

SOINS DE SUPPORT : GROUPE DE PAROLE



Le lundi 16 novembre a eu lieu notre premier groupe de parole à la Clinique Turin. Réunion très enrichissante et agréable grâce à l'équipe de la Clinique avec le Dr Perrine Goyer, le Dr Benoist Chibadel, le Dr Olivier Bauduceau, Nikita Roux, Véronique Bloch, Nathalie Lequeux, Elhabibi Samira, Stéphane Liévain.

L'art-thérapie avec Bernadette Grampa

L'art-thérapie est une pratique de soin (soin de support) fondée sur l'utilisation thérapeutique du processus de création artistique.

L'art se met au service du soin pour renouer une communication, stimuler les facultés d'expression et dynamiser le processus créatif de la personne.

A travers la production artistique : découpage-collage, dessin, peinture, marionnettes, modelage, théâtre, maquillage, etc. les arts-thérapeutes aident à développer les capacités créatives de chacun, à construire une image valorisante de soi et à soulager un mal être.

C'est à travers un dispositif précis, dans un cadre protecteur et respectueux que l'art-thérapeute accompagne le groupe ou la personne. La création permet de s'exprimer, d'élaborer le dicible comme l'indicible, de créer des liens et du sens dans un processus de changement.

Aucune facilité artistique n'est requise. **Les créations ne donnent jamais lieu à une interprétation ni à un jugement de valeur.**

Dans son approche ludique, l'atelier d'art-thérapie développe l'imaginaire et la faculté de renouer avec le jeu.

Atelier découpage-collage



Tout simplement avec des magazines, des ciseaux, de la colle et du papier

Pour certains, ils évoquent un hobby. Pour d'autres, les créations raffinées de Christian Lacroix*, de Matisse** ou Man Ray***, quelques-uns des nombreux artistes s'y sont adonnés.

En réalité, les collages sont tout cela, et bien plus encore. Utilisés depuis longtemps en art-thérapie, ils s'imposent partout et accompagnent les personnes qui traversent des moments de difficulté. Là où l'on se cherche, où l'on a besoin de restaurer son image, de se dire des choses sans parler directement, là où on a besoin d'un support pour exprimer ses émotions, on crée.

Le groupe, tout en permettant un travail d'individuation est un contenant qui multiplie les supports de projection en favorisant l'émergence des émotions tout en douceur.

La présence du groupe limite le face à face et laisse place aux échanges spontanés et aux différentes interactions entre membres et avec l'art thérapeute.

C'est un espace de confiance et de joie où l'expression des désirs et l'implication personnelle sont possibles à travers la découverte et/ou le renforcement de ses propres capacités.

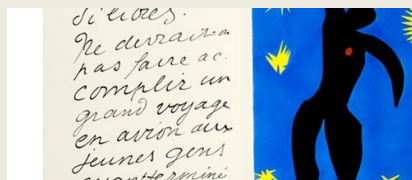
Les participants sont accompagnés et soutenus tout au long de la durée de l'atelier. L'apparente facilité du collage est immédiatement gratifiante et ouvre le champ de la créativité.



Notre projet en 2018, création d'un atelier de 1h30 dans un lieu parisien à définir



*Découpage-Collage
Christian Lacroix



**Collage Matisse



***Man Ray

Atelier de chansons



Un atelier chanson pour apprendre à placer sa voix sur la musique en chantant des chansons traditionnelles pour se faire plaisir, pour développer sa respiration et son oreille musicale. POUR ETRE HEUREUX ensemble.

Catherine baptisée « Titi » se propose de créer bénévolement cet atelier chez elle à la Garenne Colombes. 2 fois par mois les mardis de 15h à 17h

titidreyfus@wanadoo.fr

Pour se rendre chez Titi

Station Charlebourg :

Tram T2

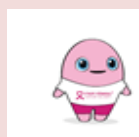
Pont de Neuilly bus 176

Paris bus 73

Porte Champerret bus 163

Gare St Lazare (arrêt La Garenne Colombes)

Vik Sein, le « chatbot »



Vik, est un compagnon virtuel créé pour accompagner les malades du cancer du sein.

Aussi, à l'occasion d'Octobre rose, l'association Mon réseau cancer du sein en partenariat avec la start-up Wefight (spécialisée dans le domaine de l'intelligence artificielle et du cancer) a lancé Vik Sein, un compagnon virtuel qui rompt l'isolement des malades et les accompagne au quotidien. Conçu pour apporter des réponses concrètes aux questions des patientes mais aussi pour soutenir leurs proches, cette interface 2.0 est facile d'utilisation. En effet, Vik Sein est accessible gratuitement, sans inscription et reste entièrement confidentiel. Il suffit de taper "**Hello VikSein**" dans **Messenger** pour l'obtenir.

ACTUALITES

La Sécurité Sociale

Les principales dispositions du budget de la sécurité sociale pour 2018 sont votées à l'Assemblée nationale

- 1) Le déficit : doit être réduit à 2,2 milliards d'euros en 2018
- 2) CSG : augmentation de 1,7 point
- 3) Tabac : augmentation progressive du prix du paquet pour atteindre 10€ par paquet
- 4) Vaccins : 11 vaccins obligatoires pour les enfants qui naîtront à partir du 1^{er} janvier 2018
- 5) Tiers payant : intégral mars 2018
- 6) Forfait hospitalier : 20€ (15€ en psychiatrie)
- 7) Tarification des hôpitaux
- 8) Taxe soda
- 9) Cancer : prise en charge 100% pour la prévention des cancers du sein et du col de l'utérus pour toutes les femmes de 25 ans.

https://www.sciencesetavenir.fr/politique/forfait-hospitalier-taxe-soda-tabac-quelques-mesures-du-budget-de-la-securite-sociale_117929



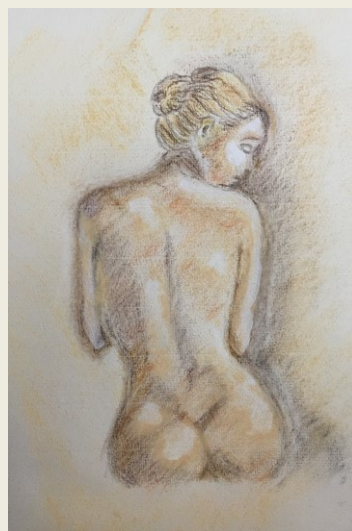
Comment enlever toute trace de pesticides

Des chercheurs de l'Université du Massachusetts, aux Etats-Unis, ont découvert quelle était la technique pour s'en débarrasser : **une pincée de bicarbonate de soude.**

Après 12 à 15 minutes de trempage de vos fruits et légumes, le bicarbonate a pratiquement éliminé tous les pesticides externes et ceux qui traversent la peau du fruit.

http://www.zejournal.mobi/index.php/news/show_detail/13954

Notre beauté en danger



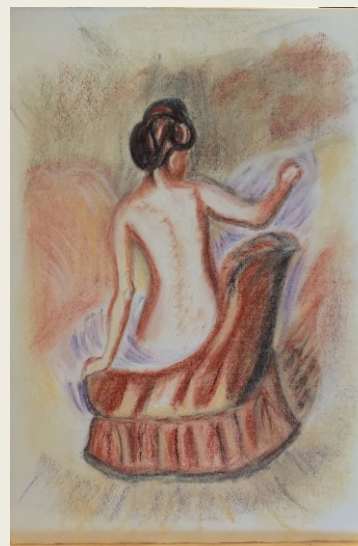
Substances toxiques dans certains produits de beauté

<https://www.quechoisir.org/comparatif-substances-toxiques-dans-les-soins-du-visage-n43524/>

<https://www.quechoisir.org/comparatif-substances-toxiques-dans-les-deodorants-et-parfums-n43492/>

<https://www.quechoisir.org/decryptage-produits-cosmetiques-telechargez-notre-carte-repere-des-molecules-toxiques-n11449/?dl=23134>

Deux pastels peints par Sabine à l'occasion de la 12ème



Actualités Choix Vital

Lundi 27 novembre Choix Vital a remis un chèque de 2000 € à l'association ICCEME à l'hôpital d'Argenteuil pour aider les malades du cancer



<https://www.icceme.fr/>

Venir rejoindre nos groupes de parole pour raconter vos peurs face à des médecins hospitaliers oncologues et échanger vos angoisses avec d'anciens patients et surtout partager vos expériences et vos victoires.

<http://www.choixvital.fr>

Prochaines réunions

Jeudi 7 décembre	American Hospital of Paris 63bd Victor Hugo Neuilly/Seine	18h-20h
Lundi 11 décembre	Clinique Turin, 3-11 rue Turin 75008 Paris	17h-19h
Jeudi 14 décembre	Maison des Associations, 4 rue Amélie 75007 Paris	18h-20h

Vous trouverez les adresses des lieux de réunion et comment s'y rendre sur le site, rubrique «lieux et horaires» : www.choixvital.fr



<https://www.facebook.com/CHOIX-VITAL-Parole-Cancer-1661547717468459/?fref=ts>

Novembre 2017, Annie Sicard