



Cancer Support Group vous invite à son Programme 2019 (janvier – juin)

"SE RETROUVER APRÈS UNE MALADIE"

- un programme complexe, conçu pour soutenir les collègues qui reviennent au travail après une longue absence pour cause de maladie

Les outils qu'on veut vous proposer permettront de travailler les différents volets des questionnements personnels et professionnels ou tout simplement des questionnements que l'expérience de la maladie peut nous poser comme défi. Ils seront également utiles à toute personne qui pense que la problématique la touche et qu'elle pourrait profiter de l'expérience.

Le programme comprend les activités suivantes:

1. **Conférence "Se retrouver après la maladie"**, donnée par la psychologue **Christine Cornet**
La conférence a lieu lundi, 21 janvier 2019 de 12h30 à 14h (salle BREY 05/F):
Après le bouleversement lié à la maladie et au combat pour la vaincre, comment se retrouver tant au niveau personnel que professionnel.
Cette conférence permettra d'aborder ce sujet difficile pour tous ceux qui le vivent et les participants qui le souhaitent pourront également partager leurs vécus.
Inscriptions ouvertes à tous.

[Inscrivez-vous](#) à la conférence du 21 janvier

2. **Groupe de parole pour les femmes : "Revenir au travail après la maladie" –**

4 sessions animées par la psychologue Christine Cornet qui auront lieu les lundis

28 janvier - 25 février - 25 mars - 29 avril dans la salle du Cancer Support Group au BREY 4/301

Inscriptions destinées exclusivement aux femmes qui reviennent au travail après une longue absence.

[Inscrivez-vous](#) à des sessions
du Groupe de parole

3. Cycle de danse expressive "Prendre sa place et découvrir sa mesure"

Amandine Servranckx vous emmènera en voyage au sein de votre corps (physique, mental, émotionnel) pour s'écouter, pour se comprendre et s'apaiser. Ateliers ouverts à tous. (*Découvrez une description plus détaillée à la fin du document*)

[Inscrivez-vous](#) à des ateliers de danse expressive

4. Ateliers "Revenir au travail" avec Magali Mertens de Wilmars (dates à confirmer)

Nous vous préparons aussi des ateliers créatifs (écriture, vision board, dessin) qui seront annoncés bientôt.

Si vous pouvez proposer un atelier créatif, contactez-nous.

Si la thématique d'une activité vous tente et vous considérez en avoir besoin même si vous ne faites pas partie des "destinataires" formels, n'hésitez pas à vous inscrire.

Ce programme est conçu pour répondre à certains besoins, mais sans doute peut apporter des bénéfices à beaucoup plus de monde.

LES INTERVENANTES



Christine Cornet est psychologue et psychothérapeute à Bruxelles. Elle exerce dans son cabinet privé où elle reçoit en consultation des adultes et des enfants qui rencontrent des difficultés ou vivent une période difficile dans leur vie. Elle travaille également en collaboration avec Cancer et Psychologie où elle anime notamment des groupes de parole pour des personnes aidant des proches malades ou pour des enfants ayant perdu un parent. Depuis 2018, Christine a donné des conférences et a animé des groupes de parole pour *Cancer Support Group* à la Commission européenne.



Magali Mertens de Wilmars est coach de vie. Suite à son expérience personnelle face à la maladie, elle s'est formée comme coach et a créé le site www.vieetcancer.be. Face aux multiples témoignages concernant le manque d'outils pour le retour au travail, elle décide de mettre son expérience et ses compétences au service des entreprises et des employés (patients ou aidants) pour faciliter la transition entre les traitements et le retour au travail.

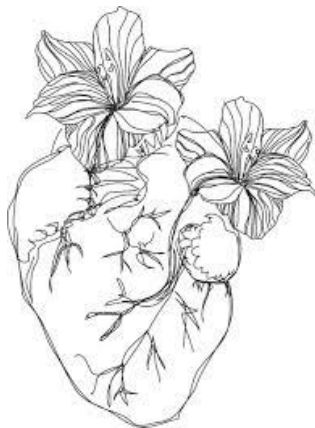


Amandine Servranckx est pédagogue du mouvement et licenciée en communication.

Sa pratique corporelle est un mélange inspiré des outils du Life Art Process, du yoga Iyengar et de l'axe syllabus. Elle exerce dans différents contextes, tous liés au soin et à la conscience de soi au travers du corps en mouvement (resource Delta Center asbl, via le c, en milieu scolaire et en session individuelle). Elle crée des espaces d'exploration et accompagne les participants dans leur découverte intime et profonde. Retrouvez Amandine sur sa page Facebook Les Ateliers du Mouvement Authentique

(<https://www.facebook.com/coeurducors/>)

Cycle de cinq ateliers en Mouvement Authentique



Lors de chaque session, je vous emmène en voyage au sein de votre corps.
Corps physique mais aussi mental et émotionnel.

Ces trois niveaux de conscience sont amenés tout en douceur à s'exprimer au travers d'un mouvement qui laissera une trace verbale, écrite ou dessinée et qui aiguïsera ou éveillera la conscience sur ce qui est présent et qui demande parfois à s'ajuster, se transformer, s'apaiser, se libérer.

Au cœur de cette thématique de *la place*, nous explorerons comment prendre soin de ses besoins, tout en restant à l'écoute de ceux des autres, nous aiguïserons notre conscience et notre confiance en ce qui est présent à l'intérieur de nous-même, l'autorisant à s'exprimer, à être visible et reçu par le groupe.

Nous naviguerons entre l'intérieur et l'extérieur, le « je » et le « nous », le « je » dans le « nous » *jusqu'à découvrir notre propre mesure* et comment elle peut rayonner au sein d'un groupe et faire partie intégrante d'un tout.

Soyez les bienvenu(e)s !

En pratique

*Groupe de 8 personnes maximum

Portez des vêtements légers et confortables, pieds nus ou des chaussures légères (semelle blanche)

Idéalement s'inscrire pour le cycle complet.