



EUROPA DONNA ALSACE

Coalition européenne contre le cancer du sein

UN GROUPE DE PAROLE ... POURQUOI ?

Pour se dire... dans l'intime là où il fait bon se retrouver entre femmes...

Pour échanger et se sentir entendues par celles qui ont vécu la même expérience...

Pour écouter le vécu de chacune, à la fois ressemblance, mais aussi diversité des expériences...

Pour entendre et exprimer la blessure, la souffrance, le doute, le découragement, la révolte... et aussi l'espoir, le rire, la tendresse, la connivence, la compréhension...

Pour se sentir exister, se retrouver, grâce au regard bienveillant de chacune, à la chaleur d'un lieu où tout peut se dire... se déposer... se lâcher... se revivifier...

« DES MOTS POUR LIBERER LES MAUX ... »

En complément de ses rencontres mensuelles¹, Europa Donna Alsace propose un groupe de parole pour les femmes ayant un cancer du sein.

Dans un cadre protégé et accompagné d'une thérapeute, le groupe de parole vise à contribuer au mieux-être et à l'amélioration de la qualité de vie des patientes, et, indirectement de leur famille et entourage, pendant et après la maladie.

Il a lieu à Obernai, dans la salle très « cosy » de la thérapeute. Les dates des séances, qui ont lieu une fois par mois, sont fixées ensemble par le groupe.

Pour participer au groupe de parole, toute personne intéressée est invitée à venir à une rencontre mensuelle pour faire connaissance, et découvrir l'association, ses adhérentes et ses activités.

Pour plus d'information sur le groupe de parole : 06 13 81 50 25

./...

¹ Les rencontres mensuelles sont un moment de convivialité et servent aussi à échanger des informations, recevoir des intervenants extérieurs, préparer ensemble les activités de l'association. Elles ont lieu les 2èmes lundi de chaque mois au siège de l'Ademas à Illkirch. Les dates et l'adresse figurent sur le site internet www.europadonna.org

« J'ai cherché une opportunité d'échanger autour du vécu de la maladie et de travailler un peu sur moi-même sans aller aussi loin qu'une analyse. »

« S'ouvrir dans un espace plus intime que l'association avec d'autres femmes confrontées au mêmes problèmes...commencer à faire entrer (laisser jouer) le facteur « psy » dans la maladie après les traitements chocs de base : chimio, radiothérapie et traitements adjuvants, dans lesquels on est jeté, sans bien comprendre, parce que l'on n'a pas forcément la réaction de réfléchir sur ce qui nous arrive dans cette phase incontournable. »

« J'ai beaucoup appris sur moi-même, la maladie, les traitements, les autres participantes à travers les émotions et les vécus échangés. Le processus de parole m'a fait beaucoup de bien : dépasser la barrière du silence, oser me dire grâce à la situation de non jugement. Plus d'une fois, je suis rentrée avec de nouvelles idées (vie de couple, lecture, créativité) issues de l'expérience des autres ou du retour de la thérapeute. »

« J'étais très curieuse et ouverte au départ, pas vraiment exigeante, seulement désireuse de partager. J'y ai trouvé du réconfort, beaucoup d'émotions, de générosité et de compréhension. Cela m'a aussi amené des réponses, j'ai souvent eu l'impression de m'entendre parler, les mots des autres retranscrivaient exactement mes sentiments du moment, c'est une expérience très enrichissante. »

« Le groupe m'aide dans ma reconstruction psychologique. »

« Le groupe de parole m'est extrêmement bénéfique. Il donne la possibilité de se dévoiler librement et d'avoir beaucoup d'écoute en retour, l'impression d'être comprise. Même si l'on communique avec la famille, les proches, la parole n'est pas la même. Il n'y a aucun tabou et l'on apprend beaucoup des autres. »