



**Une fois par mois, l'association Après l'Envol organise des séances de discussion avec des malades du cancer. Animées par un psychologue, elles aident les patients sur le chemin de la guérison**

Sylvie ARNAUD.

### Reportage

Une bonne odeur de café embaume la pièce. À 15 h, ce vendredi, le groupe s'installe autour de la table basse, sur des fauteuils de couleur. Patrick est pour l'instant le seul homme parmi les patients, âgés de 48 à 84 ans. « **Il a son harem** », plaisante Arlinda. Il sera rejoint, un peu plus tard, par René.

Onze personnes atteintes d'un cancer, en cours de traitement ou après, sont venues assister à une séance du groupe de parole, animée par le psychologue Matthieu Warnet. Ce dernier exerce depuis dix ans à la Polyclinique du Parc, qui a mis la salle à disposition de l'association Après l'envol. Celle-ci a pour mission d'aider les malades et leurs proches, pendant et après un cancer. Elle propose également des séances de sophrologie, socioesthétique, art-thérapie, gym douce ou encore marche nordique et yoga du rire.

Le groupe de paroles se réunit une fois par mois. Il a été mis en place en septembre 2012. D'emblée, les remarques positives fusent. « **Je me sens bien, car ici on est libre de parler** », lance Odette. « **Sans embêter sa famille** », appuie Noëlle. « **Oui, on sent parfois que ça gêne** », confirme Marie-Lise. Originaires du Choletais, de Vendée ou des Deux-Sèvres, les participants apprécient la proximité de ces soins de support. Avant la création de l'association Après l'envol, ils devaient se rendre à Nantes ou Angers. Trop loin pour certains qui, du coup, n'y allaient pas.

Sortir de l'isolement

« **Venir ici permet aussi de sortir de l'isolement et d'échanger sur notre ressenti, partagé par les autres** », continue Arlinda. « **Se retrouver en groupe permet effectivement de confronter son vécu, ses doutes. C'est aussi l'occasion de découvrir les stratégies des autres pour surmonter telle difficulté, tel symptôme** », complète le psychologue. En effet, certains malades parlent de leurs techniques, comme la respiration ou la marche pour faire face à l'anxiété. Ils échangent aussi sur les astuces pour lutter contre les effets secondaires.

Au début de sa maladie, René s'était isolé. Puis, il a pris contact avec Après l'envol, d'abord pour des séances de sophrologie et pratiquer la marche nordique. « **Ce groupe de paroles ça nous porte. C'est une aide à la guérison** », reconnaît-il. Pour autant, ce n'est pas toujours facile de franchir le pas. « **J'ai mis un mois et demi à me décider** », dit Patrick. « **Pour moi c'était très dur aussi**, confirme Marie-Thérèse. **Or ici, on oublie un peu la maladie.** »

Surtout, beaucoup disent avoir changé. « **On profite plus de nos proches. Ça permet aussi de relativiser, y compris sur les petites choses comme la vaisselle pas faite** », confie Odette.

L'association veut aussi les aider à se déployer vers l'extérieur. « **Notre rôle c'est d'être un tremplin vers la vie normale** », précise Matthieu Warnet. Et c'est le cas. Certains participants ont lancé l'invitation à un pique-nique fin juin au Moulin de la Cour, à La Séguinière.

Après l'envol, 3, rue d'Arcole (ancienne Polyclinique), Cholet. Tél. 02 41 63 47 03. Permanence téléphonique le mardi et le jeudi, de 13 h 30 à 17 h. Adhésion : 30 €. Dons possibles à cette association reconnue d'intérêt général.