

Montage confort  
Coloris 2/9

**100%  
remboursée**

## Le sport pour la forme



Avant, pendant et après traitement contre le cancer, la pratique d'une activité sportive est fortement conseillée. Plus elle est entamée rapidement, plus elle sera bénéfique. Bien évidemment, on ne vous demande pas de courir un marathon mais de trouver des activités qui vous font plaisir.

Le must du must hebdomadaire est de pratiquer une activité cardio telle que la marche, le vélo 30 minutes, 5 jours par semaine. On complète par 2 séances de renforcement musculaire doux et par 2 séances d'assouplissement musculaire tel que le yoga.

Les bienfaits sont nombreux : réduction de votre fatigue, amélioration de votre qualité de vie et de votre tolérance aux effets secondaires. Votre espérance de vie augmente et le risque de récurrence diminue. **Sortez vos baskets et GO !**



Je suis **ALBA**  
Montage confort  
Coloris 627R

**100%**  
remboursée

## Prendre l'air

Parfois, ce n'est pas le top, et vous avez tendance à vous sédentariser. Même si ce n'est pas toujours facile, il faut rester en mouvement ! Prendre l'air chaque jour, profiter de la lumière naturelle est fortement conseillé. Souvent sous-estimée, la lumière naturelle joue énormément sur votre moral et votre bien-être.

**Alors, n'hésitez pas à faire des petites balades à pied ou en vélo, juste pour faire un tour !**



Je suis **ANNE**  
Montage confort premium  
Coloris 30/32  
**645€**

**250€**  
remboursée



Je suis **CHLOE**  
Montage confort  
Coloris 209

**100%**  
remboursée

# Mes copines & moi



Le cancer, la fatigue et les effets secondaires vous donnent souvent l'envie de vous renfermer sur vous-même, alors qu'il ne faut pas s'isoler. Il est essentiel de conserver les liens avec vos amis et votre famille.

Continuer à côtoyer votre entourage et faire la connaissance de nouvelles personnes à travers différentes associations, réseaux ou activités est indispensable à votre meilleur état mental et participe à la bonne guérison de votre cancer.

**Discuter, se livrer, écouter et rire font partie de ces choses simples de la vie qui vous procurent de la joie et du bien-être !**



Je suis **IRIS**  
Montage confort  
Coloris 14/101R

**100%**  
remboursée

Je suis **JADE**  
Montage confort  
Coloris 60/51

**100%**  
remboursée

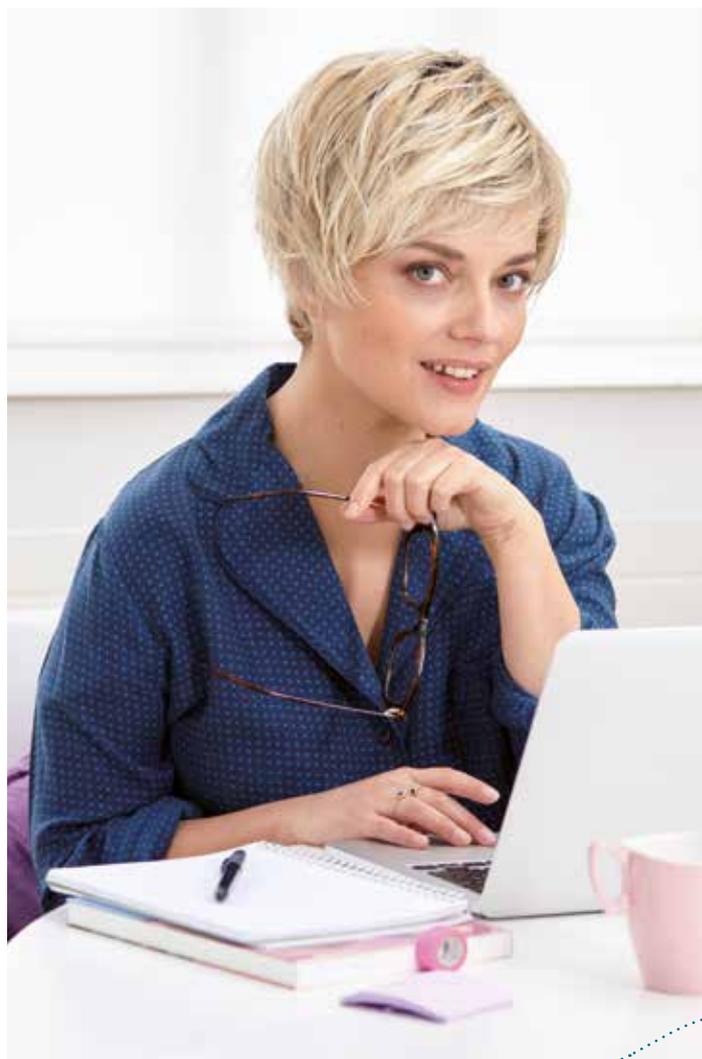
Je suis **ROMANE**  
Montage confort douceur  
Coloris 14/101R  
**510€**

**250€**  
remboursée



Je suis **LUCIE**  
Montage confort adaptable  
Coloris 14/101R  
**549€**

**250€**  
remboursée



Je suis **LUCIE**  
Montage confort adaptable  
Coloris 627R  
**549€**

**250€**  
remboursée

## Girls at work



Le cancer est un sujet tabou en entreprise. Le retour à la vie active est souvent source d'appréhension en raison des effets secondaires qui peuvent éventuellement perdurer sur le long terme. Cette épreuve peut au contraire être considérée comme une expérience de vie et un tremplin professionnel.

Pour certains travailler est une façon de lutter contre la maladie. Comme les autres activités, le travail permet aussi de vous libérer l'esprit, de vous focaliser sur d'autres sujets. **Concilier cancer et travail, c'est possible !**

**Livres coup de ♥ :** «Retourner au travail après un cancer : la réintégration : un processus collectif» - Magali Mertens de Wilmars  
[www.vieeetcancer.be](http://www.vieeetcancer.be)

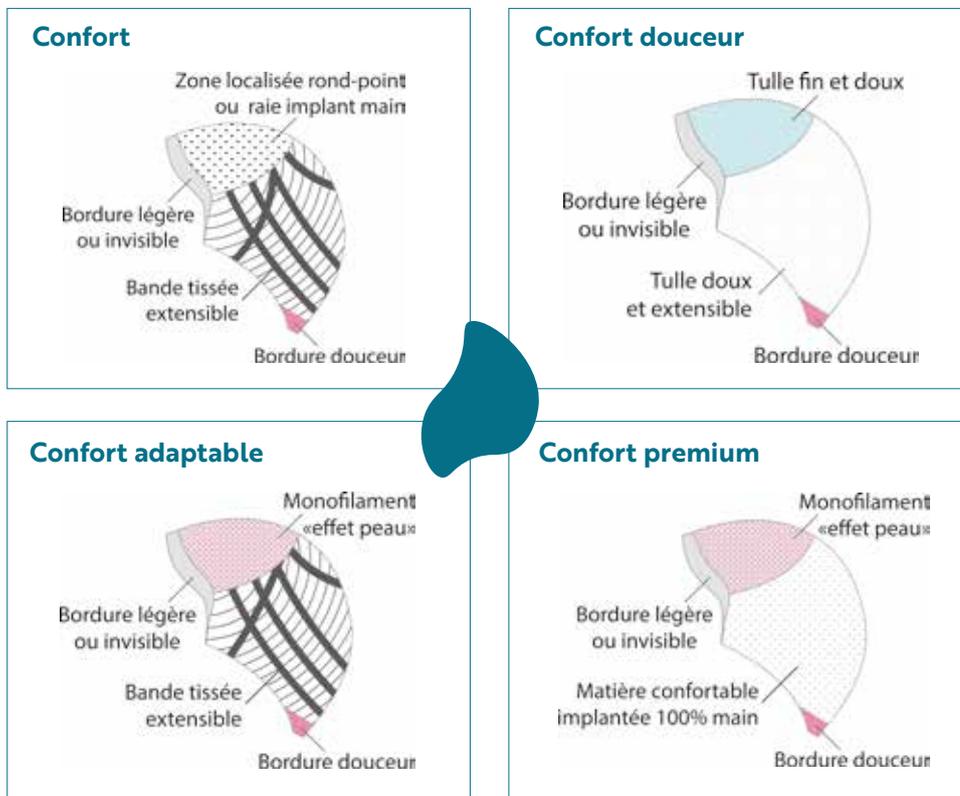


Je suis **MARINE**  
*Montage confort*  
*Coloris 30/32*

**100%**  
remboursée

# Quelle perruque choisir ?

Aéré et extensible, le montage de votre chevelure vous assure un bon maintien.



# Comment mettre ma perruque ?

Avant de mettre votre perruque, secouez-la pour l'aérer.

Ne jamais tirer sur la bordure frontale !



Tenez votre perruque par la nuque et passez-la de l'avant vers l'arrière.



Placez la bordure frontale à l'implantation de vos cheveux. Ajustez la base pour un maintien confortable et sécurisé.



Équilibrez votre coiffure : les pattes doivent être symétriques et bien à plat au niveau de vos tempes.

# L'entretien de ma chevelure *en cheveux de synthèse*

Avant de nettoyer votre chevelure, secouez-la puis, trempez-la dans de l'eau plutôt froide.

Appliquez le shampoing protecteur et faites mousser par mouvements de pression. Bien rincer.

Appliquez le conditionneur hydratant en caressant la chevelure, laissez poser et rincez.

Essorez votre chevelure par pression avec une serviette. Séchez-la à l'air libre sur un porte-perruque.

**+** Appliquez le baume nutritif pour démêler, adoucir et hydrater votre chevelure. Utilisez chaque jour sur les pointes des cheveux longs, si besoin.

Ne jamais mettre votre perruque au contact d'une forte source de chaleur



Retrouvez nos tutos de la gamme SERENA® sur notre chaîne Youtube. Les vidéos ont été réalisées par des patientes, utilisatrices de la gamme.



## La gamme SERENA® *vous accompagne*

C'est la 1<sup>ère</sup> gamme de soin dédiée au bien-être de votre cuir chevelu pendant et après votre traitement contre le cancer. Elle se compose d'un trio de produits qui vous accompagne dans la perte de vos cheveux mais aussi dans la repousse.

**Cryoforce2®**: base lavante qui nettoie, purifie et rafraîchit votre cuir chevelu tout en respectant l'équilibre du PH de la peau.

**Phytosoft®**: doux fluide qui hydrate et nourrit votre cuir chevelu et votre peau, desséchée par les traitements.

**Regenhair®**: soin «miracle» qui stimule et renforce la pousse de vos cheveux pour leur donner volume, texture et densité. A utiliser après votre traitement.



## #Restezbelleaveclecancer

Pour tous les désordres esthétiques que peuvent créer les traitements médicamenteux tels que des éruptions cutanées sur votre corps, une peau sensibilisée, des ongles abîmés, il existe des soins d'onco-cosmétiques.

Retrouvez nos marques coup de cœur telles que Serena, Ozalys, Eye Care Cosmetics, Christian Cosmetics, Laboratoire Evaux ...





Bonnet Boho Scarlett Samsara



Bonnet Amia Nomade / Crème

## Mon turban à moi

Vous êtes unique, votre turban doit l'être aussi et doit répondre à chacun de vos besoins. Nous veillons à votre bien-être en sélectionnant des turbans adaptés à chaque moment de votre quotidien de jour comme de nuit, pour l'été ou pour l'hiver, pour rester chez soi ou pour sortir...

Tous nos modèles sont classifiés comme dispositifs médicaux, conformément à la directive CEE (93/42/ECC) : une garantie pour votre bien-être car les textiles en contact avec votre peau ne contiennent pas de substance nocive pouvant présenter un risque pour votre santé.

Les matières sont choisies pour le confort qu'elles vous apportent à chaque instant. Des bonnets en bambou caretech®, exempt de particule chimique aux bonnets UPF50+ pour vous protéger des rayons nocifs du soleil en passant par la technologie 37.5°, qui maintient votre cuir chevelu à température idéale... Nous mettons tout en oeuvre pour vous apporter le confort ultime.

*Multiplis coloris disponibles.*

*Les imprimés varient chaque saison. Découvrez-les vite !*

### PACK ACCESSOIRES

Dans le cas où vous ne souhaitez pas de chevelure, la nomenclature prévoit une sélection de 3 accessoires, remboursée à 20 euros dans la limite d'achat de 40 euros.

### CE QUE NOUS PROPOSONS

Un joli trio composé des essentiels pour votre confort

. de 2 **BASICS COTON** au coloris de votre choix  
. d'un **BANDEAU KARMA** au coloris de votre choix à porter seul ou pour changer les basics de look.

Ce pack d'une valeur de 40 euros vous sera remboursé à hauteur de 20 euros par la Sécurité Sociale.

# Pour chaque instant de mon quotidien

## Le confort du coton

Des modèles en coton supima Caretech®, un coton de luxe ultra-confort et ultra-résistant. A la fois plus doux et plus durable que le coton ordinaire, il convient parfaitement aux peaux sensibles.

## La douceur du bambou

Une variété de turbans, bonnets aux couleurs unies et imprimées bénéficiant de la qualité du bambou Caretech® : naturel et exempt de particule chimique.

## La ligne Boho Spirit

Une ligne ultra tendance aux couleurs vives, de quoi donner à la femme moderne la possibilité de composer un look personnel et original.

## La ligne Viva

Des prix tout doux avec des matières légères pour un confort optimal.

## La technologie 37.5

Simple et naturelle, des particules actives sont incorporées au tissu. Elles captent et évacuent l'humidité pour garantir un refroidissement plus efficace de l'organisme et maintenir la température corporelle à 37.5 degrés.

## Ligne solaire anti-UV

Vous offre une protection maximale avec la certification UPF 50+ (norme AS / NZS 4399) contre les rayons nocifs du soleil.

## Les essentiels

Des accessoires qui vous permettent de conserver votre féminité et protéger votre cuir chevelu : du bonnet de jour au turban de nuit en passant par les bases à mettre sous vos chevelures.

Turban-foulard Mila Pacific



Alana Twin Set Praline



Turban Soft Line Berrie Graphite

Bonnet qui possède un léger bombé donnant du volume à l'arrière de la tête. Bénéficiant de la technologie 37.5®, cela vous garantit un confort absolu tout en rafraîchissant le cuir chevelu.

A porter sous votre perruque ou sous votre turban. Elle possède une bande de silicone mince, souple et transparente qui permet d'assurer un ajustement parfait et une sensation de fraîcheur.



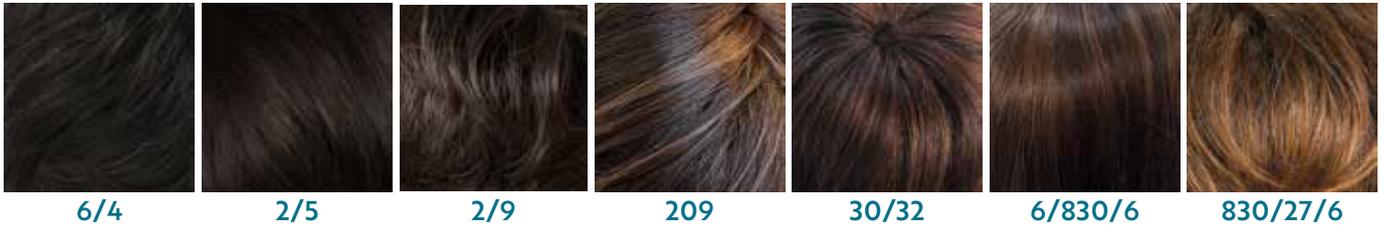
Base anti-dérápante



Volumateur de turban

# Comment choisir la bonne teinte ?

## Brun - Châtain



## Blond



## Roux



## Gris



## 100% remboursée



**Alba**  
p.28



**Alice**  
p.26



**Alice**  
p.27



**Candice**  
p.20



**Candice**  
p.21



**Chloé**  
p.9 & 30



**Iris**  
p.24



**Iris**  
p.25 & 31



**Jade**  
p.9



**Jade**  
p.31



**Lou**  
p.11



**Marine**  
p.33



**Sofia**  
p.24



**Sofia**  
p.19 & 25

## 250€ remboursée



**Agathe**  
p.15



**Anne**  
p.29



**Aude**  
p.10



**Claire**  
p.7



**Julie**  
p.16



**Julie**  
p.17



**Léa**  
p.8



**Louise**  
p.14



**Lucie**  
p.32



**Lucie**  
p.32



**Mila**  
p.23



**Mila**  
p.22



**Romane**  
p.13



**Romane**  
p.12 & 31



**Rose**  
p.27



**Yona**  
p.18



**Yona**  
p.20

REJOIGNEZ  
LA COMMUNAUTÉ  
omyhairperruque



O' MY  HAIR

