

AdC - Une pause zen pendant ou après un cancer

L'association Après... l'envol offre un séjour «bulle de douceur» aux patients qu'elle accompagne pendant et après un cancer. Cette initiative devrait se répéter au cours de l'année.

Construire avec les patients un programme de confiance pour faire une pause, se ressourcer et reprendre des forces, là est le but des séjours zen et bien-être que propose désormais l'association pour le renouveau, l'espoir et la solidarité, Après... l'envol. Gage de sérieux, ils sont mis en œuvre par des équipes pluri-professionnelles diplômées et sensibilisées à ces questions et s'appuient sur une expérience déjà éprouvée et efficace d'une association basée dans l'Yonne.

Une initiative qui s'inscrit parfaitement dans le Plan cancer 2014-2019 qui vise à mettre en place les conditions pour passer d'un «parcours de soins», centré sur la prise en charge médicale du cancer, à un «parcours de santé», prenant en compte l'ensemble des besoins de la personne malade et de ses proches,

sur les plans physiques, psychologiques et sociaux.

«*Conscients de l'épreuve que peut constituer le cancer, nous souhaitons offrir un moment d'évasion et de détente aux personnes malades, un dépaysement pour oublier un temps le quotidien*» soulignent les membres d'Après... l'envol. «*Que ce soit de façon dynamique ou relaxante, l'objectif est de prendre soin du corps et de l'esprit en redécouvrant ses potentialités, ses ressources, en apprenant à gérer et canaliser ses ressentis et émotions, en retrouvant confiance et "contrôle" dans son corps et dans sa tête.*»

Ainsi, les séjours zen et bien-être se dérouleront dans un cadre familial, serein et dépayasant au cœur de la nature, à savoir au camping du lac de Ribou, où des ateliers collectifs (musicothéra-



pie, qi kong, sophrologie, gym douce, yoga, etc.), en salle ou en pleine nature, des temps libres et des temps de partage et d'échanges seront proposés hors du milieu hospitalier. Les premiers séjours se tiendront ces samedi 23 et dimanche 24 septembre. Les inscriptions sont ouvertes.

Infos :

Association Après... l'envol
3 rue d'Arcole à Cholet
(ancienne Polyclinique)
Tél. : 06 49 77 85 17
contact@apreslenvol.fr

Inscriptions :

www.apreslenvol.fr