

amoena**life**

anticancer

rencontre avec
David Servan-Schreiber

image corporelle

confiance en soi
et séduction

en toute intimité

de nouvelles sensations

belle et bien

de jour comme de nuit

mères et filles

relation renforcée
par la maladie

les amazones

exposition itinérante

votre magazine
fête ses 10 ans





Amoena Style séduire avant tout !



En mai 2008, Lena vient compléter la gamme de modèles avec bonnets mousse moulés comme le Lara, sorti fin d'automne 2007.

Pour le printemps, adoptez ces modèles en coloris peau, à armatures (Lena) ou sans armature (Lara) et coordonnez-les avec le shorty ou le slip Lena. Bonnets AA à D

*A découvrir dans votre point de vente conseil
liste sur www.amoena.fr - rubrique dépositaires
ou 04 72 17 08 69*

Lena soutien-gorge
double poche creuse, peau
avec armatures
85-105 A,B,C
90-105 D

Lara soutien-gorge
double poche creuse, peau
sans armatures
85-105 A,B,C
90-105 AA,D

Lena shorty
peau
38-48

Lena slip
peau
38-50

amoena

éditorial

Chère lectrice,

Dans l'édition 2008 de votre magazine, je vous propose de retrouver David Servan-Schreiber. Lui-même atteint d'un cancer, il a bien sûr suivi les traitements traditionnels et a parallèlement cherché des solutions pour essayer de jouer sur l'équilibre entre ce qui alimente le cancer et ce qui l'empêche de se développer. Il nous propose quelques règles.

Ce numéro aborde également les transformations provoquées par le cancer du sein, que ce soit les relations mère-fille ou celle de l'image corporelle. Pour contribuer à faire changer le regard porté sur le cancer du sein et ses conséquences sur l'image corporelle, l'association "les amazones s'exposent" a réuni les œuvres d'artistes de renom dans une exposition itinérante.

Confiance en soi et séduction sont exacerbées lorsque l'on se sent bien dans son corps. Nos rubriques en toute intimité et belle et bien vous présentent des solutions pour vous sentir bien au quotidien.

Je vous souhaite bonne lecture et vous remercie de votre confiance et de vos encouragements.

Cordialement,



Brigitte Guirao-Cassin
Directrice adjointe Amoena France

listes des gagnantes jeu 2007

Brémard	Denise	Feucherolles (78)
Notin	Colette	Puymoyen (16)
Barnier	Marie-Claire	Chatillon sous les Côtes (55)
Barouh	Nathalie	Carrières sur seine (78)
Bécart	Marie-Thérèse	Saint Omer (62)
Parro	Brigitte	Villebret (03)
Klima	Liliane	Saint Louis (68)
Monchablon	Ginette	Darnieulles (88)
Weber	Brigitte	Montreuil (93)
Barlemont	Jacqueline	Montrouge (92)
Costeux	Marie-Françoise	Voisins- le- Bretonneux (78)
Peel	Josiane	Noisy sur Ecole (77)
Monsellier	Armelle	La Ferte Saint Aubin (45)
Louis	Chantal	Paris (75)
Paquelet	Yvette	Saint Laurent du Var (67)
Lavergne	Anne	Poitiers (86)
Muziotti	Micheline	Athis-Mons (91)
Rossi	Jacqueline	Lyon (69)
Gautheret	Christine	Saint-Donat (26)
Tochon	Michèle	La Motte Servolex (73)
Barbet	Martine	Liévin (62)
Lo-Monaco	Anne-Marie	Anglet (64)
Guépard	Monique	Le Barcares (66)
Rigaud	Nicole	Montagnac (34)
Poussier	Annie	Dammarie les Lys (77)
Place	Dominique	Bully-les-Mines (62)
Cardon	Isabelle	Conde sur Escautv (59)
Leroux	Marguerite	St Martin-du Fouilloux (49)
Nguyen Van Danh	Danielle	Villeurbanne (69)
Kuntzmann	Simone	Ingersheim (68)

sommaire

d'une chose à l'autre	
Amoena life fête ses 10 ans	4
dossier	
anticancer	
rencontre avec	
David Servan-Schreiber	6
reportage	
image corporelle	10
prothèses	
en toute intimité...	12
belle et bien	
de jour comme de nuit	16
lumières pour l'espoir	
Amoena s'engage	22
reportage	
mères et filles	24
conseils d'Aury	
parée avec un paréo !	27
forum associations	
les amazones s'exposent	28
courrier des lectrices	
accompagner	
pour emprunter	31

amoena life

Editeur
Amoena France - 69410 Champagne au Mont d'Or
Rédaction
Brigitte Guirao-Cassin, Pascale Semiao-Rabilloud
Création / Graphisme
Bertrand Chanavat, horspiste communication
42800 Génillac / 04 77 75 76 95
Impression
Imprimerie du Gier
42800 Génillac / 04 77 83 80 03
Copyright

Le magazine Amoena life est publié une fois par an et est distribué gratuitement par l'intermédiaire des points de vente spécialisés. Tous droits réservés. Reproduction autorisée uniquement après accord écrit d'Amoena France. La Rédaction se réserve le droit de publier tout ou partie des courriers qui lui sont adressés et de raccourcir le courrier tout en préservant le sens.

Numéro d'ISSN en cours
Nombre d'exemplaires : 90 000
Le magazine Amoena life est distribué gratuitement.

Votre magazine Amoena life fête ses 10 ans !



Depuis 10 ans, le magazine aborde dans un style féminin et dynamique le quotidien de la femme opérée du sein. Reportages, dossiers, infos produits reprennent les thèmes plébiscités par les femmes opérées. Et en plus, une multitude d'astuces, de conseils et de témoignages...

En 1998, dans la toute première édition du magazine, tirée à 17 000 exemplaires, Amoena aborde d'emblée la féminité de la femme opérée du sein, en laissant la parole à Matuschka.

Belle, même avec une cicatrice

Ce célèbre mannequin et photographe new-yorkais, 53 ans aujourd'hui, a vécu de son image en affirmant sa beauté. Après son cancer du sein et son ablation, elle décide d'utiliser ses talents de photographe pour briser les tabous qui entourent le cancer et la mastectomie.



Elle fait des photos qui montrent qu'elle n'a qu'un sein. Elle utilise son corps comme un objet d'art.

Elle déclare haut et fort : "Je suis belle, même avec une cicatrice" et prouve ainsi qu'une femme existe, pas seulement lorsqu'elle a ses deux seins.

La photo ci-contre a tout d'abord été refusée par 53 journaux avant d'être enfin acceptée en 1993 par le New-York Times Magazine... Vous la retrouverez en page 10.

Un hymne à la féminité...

Chacune des éditions suivantes du magazine se veut être un hymne à la féminité et apporte un véritable soutien aux milliers de lectrices. Matuschka avait ouvert la porte.

En 2007, l'édition faisait une place d'honneur à des femmes qui ont choisi de poser elles aussi devant un photographe. Leur histoire et leur témoignage ont été réunis dans un ouvrage, fruit du travail incessant du Professeur Pascal Bonnier et de Florian Launette, grand reporter : le livre "J'ai un cancer du sein... et après !".



Ne manquez pas les prochaines éditions de l'Amoena life et une information régulière !

Amoena life paraît une fois par an. Il est distribué gracieusement par le biais des centres hospitaliers et des points de vente conseil. L'édition 2008 est tirée à 90 000 exemplaires. Vous pouvez aussi recevoir ce magazine directement chez vous, sur simple demande en utilisant le coupon ci-contre.

Bonne lecture et merci de vos très nombreux encouragements.



L'équipe Amoena célèbre les 10 ans du magazine



participez à notre jeu !

- | | |
|---|--|
| 1^{er} au 3^{ème} prix | 1 maillot de bain Harmony |
| 4^{ème} au 6^{ème} prix | 1 coordonné au choix Olivia, Donna ou Lena |
| 7^{ème} au 15^{ème} prix | 1 sac week-end |

Pour recevoir gratuitement votre magazine chez vous et participer à notre jeu 2008, merci de retourner ce coupon rempli en précisant la mention « JEU 2008 » sur l'enveloppe à Amoena - 9 rue du Château d'Eau - 69410 Champagne au Mont d'Or. Il vous suffit de lire attentivement ce magazine et de répondre à nos questions. Les bonnes réponses seront prises en compte pour l'attribution des lots dans l'ordre chronologique de la date d'expédition (cachet de la poste faisant foi).

Les gagnantes seront prévenues individuellement. La liste sera publiée sur la prochaine édition de l'Amoena life.

Merci d'écrire vos coordonnées lisiblement en MAJUSCULES en n'oubliant pas de dater et signer...

(1/4 des demandes ne peuvent aboutir car illisibles)
les champs marqués d'un * doivent être renseignés.

nom et prénom*

adresse*

code postal et ville*

téléphone

email*

votre année de naissance

Quels sont les deux concepts de prothèses de la gamme Amoena qui bénéficient du Comfort + ?

Question subsidiaire :
combien de femmes vivent en France actuellement avec une mastectomie ?

J'autorise Amoena à utiliser mes coordonnées pour m'adresser mon édition annuelle du magazine Amoena life et une information régulière (invitations, conférences, etc...)

le / / 2008

signature



Anticancer

rencontre

Avec Anticancer, David Servan-Schreiber développe dans son livre les bienfaits d'une certaine hygiène de vie dans la lutte contre le cancer. "Je suis médecin, scientifique, chercheur, j'ai eu un cancer moi-même il y a quinze ans, et j'ai cherché ce que je pouvais faire, en plus de la médecine conventionnelle. Il est évident que c'est incontournable de faire de la chirurgie, de la chimiothérapie, de la radiothérapie, comme j'ai fait, mais ça ne suffit pas toujours. Dans mon cas, j'ai fait une rechute, et au moment de la rechute, je me suis dit : "Qu'est-ce que je peux, comme scientifique, aller chercher dans la littérature médicale qui puisse m'aider à accompagner mon traitement ou à prévenir un cancer ?".

46 ans - psychiatre et écrivain, fils du journaliste Jean-Jacques Servan-Schreiber.

Après un baccalauréat scientifique obtenu avec deux ans d'avance, il intègre la faculté de médecine Necker-Enfants malades, à Paris. Il achève ses études au Québec et obtient son doctorat. Il effectue alors son internat en médecine interne et psychiatrie au Royal Victoria Hospital de Montréal.

Dans le cadre de son doctorat en sciences neurocognitives, David Servan-Schreiber participe à la création d'un laboratoire de neurosciences cognitives cliniques, qu'il dirigera jusqu'en 1997. Après avoir été professeur assistant de psychiatrie à la faculté de médecine de Pittsburgh, il fonde et dirige un centre de médecine complémentaire au sein de l'établissement. Parallèlement, il tient une chronique régulière dans le magazine français Psychologies, dirigé par son oncle, Jean-Louis Servan-Schreiber. En 2003, il publie Guérir, devenu depuis un best-seller mondial. En octobre 2007, partageant son temps entre la France - il est chargé de cours à la faculté de médecine de Lyon-I - et les Etats-Unis - il est professeur clinique de psychiatrie à la faculté de médecine de Pittsburgh, David Servan-Schreiber signe Anticancer, chez Robert-Laffont.



David Servan-Schreiber est parti du postulat suivant : "Nous avons tous des cellules cancéreuses, mais seulement une personne sur quatre, en France, mourra d'un cancer. Trois personnes sur quatre sont donc protégées sans faire de traitement, même si elles ont des cellules cancéreuses. C'est donc que nous avons des mécanismes naturels de protection. Afin de réduire les risques de voir les cellules cancéreuses se développer en cancer, nous pouvons appliquer un certain nombre de règles permettant de jouer sur l'équilibre entre ce qui alimente le cancer et ce qui l'empêche de se développer. C'est à la fois de la prévention, de l'accompagnement de traitement et de la prévention de rechute".

Qu'est ce qui déclenche le cancer ?

"On ne sait pas très bien ce qui déclenche un cancer initialement. Ce qui est certain, c'est qu'il y a une augmentation constante du nombre de cancers en occident depuis 50 ans. Pour étayer son propos, David Servan-Schreiber s'appuie sur

l'observation de populations vivant dans des environnements très différents. "Il y a des régions entières de Chine où il n'y a pas de femmes qui ont de cancer du sein. Lorsque ces femmes émigrent aux Etats-Unis ou en Europe, au bout d'une génération, elles ont le même taux de cancers du sein que les Américaines ou les Européennes. C'est donc qu'il y a

quelque chose qui se passe dans nos façons de vivre qui donne au cancer la chance de se développer, alors qu'il y a quelque chose qui se passe dans leur façon de vivre qui empêche le cancer de se développer.

Les facteurs de mode de vie jouent donc un rôle considérable dans la progression d'un cancer. Il est très possible que de



avec David Servan-Schreiber



nombreuses personnes aient quelques cellules de cancer du sein qui se développent pour une raison ou une autre, même in utero et qui ne donneront jamais de véritables cancers parce qu'elles n'ont pas été exposées à des "engrais" qui font grandir cette tumeur. Si elles ont été au contraire exposées par leur mode de vie à des facteurs qui ralentissent la progression des cancers, dans ce cas, ces cellules restent des micro-tumeurs, des cellules isolées qui ne deviennent pas une maladie.

Si l'on n'est pas sûr de ce qui peut développer un cancer du sein, on est tout à fait certain que des facteurs viennent ralentir la croissance du cancer et que d'autres viennent l'accélérer. Si l'on est en équilibre de ce point de vue là, on ne développe pas la maladie. En cas de déséquilibre et de présence de beaucoup "d'engrais" et pas du tout de facteurs "anti-cancer", on développe la maladie."

Quels sont ces facteurs "d'engrais" et ces facteurs de défense ?

"A mon avis, les facteurs "d'engrais" sont liés à notre mode de vie occidentale et à la pollution.

Le premier facteur que l'on peut identifier, c'est l'abondance de notre consommation de sucre. Elle est passée de 5kg par an et par personne au 19^{ème} siècle, à 35 kg par an et par personne en France en 2000 (70 kg aux US). Nous sommes sur la même courbe ascendante que les Etats-Unis et allons les rattraper rapidement. Le corps ne peut pas gérer 35 kg de sucre par an. Le cancer se nourrit avant tout de sucre : les cellules avec un métabolisme anormal ont besoin de sucre pour grandir et se multiplier. Par ailleurs, le sucre déclenche la montée d'insuline dans le corps qui stimule la multiplication de toutes les cellules de graisse et des cellules de cancer. L'abondance de sucre est par conséquent un facteur d'engrais considérable pour la progression du cancer.

Le deuxième facteur que l'on peut recenser est le déséquilibre dans les acides gras essentiels depuis que l'on a changé le mode d'alimentation des animaux au moment de la seconde guerre mondiale. Jusque là, les œufs, le lait, le beurre, la

viande, le fromage étaient des aliments santé car équilibrés. Ils étaient riches en oméga 3 et 6. Depuis, on nourrit les animaux avec du maïs ou du soja qui ne contiennent plus d'oméga 3, mais uniquement des omégas 6. Tous ces aliments d'origine animale que nos grands-parents nous encourageaient à manger sont devenus des aliments qui favorisent le développement de nombreuses maladies, y compris le cancer.

Pourquoi ? Les omégas 6 sont très pro-inflammatoires et les omégas 3 ne sont plus là pour compenser. Les œufs forment le cas le plus typique de dégradation, ils étaient un vrai aliment santé jusqu'à la seconde guerre mondiale. Ajoutons à cela notre mode de vie sédentaire, nous ne marchons plus assez aujourd'hui. Pourtant l'exercice physique stimule l'activité immunitaire et fait reculer le risque de rechute de 40 à 50%.

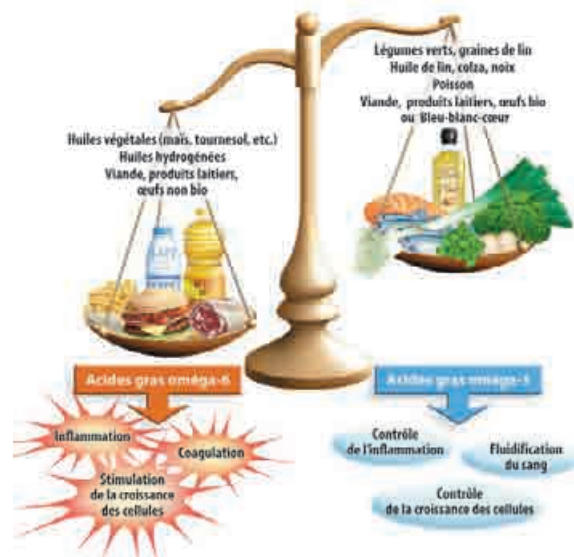
A ces facteurs – abondance de consommation de sucre, déséquilibre dans les acides gras essentiels et sédentarité – vient s'ajouter l'abondance de produits chimiques dont certains sont des cancérigènes avérés qui n'existaient pas avant la 2^{ème} guerre mondiale, comme le DDT. Il n'y avait pas de pesticide sur les champs. On sait que certains de ces produits chimiques influent sur le cancer du sein car ils ont des propriétés oestrogéniques qui viennent stimuler la croissance des cellules du cancer du sein et de la prostate. Des études montrent que les agriculteurs ont beaucoup plus de cancers que les autres. Les femmes agricultrices ont jusqu'à 9 fois plus de cancer du sein.

Certains pesticides sont tellement oestrogéniques qu'ils sont capables de changer le sexe des poissons dans une rivière.

Par référence, les mêmes effets sont envisageables chez toutes les femmes. Vous faites peut-être bouillir l'eau de votre thé dans une bouilloire en plastique. Et bien lors de l'ébullition, des particules de PVC sont libérées. Ce sont des produits cancérigènes avérés. Bien sûr, ces produits se libèrent à petite dose, mais de façon répétée tout au long de la vie, on peut se dire qu'il y a une influence. Surtout si on songe aux effets cumulés des quelques 2000 produits chimiques que nous côtoyons. Cela finit par représenter des

"Notre mode de vie est une forme d'engrais pour le cancer". Trop de viande rouge, trop de sucre, pas assez de légumes et de fruits : tout serait à revoir dans nos habitudes alimentaires si l'on veut "renforcer nos mécanismes naturels de défense contre le cancer".

La compétition des acides gras oméga-3 et oméga-6 dans notre organisme



doses significatives, d'autant que personne ne connaît l'impact de ces doses combinées."

Certaines études démontrent que 40% des femmes pensent que leur cancer est lié au stress.

Qu'en pensez-vous ?

"Le stress, ne cause pas de cancer. Tout le monde a du stress. Il n'y a pas de relation entre le niveau de stress et la probabilité d'avoir un cancer du sein. Le stress libère de la cortisone et de l'adrénaline qui inhibent les cellules du système immunitaire dans leurs capacités à se battre contre les infections ou les cellules cancéreuses. On attrape plus de rhumes quand on est stressé. L'état de notre mental influe par contre

considérablement sur notre capacité à réagir à ces infections. Celui-ci dépend notamment de la qualité du soutien social et affectif dont nous bénéficions.

On observe chez la personne soumise à un stress, mais qui bénéficie d'un bon niveau de soutien, aucune cause à effet. En revanche, elle a neuf fois plus de risques de développer un cancer du sein si elle n'a pas de soutien émotionnel.

Un stress provoqué par une rupture, un décès, une perte d'emploi mal vécue peut réactiver des blessures psychologiques enfouies. La progression d'un cancer du sein peut être influencée par certaines réactions au stress comme le sentiment d'être incapable de faire face à sa vie. Il existe donc une combinaison particulière entre le stress et l'impuissance à y faire face. L'accompagnement social, le soutien émotionnel, tout ce qui touche à la relation affective permet de prévenir ou de calmer l'inflammation. Sans cet accompagnement, on est plus fragile.

L'épanouissement passe par la relation affective. On sait que les animaux que l'on caresse sont en bien meilleure santé que ceux que l'on ne caresse pas. C'est la même chose pour les plantes.

Alors pourquoi cela ne s'appliquerait pas à l'être humain ? Pour un neuropsychiatre comme moi, c'est une évidence absolue. Guérir les blessures du passé et développer les attitudes mentales qui renforcent le système immunitaire et la résistance au cancer, c'est possible.

On peut faire sortir les gens de cette impuissance face au stress avec des choses très simples comme l'exercice physique."

Qu'en est-il des personnes en fin de vie ?

"Chacun de nous a envie qu'il y ait quelqu'un pour nous tenir la main au moment où on aura à faire cette transition vers l'éternel, parce qu'on va tous avoir à la faire, avec ou sans cancer. Pas besoin d'être un grand scientifique pour comprendre que cela fait une différence."

Dans son ouvrage, David Servan-Schreiber révèle qu'il a lui-même été touché par la maladie. Une tumeur au cerveau, il y a quinze ans. Opération, chimiothérapie : "Les traitements conventionnels m'ont sauvé la vie", précise-t-il. Mais il n'a pas voulu en rester là et s'est mis à éplucher la littérature et à découvrir que l'on peut aider son corps à lutter contre l'inflammation qui nourrit les cellules cancéreuses.

Comment prévenir la maladie ou la rechute ?

"On peut mettre toutes les chances de son côté et c'est ce que j'essaie de décrire

dans ce livre. Nous pouvons tous agir pour nous prémunir contre les déséquilibres de l'environnement, ajuster notre alimentation, guérir nos blessures psychologiques et établir une relation différente à notre corps."

Le lien entre environnement, alimentation et cancer a soulevé une polémique parmi les oncologues. Vous y attendiez-vous ?

"Rien ne vient prouver le lien entre environnement et cancer, entre alimentation et cancer, d'où le scepticisme, voire l'hostilité des oncologues à l'égard de cette théorie. Faire des études sur le cancer, c'est long, compliqué et cher", précise David Servan-Schreiber. "Il faut suivre les gens pendant des années, ce n'est rentable pour personne.

On ne peut pas mettre de brevet sur les choses dont je parle.

On ne peut pas breveter la marche, les Oméga 3 du poisson, les légumes et le thé vert, les techniques de respiration qui permettent de gérer son stress..."

Je ne m'étonne guère de la virulence de certains propos tenus contre mon livre. On ne peut pas dire quelque chose de nouveau et d'important sur un sujet aussi douloureux et difficile que le cancer sans susciter des réactions. Je m'y attendais, ça ne me fait pas peur.

Je vis avec cette maladie depuis quinze ans, je sais que ces approches que je suis allé chercher dans la littérature scientifique m'ont aidé.

Tous les oncologues sont d'accord pour dire que si quelqu'un a un cancer, il vaut mieux qu'il soit en bonne santé, parce qu'il survivra plus longtemps.

Or, toutes les méthodes dont je parle dans ce livre permettent d'être en meilleure santé."

Début novembre 2007, le fonds mondial de recherche contre le cancer a publié un conséquent rapport sur le lien entre alimentation et cancer, dont bon nombre de résultats rejoignent ceux de David Servan-Schreiber.

Si vous participiez au prochain plan cancer, que proposeriez-vous ?

"Il me semble essentiel aujourd'hui de développer un programme d'accompagnement des patients pour leur faire passer les messages que j'ai mis dans ce livre. Cette approche n'exclut bien entendu nullement les traitements actuels de chirurgie, de chimiothérapie ou radiothérapie. Ils sont indispensables. A mon sens, la médecine de demain associera chirurgie, traitement et enseignement.

Le médecin donne au patient les armes et c'est lui qui devra se battre.

Il faudra lui dire voilà ce qui existe, ce qu'il peut faire, et que maintenant c'est à lui de le faire. C'est lui qui choisit de manger 3 fois par jour des choses qui viennent alimenter le cancer ou d'avoir une alimentation adaptée ; c'est lui qui choisit de rester passif ou de se bouger ; c'est lui qui choisit de gérer son mental ou de rester impuissant. Mais le médecin peut lui apprendre comment faire. Il peut lui proposer de participer à des travaux de groupes.

Le groupe est plus efficace parce que les gens se stimulent mutuellement à changer, on peut apprendre en groupe à mieux gérer ses émotions, à parler de sa colère, de sa tristesse, de sa joie.

On peut partager ensemble des grands moments de rire, de bonheur et d'enthousiasme. Cela se fait mieux en groupe que tout seul.

Si je devais mettre en place un tel programme à l'hôpital pour les femmes atteintes d'un cancer du sein, c'est à la fin des traitements de chimiothérapie que je le ferai.

Juste au moment où elles sont de retour dans leur vie normale, là où elles ont l'impression d'être lâchées dans le vide. C'est le moment idéal pour leur dire : Maintenant, nous allons vous apprendre ce que vous devez faire pour bénéficier au maximum du traitement que vous venez de subir, et éviter une rechute."

On sait par exemple que marcher 30 minutes 6 fois par semaine signifie une réduction de moitié des risques de rechute. Marcher pour aller au bureau par exemple ne nécessite pas de tenue de sport. La marche associée à un traitement ne présente aucune incompatibilité, au contraire.

Aujourd'hui, je n'ai pas été associé au plan cancer mais je me bats pour que cette approche soit possible. J'ai créé un site internet, www.anticancer.fr. Ce site sera un endroit pour aider les gens à se soutenir émotionnellement mais aussi à se développer dans une démarche de vie, qu'ils aient déjà un cancer ou pas."■

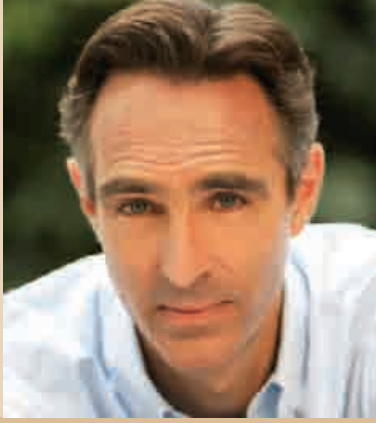
Propos recueillis par Françoise Sellin et Brigitte Guirao-Cassin.

Les réflexes anti-cancer au quotidien

David Servan-Schreiber a réuni dans un livret un résumé des gestes et réflexes anticancer à pratiquer chaque jour, notamment dans le domaine des choix alimentaires. Nous en avons repris quelques illustrations...



Livret joint à son livre ou à télécharger sur le site internet www.anticancer.fr



David Servan Schreiber avait 31 ans quand on a découvert sa tumeur. Il se décrit comme étant alors ambitieux et arrogant. La maladie lui a apporté un autre regard. Depuis, il tient son cancer à distance en ayant rechuté il y a 7 ans. C'est après 13 mois de traitement qu'il a écrit son ouvrage Guérir. En 2007, il a poursuivi sa démarche avec Anticancer. Ses recherches, ses applications de règle de vie, son amour du chocolat (noir et à plus de 70% qu'il avoue manger au quotidien), sa soif de thé vert, en font un personnage attachant, charismatique et très humain. Nous vous invitons à lire son ouvrage ou à vous rendre sur son site internet pour découvrir ses conseils.

Plus de 5 portions de fruits et légumes par jour sans se compliquer la vie

Les conseils d'alimentation saine sont diffusés largement, mais sont-ils bien suivis ? Il n'est pas si facile de modifier ses comportements alimentaires quand la vie quotidienne nous renvoie sans cesse à nos habitudes. Cuisiner différemment, trouver les commerçants, maîtriser son budget, autant d'obstacles à bien négocier. Et si on essayait de faire au plus simple ? Suivez le guide pour atteindre sans difficulté un premier objectif : plus de 5 fruits et légumes par jour.

Ne vous forcez pas à suivre les conseils diététiques à contrecœur. Essayez plutôt de les traduire en images agréables. La nature a inventé des légumes en plusieurs couleurs, essayez les toutes : le vert foncé des épinards, le vert clair des brocolis, le rouge des tomates, le blanc des oignons... Avant de passer votre tablier, détendez-vous et visualisez l'assiette idéale : trois quarts de légumes et de légumineuses. Rappelez-vous qu'un petit peu de viande rouge quelques fois par semaine suffit à une alimentation équilibrée, et que les légumes coûtent moins cher !

Légumes sortis du congélateur

Bonne nouvelle, vous pouvez vous dispenser de cultiver vous-même vos légumes. La cuisinière débordée recourt largement aux surgelés, qui contiennent les mêmes nutriments que les fruits et légumes frais. Par exemple, si vous préparez un poulet rôti (ne mangez pas la peau), remplacez les pommes de terre par des légumes surgelés en accompagnement, ce sera plus rapide à préparer. Vous avez le choix : chou-fleur, carottes, chou de Bruxelles... Si vous ne pouvez pas vous passer de pommes de terre, ajoutez des tomates, des poivrons rouges et verts, des oignons... Pensez aux légumes dès le stade de la casserole, même là où ça vous paraît inhabituel. Pourquoi pas des tomates dans l'omelette ? Ou une pizza aux carottes râpées ? Et pourquoi pas des feuilles de chou, de moutarde ou de pissenlit dans vos salades ?

Le pain

Choisissez du pain complet, avec sa bonne teneur en fibre, pour délaissier les farines blanches, à l'indice glycémique élevé. Les farines complètes (T150) ou semi-complètes (T80) sont délicieuses dans une pâte à tarte maison ou une pâte à pizza.

Des framboises surgelées dans vos céréales et un verre de jus de fruits

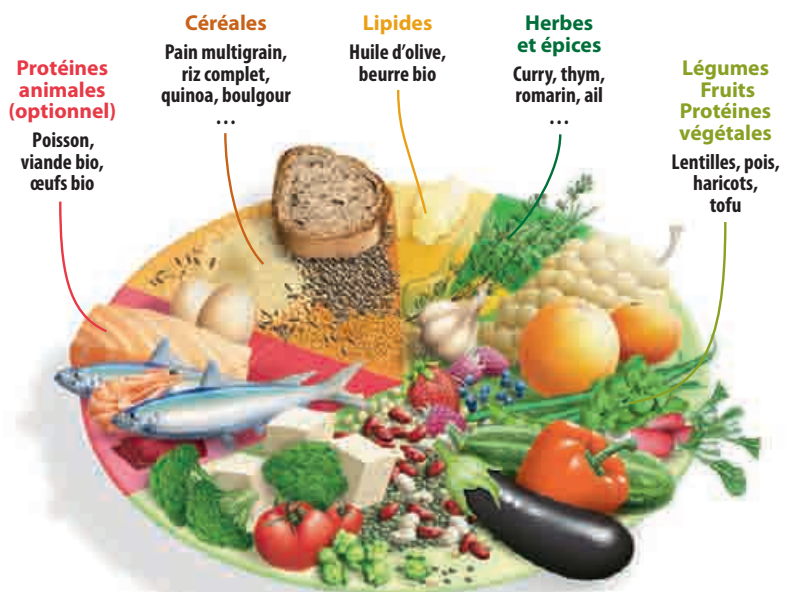
Pour atteindre votre objectif, comptez aussi sur les petits repas. Dans vos céréales de petit déjeuner, les fruits et les baies (framboises, mures, fraises) ajoutent de la couleur et des saveurs sucrées tout en restant favorables à la santé. Si vous les conservez surgelées, essayez de les mélanger dans un bol de céréales tièdes. Profitez de la matinée pour boire un verre de jus de fruit frais par jour, ça compte aussi ! A midi, si vous avez peu de temps pour déjeuner, préparez vous à l'avance une soupe de lentilles, c'est rapide et nourrissant.

Et à l'heure de l'apéritif ?

Attention à l'heure de tous les dangers : l'apéritif entre amis, où les meilleures résolutions flanchent devant une assiette de chips et des cacahuètes salées. Préférez les carottes et les choux-fleurs crus, ou l'houmous, qui vous apporte en plus les nutriments des légumineuses. Si vous voulez impressionner vos invités, confectionnez-leur des crackers à la farine complète ou au petit épeautre. Pensez aux jus de légumes en brick, sans sel ou sucre ajouté, pour ceux qui ne boivent pas d'alcool et choisissez un bon vin à déguster plutôt que de nombreuses bouteilles.

extrait du site www.anticancer.fr

L'assiette anticancer



Image

Confiance en soi et séduction sont exacerbées lorsque l'on se sent bien dans son corps

Dès les premiers jours suivant l'opération, notamment lors des soins de la cicatrice et les changements de pansements, les soignants constatent combien la modification de l'image corporelle peut affecter les femmes dont la totalité ou une partie du sein vient d'être enlevée.



Nous avons interrogé à ce propos Anke Fesenfeld, chercheur, qui a réalisé une étude scientifique sur le ressenti des femmes opérées dans les premiers jours suivant l'opération et sur la façon dont elles souhaiteraient être prises en charge.

Comment arrivez-vous à instaurer une atmosphère détendue dans votre point de vente ?

Il est important de prendre du temps. Nous nous installons dans notre salon d'essayage, une pièce agréable, totalement isolée de tout bruit, et dans laquelle nous ne serons pas dérangées. Nous nous asseyons en face l'une de l'autre. Nous parlons : je pose des questions à ma cliente sur sa situation actuelle, sur son ressenti. Cela m'aide à mieux comprendre ses besoins.

Vous êtes déjà expérimentée dans la prise en charge de la femme opérée. Selon vous, quels sont les facteurs qui influencent le choix de la prothèse ?

Plusieurs facteurs sont à prendre en compte. Bien entendu la forme et la taille du sein mais aussi le type de chirurgie pratiqué vont nous guider dans notre choix, de même que le ressenti de la prothèse lorsqu'elle est portée. Les femmes nouvellement opérées sont souvent surprises de constater que la prothèse offre un

corporelle

Anke, comment êtes-vous arrivée à vous intéresser à la perte du sein d'un point de vue scientifique ?

J'ai été infirmière. Lors des soins, comme par exemple ceux liés à la cicatrice, j'ai été directement confrontée aux problèmes que ressentent les femmes en voyant leur image corporelle modifiée du fait de l'ablation de leur sein. Je me suis demandé de quelle façon je pouvais aider ces femmes. Je n'ai pas trouvé de réponse spécifique dans la littérature médicale ou psychologique. J'ai donc souhaité réaliser une étude auprès de femmes opérées du sein. J'ai donc essayé de mieux comprendre leur vécu pour comprendre quand et comment elles ont besoin de soutien.

Quels facteurs influencent le vécu et la perception de son image après une opération du sein ?

Il y a de très nombreux facteurs. Il me semble essentiel de comprendre tout d'abord que chaque femme est différente et qu'elles ne peuvent toutes être prises en charge de manière identique. Il n'existe pas de solution universelle. Que l'on soit médecin, soignant ou applicatrice, il est important de s'intéresser individuellement à chaque femme et de

connaître son histoire personnelle. On peut ainsi comprendre les difficultés qu'elle rencontre et mieux appréhender les réserves de force dont elle dispose pour accepter les changements inhérents à la perte du sein. Le pire malheureusement, c'est qu'encore aujourd'hui, dans de très nombreux cas, ces femmes doivent se battre contre des préjugés liés notamment à leur âge.

Il est fréquent d'entendre qu'une femme plus jeune est sexuellement plus active. Pour les femmes plus âgées, on considère par contre que la sexualité n'est plus aussi importante et que son conjoint attache plus d'importance à sa beauté intérieure. De telles idées sont vraiment pesantes et blessantes.

Par ailleurs, un nombre non négligeable des femmes ayant participé à l'étude, disent avoir honte de leur corps et n'osent plus affronter les autres.

N'est-ce pas révoltant, dans notre société actuelle, que des femmes ayant fait face à une maladie comme le cancer du sein puissent avoir à subir de tels affronts ?

Dans la pratique, qu'est-ce qui peut être amélioré ?

Il nous faut prendre ces femmes au sérieux et les écouter. Il nous faut aussi s'imaginer à leur place. C'est ainsi que

agréable confort et qu'elle ne représente pas un corps étranger autant qu'elles l'avaient imaginé. Elles constatent que cette prothèse prend très vite la température de leur corps et qu'elle se comporte très naturellement.

Mais comment savez-vous que la solution choisie pour votre cliente est la bonne ?

Comme nous l'avons déjà évoqué, nous prenons du temps. Du temps pour découvrir ce qu'elle apprécie et ce qui pourrait convenir à son mode de vie, mais aussi du temps pour essayer. Le choix de la prothèse passe avant par le choix d'un soutien-gorge parfaitement adapté à la morphologie et aux envies de la cliente ainsi qu'au port d'une prothèse.

Nous prenons des mesures pour déterminer la bonne taille de soutien-gorge. Une fois que celui-ci convient parfaitement, que la cliente se sent bien, nous passons à l'essayage de la prothèse. Nous accompagnons la cliente dans son choix, lui prod-

guons des conseils d'utilisation, mais en aucun cas, nous ne la pressons.

Avec l'expérience, je vois rapidement que la solution choisie est bien celle qui lui convient. Mais elle doit faire elle-même son choix. Je demande à ma cliente de bouger dans le salon, de faire quelques mouvements afin de voir comment elle se sent. Le petit truc pour qu'elle soit sûre : lui faire essayer un vêtement près du corps. Lorsqu'une femme nouvellement opérée

découvre sa nouvelle silhouette dans le miroir, c'est un tel plaisir pour moi de la voir sourire à nouveau. La plus belle des récompenses.

Côté lingerie, les femmes opérées savent-elles toujours ce qu'elles veulent ou bien les orientez-vous ?

Plus d'une femme sur deux ne porte pas la bonne taille de soutien-gorge, nous devons systématiquement reprendre des mesures. Pour ce qui est des formes, matières ou coloris, on me demande tout



médecins, soignants et applicatrices pourront faire comprendre les informations qu'ils leur donnent. Il est important de leur laisser du temps.

Du temps notamment pour qu'elles puissent, à leur propre rythme, faire le deuil de leur sein. Parmi les femmes qui ont participé à cette étude, certaines ont fait directement leur deuil après le diagnostic. D'autres ont nécessité plus de temps pour réaliser ce qui s'était passé. Certaines, par contre, même cinq ans après, ne sont toujours pas arrivées à accepter. Il n'existe aucune norme.

Quels conseils pourriez-vous donner aux femmes opérées pour mieux gérer la perte de leur sein ?

Il n'existe pas de conseil universel. Je souhaite par contre vivement les inciter et les encourager à penser sérieusement à elles et à considérer comme très importants leur vécu et leurs besoins.

Jenny V. (33 ans) accueille et conseille les femmes opérées dans le choix de leur prothèse et de leur lingerie.

Jenny essaie avec beaucoup de calme et d'empathie de trouver avec sa cliente opérée une solution pour lui redonner une silhouette équilibrée. Pour cela, elle sélectionne une prothèse et un soutien-gorge conçu pour le port de la prothèse, qui conviennent aux besoins et aux goûts de sa cliente.



d'abord souvent du blanc ou un coloris chair ou champagne. Mais dès que je montre des modèles mode en dentelle et en couleur, et que je les invite à essayer, elles adorent. Elles se sentent tellement féminines avec. C'est une grande satisfaction pour moi. Et puis j'ai les incontournables de la lingerie tendance.

A chaque saison, je les retrouve et elles aiment découvrir les nouveaux coordonnés. Vous savez, aucune femme n'achète sa prothèse avec plaisir, mais les dessous, c'est autre chose.

Je m'imaginais dans la situation de mes clientes

En toute intimité

Après une mastectomie, le poids du sein manquant crée un déséquilibre au niveau de la colonne vertébrale. La prothèse restitue l'équilibre statique nécessaire à la répartition du poids. Elle évite ou diminue les tensions musculaires, les douleurs dorsales et cervicales. Elle permet par ailleurs de retrouver une image positive de son corps, de garder confiance et estime de soi. Très proche du naturel visuellement et au toucher, la prothèse en gel de silicone permet de faire face au regard des autres. C'est l'assurance de vivre pleinement ses activités professionnelles, sportives ou sociales. Elle permet de ne rien s'interdire.

les tous premiers jours

Porter une prothèse immédiatement après l'opération n'est pas possible. Pour vous accompagner pendant la cicatrisation et lors de votre traitement de radiothérapie, Amoena s'engage auprès des femmes nouvellement opérées en leur remettant gracieusement depuis le 1^{er} mars 2008, par le biais des établissements hospitaliers et associations d'entraide qui le souhaitent, la pochette résolument femme.

Cette pochette contient la Priform, une solution provisoire ultralégère dotée d'une face interne en coton, accompagnée d'une fibre de remplissage complémentaire et de la brochure Résolument femme. Les laboratoires dermatologiques Avène se sont associés à cette action en offrant un échantillon de crème réparatrice antibactérienne en vue de restaurer rapidement le confort cutané.



et maintenant si on parlait mode !

Quelles tendances cette saison ?
L'imprimé léopard est-il "in" ou "out" cette année ? Qu'allez-vous porter ?
Plutôt version étincelante en lamé ou au contraire version discrétion.
Le violet est-il le nouveau noir ?
Et nos jeans : slim ou boot cut, tramé chic ou délavé ?
Suivre la mode, tout un art !
Mais qu'en est-il quand il s'agit de prothèses ?

Pour vous, la mode ne s'applique pas aux prothèses et ce sont toutes les mêmes, aujourd'hui comme hier ou demain. Pourtant, les prothèses évoluent en permanence. Amoena consacre une part importante de son budget à la recherche et au développement de nouvelles formes de prothèses et de nouveaux concepts faisant appel à des matériaux high-tech.

Mais soyons sincères ! Choisir une prothèse mammaire ne présente pas le même attrait que le choix d'un chemisier, d'un sac ou d'un sous-vêtement. Seulement, si vous aimez suivre les tendances de la mode, vous n'êtes pas prête à faire des compromis pour vous habiller. Profitez donc des vêtements près du corps qui vous plaisent tant ! Et même si vous n'êtes pas une "fashion victime", se sentir belle et bien dans ses vêtements vous aidera à vous sentir mieux avec vous-même. Croyez-nous : prendre le temps de bien choisir sa prothèse, c'est primordial et bénéfique.

quelle prothèse choisir ? pourquoi celle-ci plutôt qu'une autre ?

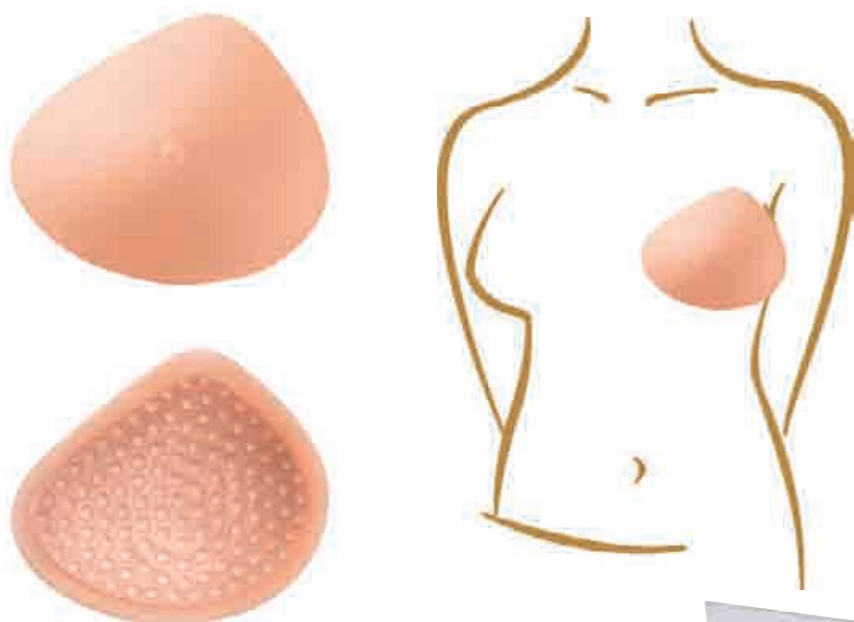
Pour vous aider dans votre sélection, Amoena a récemment réparti ses produits en concepts basés sur les besoins, le mode de vie et les attentes de la femme opérée. De cette manière, plutôt que d'être déroutée par des termes techniques ou scientifiques, vous pourrez choisir une prothèse correspondant à vos besoins et envies.

Vous êtes sportive et très active ! Vos bouffées de chaleur vous gênent !...

Amoena vous propose cinq concepts de prothèses pour répondre à vos besoins – **Natura**, **Individual**, **Climate**, **Essential** et **Contact**, sans oublier bien sûr les compléments mammaires avec la gamme **Balance**. Votre applicatrice-conseil vous guidera dans votre choix.

du nouveau dans les segments Amoena Natura et Amoena Contact

Depuis quelques mois, Amoena propose une nouvelle forme de prothèse. Asymétrique, la forme 3E est conçue pour les bonnets profonds et convient également aux petits tours de buste. Elle n'a pas d'extension sous le bras mais dispose d'une extension modérée au niveau du sternum. Elle restaure un galbe naturel, s'adapte idéalement dans les soutiens-gorge à armature et autorise des décolletés plus profonds. Vous vous reconnaissez dans cette description ? Alors pourquoi ne pas l'essayer ?



Elle est disponible en Amoena Natura 3E et Amoena Contact 3E de la taille 1 à 14. Rendez-vous vite dans votre point de vente conseil.

Amoena Natura Naturel et mouvement



Amoena Contact Elle fait partie de vous



mamelons

Pour plus de naturel sous la lingerie microfibre et les vêtements près du corps, le mamelon Amoena Contact s'applique très facilement sur la prothèse. Trois coloris et deux tailles. Livrés par deux.

Amoena invente une nouvelle sensation sur la peau

Amoena Contact et Amoena Natura
avec encore plus de confort

Comfort +

Amoena Contact Amoena Contact Light Amoena Natura Light

- encore plus de confort
- sensation plus agréable sur la peau
- meilleure adhérence pour l'Amoena Contact

Nous avons sélectionné les prothèses les plus appréciées des concepts Amoena Contact et Amoena Natura.

Pour plus d'informations, merci de contacter votre point de vente conseil.

Comfort +

“Je n'ai pas du tout l'impression
de porter une prothèse.”

Les femmes qui ont déjà eu l'occasion de porter les toutes nouvelles prothèses Amoena Contact et Amoena Natura sont vraiment enthousiastes.

Ces produits sont un nouvel exemple de la constante implication d'Amoena pour développer de meilleures solutions et procurer à la femme opérée du sein une toute nouvelle confiance en soi.



de bonnes raisons de rendre visite à votre applicatrice-conseil au moins une fois par an...

L'aspect du gel de silicone de la prothèse se modifie avec le temps : faites vérifier votre prothèse par votre applicatrice-conseil au moins une fois par an (idéalement tous les six mois).

Votre taille peut varier dans le temps : rappelez-vous aussi qu'il est préférable de prendre régulièrement vos mensurations de tour de buste et de poitrine.

... et découvrir les nouveautés et les astuces !

coussinet d'épaule

Envie de bretelles fines alors que vous portez une prothèse à glisser dans une poche et que les bretelles larges et molletonnées vous sont recommandées ?

Les coussinets d'épaule Amoena vous permettent de choisir ce modèle de soutien-gorge qui vous plaît tant sans nuire pour autant à votre confort.



modestie... à coudre

Jasmin

Carmen



ou intégrée

Isabel



belle et bien, de jour comme de nuit...

Pour choisir sans hésitation le soutien-gorge ou le maillot de bain qui correspond à vos envies ou à vos activités, nous avons également organisé notre gamme textile en trois lignes : **Feel**, **Style** et **Move**...
Tendance mode ? Orientez-vous vers la ligne **Style** : elle révèle votre personnalité.
Plutôt à la recherche de confort et de bien-être, la ligne **Feel** est faite pour vous.
Pour faire du sport ou une activité physique, la ligne **Move** vous permet de bouger en toute sécurité.

Découvrez les nouvelles collections dans les pages suivantes.

...c'est si simple !



belle et bien

Estella / champagne
sans poches
avec armatures
90-115 A,B,C
95-115 D
Disponible en mai

Evelyn / champagne
double poche creuse
avec armatures
95-115 B,C,D
95-110 E



Evelyn slip / champagne
à coordonner aussi avec Estella
40-50

Donna
noir et ivoire
double poche creuse
avec armatures
90-105 B,C,D,E

Donna slip
noir et ivoire
S-M-L-XL



Antonia
blanc ou noir
double poche
creuse
avec armatures
90-110 A,B,C
95-110 D

Donna / champagne
double poche creuse
avec armatures
90-105 B,C,D,E

Donna slip
champagne
S-M-L-XL

Disponibles
en mai



côté lingerie

Amoena vous propose une collection sexy et adaptée, à prix doux et comparables aux prix du marché de la lingerie traditionnelle.

Les trois lignes Amoena sont actualisées chaque saison et associent confort, design et coupe spécialement conçue pour garantir bien-être et fiabilité.

Olivia SB
imprimé crème
et mauve
double poche
creuse
85-105 A,B,C

Olivia WB
imprimé crème
et mauve
double poche
creuse
avec armatures
85-115 B,C,D

Olivia slip
imprimé crème
et mauve
38-50

Olivia shorty
imprimé crème
et mauve
38-48

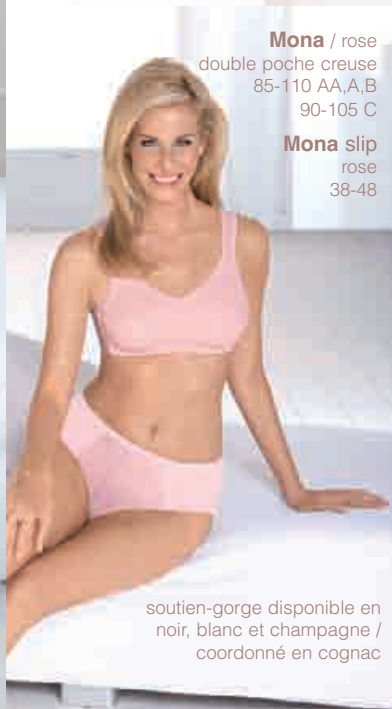
Olivia shirt
imprimé crème
et mauve
S-M-L-XL

Disponibles en mai



Mona / rose
double poche creuse
85-110 AA,A,B
90-105 C

Mona slip
rose
38-48



soutien-gorge disponible en
noir, blanc et champagne /
coordonné en cognac

Carmen
noir et cuivre / blanc
double poche creuse
95-125 A
90-125 B,C,D
95-120 E
100-120 F



Carmen slip
noir et cuivre /
blanc
40-52

de jour... de jour...



côté jour

Tops et robes avec soutien-gorge intégré, en différents coloris, à porter comme il vous plaît, de jour ou en soirée.
Tops du 38 au 48, noir - marron - rouge - turquoise
Robes du 40 au 46, noir - marron





comme de nuit...

côté maison, Amoena loungewear

Pour être totalement à l'aise, Amoena a créé pour vous la gamme loungewear. Ces vêtements de détente, pour la nuit ou pour flâner chez soi, se déclinent sous le nom évocateur de Luna : chemise de nuit et top avec soutien-gorge intégré, pantalon, short et boléro.

du 38 au 50 / boléro S-M-L-XL



belle et bien

côté maillots de bain

Amoena innove chaque année avec une collection haute en couleur, réalisée dans des matières de haute qualité. L'assurance de redevenir active, à la plage ou à la piscine, en toute sécurité.



Goa



Goa



Granada



Dover

Grado



Faro



Fria



l'eau est votre alliée

Granada



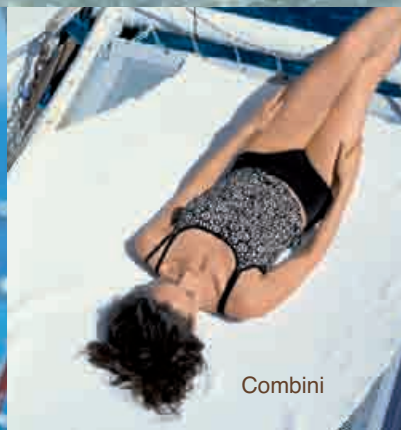
Gibraltar



Guyana



Barbuda



Comбини



Amoena s'engage

lumières pour l'espoir

Etre une association d'entraide et de lutte contre le cancer du sein sur le plan local et régional n'est pas toujours facile. Reposant sur l'active participation de bénévoles, ces associations ont besoin, pour agir, de fonds parfois difficiles à rassembler. Consciente de ces difficultés, Amoena s'est engagée en 2003 à venir en aide à ces associations, en créant l'opération lumières pour l'espoir, dans le cadre d'octobre rose, mois international du cancer du sein.

Depuis 2003, 232 000 € ont été récoltés au profit des associations.



Les 52 associations participantes en 2007 reçoivent l'ensemble des bénéfices réalisés grâce à la vente au public d'objets, tels que bougies et pin's, symboles de l'opération. Avec lumières pour l'espoir, Amoena a créé un réseau de solidarité unissant des associations reconnues nationalement ou localement pour leur implication dans la lutte contre le cancer

du sein et une synergie entre les milieux associatif, institutionnel et professionnel au niveau local, grâce à la mobilisation d'un ensemble de sympathisants locaux.

Amoena a demandé à ses points de vente dépositaires de s'engager à ses côtés dans la vente de ces objets. De plus, Amoena reverse aux associations bénéficiaires, un euro par soutien-gorge vendu pendant tout le mois d'octobre.



Amoena s'engage également en participant activement à certaines des animations proposées par les associations dans le cadre de lumières pour l'espoir : défilés de mode pour les femmes opérées du sein, conférences, forums...

Elle était présente également au Ministère de la Santé lors de l'inauguration de l'exposition tirée de l'ouvrage du Professeur Bonnier et de Florian Launette, ouvrage que nous vous avons présenté dans l'édition 2007 de l'Amoena life. C'était l'occasion de remettre au Ministre de la Santé, Madame Roselyne Bachelot-Narquin, le pin's ruban rose de lumières pour l'espoir.



illumination de la fontaine Subé à Reims



fresque réalisée par des artistes à l'initiative de l'association Ensemble face au Cancer



défilé nocturne de Harley Davidson pour vendre des bougies et des pin's à l'initiative de Onco-bleuets

ruban de l'espoir

Dans le cadre de l'opération lumières pour l'espoir 2008, les associations ont exprimé le souhait d'organiser un parcours en France reliant symboliquement les associations partenaires de lumières pour l'espoir d'Amoena afin de créer une véritable chaîne de solidarité. Mise en œuvre pour la première fois en octobre 2008, cette chaîne portera le nom du ruban de l'espoir.

La délégation pourra être composée de représentants d'associations, du corps médical, d'institutions, d'auteurs, chercheurs ou conférenciers, et bien sûr d'Amoena France et parcourra 11 étapes, du 9 au 20 octobre. Chaque étape se déroulera dans une ville différente et les partenaires locaux accueilleront la délégation avec le concours de la municipalité, de membres du corps médical, de la population, autour de manifestations publiques, d'expositions, de conférences-débats et tables rondes sur le thème du cancer du sein, de sa prévention, de ses traitements et de la vie au quotidien.

A noter notamment la réalisation à chaque étape d'une chaîne de rubans de l'espoir, projet de l'artiste Laurence Verrier. La délégation recueillera les fanions porteurs de messages réalisés par des femmes touchées par le cancer du sein. Cette chaîne de fanions sera rassemblée et exposée à l'arrivée à Paris.

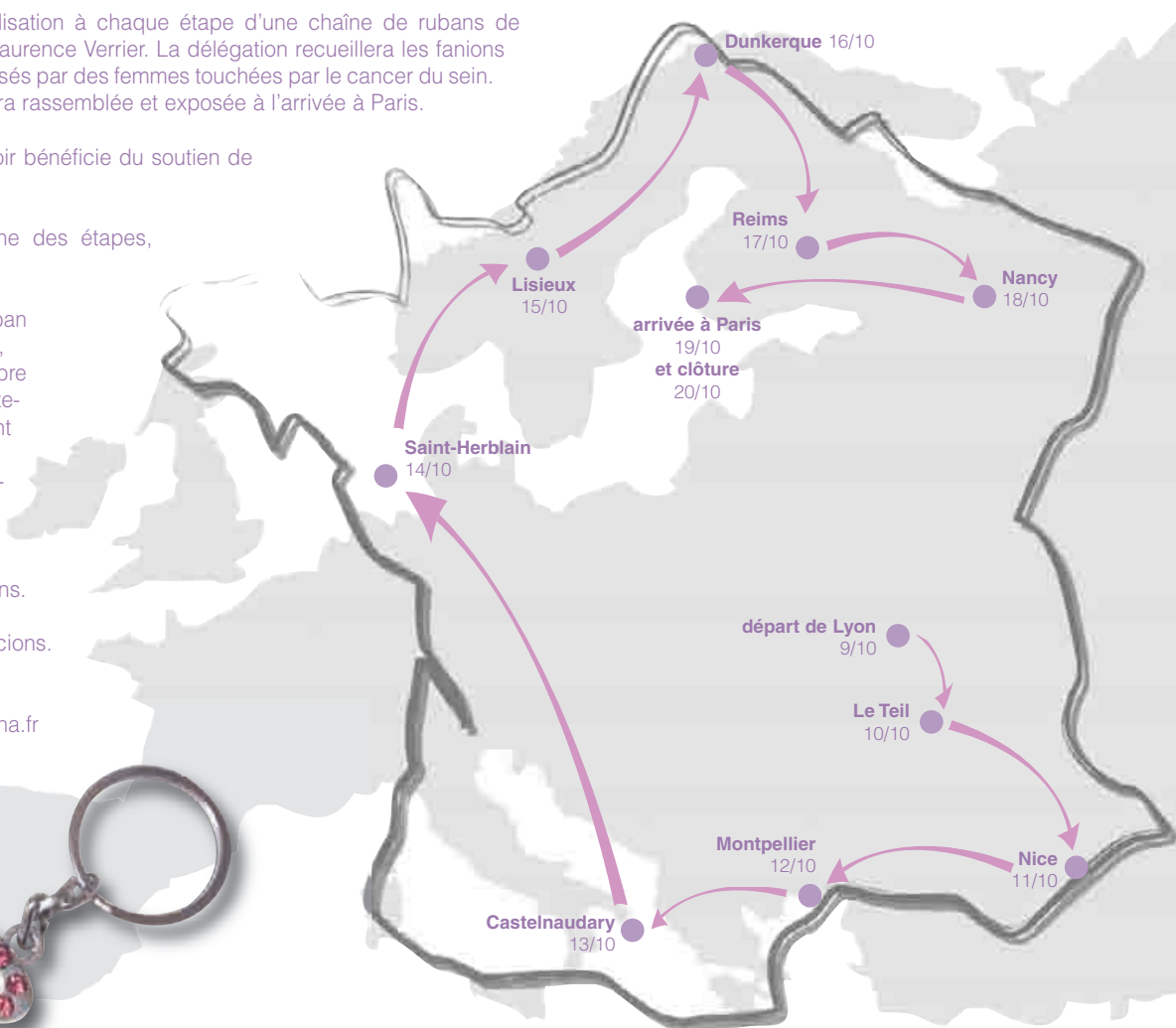
L'opération ruban de l'espoir bénéficie du soutien de David Servan-Schreiber.

Vous habitez près de l'une des étapes, venez nombreux !

Bien sûr, tout au long du ruban de l'espoir mais également, pendant tout le mois d'octobre 2008, bougies, pin's et porte-clés ruban rose vous seront proposés par Amoena, ses dépositaires et les associations. En achetant un ou plusieurs de ces objets, vous apporterez une aide appréciable aux associations.

D'avance nous vous remercions.

Plus d'infos sur www.amoena.fr



Mères et filles



Dans la vie, aucune autre relation n'est plus intense et marquante. Les mères sont les confidentes, les modèles, mais les occasions de frictions avec leurs filles ne manquent pas non plus.

Ces dernières bataillent pour obtenir les compliments et la reconnaissance de leur mère, mais aussi pour faire leur propre chemin. Un parcours qui recèle toutes sortes de conflits potentiels. Cependant, en temps de crise, leur lien résiste, voire est même renforcé.

C'est ce que témoignent les courriers que nous avons reçus sur le sujet d'aujourd'hui.

Des femmes décrivent comment leurs rapports ont changé suite au cancer du sein de la mère ou de la fille. Elles parlent ouvertement de leurs moments de bonheur, de leurs incertitudes et de leurs peurs et de la peur de tomber elles-mêmes malades.



Les rapports mère-fille inspirent très souvent la littérature et le cinéma. Soit les mères sont sacrifiées et quasiment écrasantes, soit elles se comportent comme de mauvaises génitrices égoïstes. Les filles sont, au choix, courageuses ou rebelles, soit ressemblent comme deux gouttes d'eau à leur mère soit s'en distinguent jusqu'au moindre détail : le fait principal étant que les personnages sont faciles à comprendre. Pourtant cette relation particulière ne peut pas se résumer à un simple dénominateur commun. Ses facettes sont multiples et elle est profondément complexe. Elle commence par le premier battement de cœur de l'embryon dans le ventre et dure plus longtemps qu'une seule vie. Car lorsqu'une femme en met une autre au monde, elles sont toutes deux liées pour toujours d'une façon spéciale. Le rapport à sa mère est pour chaque fille – autrement que pour son fils – d'une importance fondamentale pour le développement de sa personnalité, la compréhension qu'elle a d'elle-même et sa propre confiance.

Dans l'enfance, la mère est pour ainsi dire le centre de l'univers de sa petite fille. Sa chaleur, ses soins et son attention signifient le bonheur de vivre pour l'enfant. La mère devient pour sa fille la première personne de référence, sa conseillère et sa consolatrice. Cette relation dure souvent jusqu'à la puberté. Puis commencent généralement les premiers conflits. La proximité est ressentie comme de l'étouffement, les réponses maternelles ne suffisent plus, la phase de la différenciation commence.

Face au processus de détachement de leur fille, de nombreuses mères réagissent par des reproches durs ou par le silence. Elles ne comprennent plus le monde, doutent de leur éducation ou même de leur propre enfant.

Parfois il faut des décennies avant que les filles et les mères ne se retrouvent et puissent dire l'une de l'autre : "nous nous comprenons". Elles peuvent alors commencer à se redécouvrir et à profiter des expériences de l'autre. Mais surtout, elles ont gagné une personne d'une valeur incomparable : leur propre mère, leur propre fille.

"Ouvrir les yeux de ma fille aux choses importantes"

A vrai dire, ces deux-là n'ont jamais vécu les conflits si particuliers mère-fille. Evelyne (48 ans) et Diana (27 ans) entretiennent des contacts soutenus, discutent beaucoup et, même si leurs avis divergent, respectent toujours l'opinion de l'autre. Elles ont

beaucoup à se dire et prennent aussi volontairement du temps l'une pour l'autre. Depuis qu'un cancer du sein a été diagnostiqué en 2004 chez Evelyne, les conversations entre mère et fille sont devenues encore plus importantes.

"En réalité, nous avons toujours parlé de tout, mais maintenant, la maladie a provoqué des sujets de conversation auxquels nous n'aurions jamais pensé auparavant" explique Evelyne. "Nous parlons autant de la peur de la mort que du miracle de la vie", complète Diana. Car 2004 n'a pas été seulement marquée par le diagnostic du cancer du sein, qui fut un choc effrayant pour toute la famille, mais aussi par la naissance de la petite Loreen. Evelyne n'oubliera jamais le moment où elle a pris dans ses bras sa petite-fille : "Le bonheur me rendait muette, je tenais cette petite fille de trois heures dans mes bras et je savais qu'un peu de moi vivait en elle."

Evelyne veut avant tout transmettre à sa petite-fille et à sa fille la joie de vivre. "En effet, il s'agit avant tout d'ouvrir les yeux à la beauté de la vie, ne pas se laisser perturber par les broutilles et faire attention à ce que l'amour ne se perde pas dans le stress quotidien" explique Evelyne.

"Cela vaut la peine de se battre pour ça, même contre un ennemi puissant comme le cancer du sein", ajoute-t-elle. Evelyne a géré très ouvertement sa maladie dès le départ. "J'ai commencé à écrire un journal pour comprendre mes peurs, mes soucis et mes expériences."

Mais pour elle, il est clair qu'elle ne peut pas gérer seule ses sentiments, mais que son cancer du sein est l'affaire de toute la famille. En conséquence, avec son mari, elle a informé sa fille et son fils du diagnostic. "Je peux ainsi recevoir beaucoup d'amour et d'attention qui me tirent du gouffre", est-elle convaincue. Et elle peut donc exprimer ses peurs. Y compris la peur que Diana puisse aussi avoir un cancer du sein. "Mais bien entendu j'espère que rien ne se passera et, si c'est le cas, que la médecine aura tellement progressé qu'elle pourra vaincre tous les cancers." Evelyne trouve très important que Diana observe attentivement son corps et effectue régulièrement tous les examens de dépistage. Et elle accorde beaucoup d'importance à transmettre sa joie de vivre et son esprit combatif à sa fille. "Maman me donne l'exemple de ses valeurs et ce sont précisément celles que je veux transmettre à ma fille", confirme Diana. "Je m'émerveille de sa force et de sa capacité à se réjouir même des plus petites choses de la vie."

Actuellement, mère et fille ont une bonne occasion d'être heureuses : Diana se marie. Elles ont acheté ensemble la robe de mariée. Pour les hommes de la famille, elles garderont bien sûr le secret jusqu'au grand jour.



“L’amitié avec ma mère me fait du bien”

Anneliese (67 ans) et Annette (41 ans) ont grandi ensemble à travers leurs épreuves car elles ont eu toutes les deux un cancer du sein. “A présent, nous pouvons parler plus ouvertement de beaucoup de choses, car c’est les yeux dans les yeux”, ainsi Annette décrit-elle ses nouveaux rapports avec sa mère. Et cela, même si elles ont eu une expérience très différente de la maladie. Lorsque Anneliese a été opérée il y a 22 ans, elle a dû gérer relativement seule la perte de son sein et les suites du traitement. Certes, son mari et son gynécologue l’ont soutenue, mais elle s’est parfois sentie infantilisée par le personnel soignant. A l’époque, le sujet du cancer était tabou dans le grand public. Même sa fille Annette s’est sentie dépassée par la situation. “J’avais déjà 19 ans, je m’intéressais quasiment à tout, mais pas à une maladie si grave” explique la jeune femme désormais âgée de 41 ans.

Annette n’a visité alors sa mère qu’une fois à l’hôpital. “Mon comportement l’a profondément blessée et aujourd’hui j’en suis sincèrement désolée.” Car aujourd’hui, Annette sait ce qui se passe dans la tête quand on est confrontée au cancer du sein. En octobre 2006, on lui a

diagnostiqué une tumeur à l’occasion d’un dépistage. Bien qu’elle ait toujours eu en tête qu’elle pouvait avoir le cancer, elle a vu le monde d’une façon totalement différente lorsqu’elle est tombée malade.

“Cela fut un choc, mes idées s’entrechoquaient et je me demandais si l’opération du sein, comme celle qu’avait subi ma mère, allait beaucoup entamer ma féminité, comment je m’en sortirais avec la chimiothérapie qui serait peut-être nécessaire, si mon mari allait me trouver encore attirante après tous ces changements, de quoi aurait l’air ma vie avec le cancer”, se souvient-elle. Annette n’a jamais eu peur de ne pas survivre. “Dès le départ, j’ai été fermement convaincue que je pouvais vaincre la maladie” assure-t-elle. Sa mère a pu comprendre ses convictions et ses peurs.

Après l’opération, la mère et la fille ont commencé à se rapprocher. Aujourd’hui, elle parle de beaucoup de choses, ce qui jusqu’à présent n’avait pas encore été dit, démarrent des projets communs dont elles peuvent profiter à fond.

“Ma mère aurait été prête plus tôt pour ce genre de choses, mais elle n’osait pas s’y attaquer de peur d’être rejetée”, explique Annette. “Je devais d’abord comprendre le bien que pouvait me faire mon amitié avec ma mère”, admet-elle. Annette s’est donc aussi sentie enrichie par l’expérience de son cancer.

“La maladie comme une chance à saisir, avant, cela sonnait creux pour moi. Mais cela est si vrai qu’il faut bien le comprendre car ensuite c’est encore plus beau de vivre”, assure-t-elle. ■

Cancer and the City

Que se passe-t-il quand une New-Yorkaise, éternelle célibataire enfin amoureuse, se découvre une tumeur au sein ?

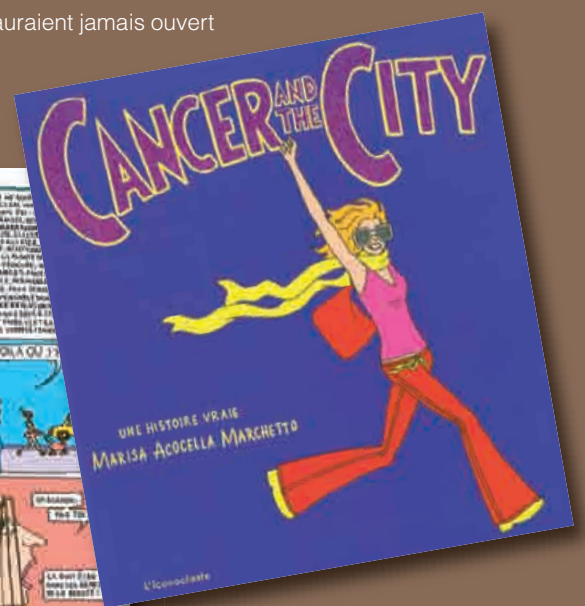
Marisa Acocella Marchetto est illustratrice. A 43 ans, elle est au top de sa carrière et de sa vie amoureuse. Elle mène à Manhattan la vie branchée d’une héroïne de Sex and the City. Soudain tout bascule : elle apprend qu’elle est atteinte d’un cancer du sein.

Avec un graphisme décapant, entre rires et larmes, elle raconte son combat puis sa victoire contre la maladie. Son livre est vivant, surprenant, souvent drôle et poignant à la fois. Marisa n’oublie jamais son humour, sa féminité, sa créativité.

Onze mois dans la vie d’une femme, où il est question d’amour, d’amitié, de shopping, de travail, de dîners, de lofts, de relations mère-fille.. et de cancer.

Un livre plein d’énergie et d’optimisme, “à lire absolument par tous ceux qui n’auraient jamais ouvert un livre sur le cancer”.

Edition L’Iconoclaste
Marisa Acocella Marchetto



Parée avec un paréo !

Mettez un zeste d'alizée et une touche vahiné dans vos vacances...

Assortissez votre maillot de bain Amoena à un paréo. Ce petit bout de tissu imprimé devient un incontournable de la mode estivale et peut être porté du matin au soir. Son mode d'emploi est simple : il s'enroule autour du buste et descend le plus souvent juste au-dessous des genoux, il peut se porter aussi au niveau de la taille. Le paréo original se caractérise par ses couleurs vives, mais il se fait aujourd'hui aussi dans des couleurs claires ou intenses. Quant aux imprimés, vous avez le choix entre fleurs, feuillages, unis ou encore motifs géométriques : question de goût et de style. Vous pouvez choisir d'assortir votre paréo au maillot. Voici quelques idées pour le porter.

Pendant l'été, votre corps et votre cuir chevelu ont besoin de soins spécifiques, notamment si vous êtes en période de traitement.



Aury Catagirone
conseillère
en image personnelle

Les indispensables à ne pas oublier ! Vos lunettes de soleil, une protection pour la tête, votre crème solaire, des sandales...

Votre trousse beauté, durant les jours ensoleillés, si vous êtes en cours de traitement :

- savon sans savon (Syndet) pour laver votre corps si vous êtes en phase de traitement (Avène)
- crème hydratante peaux sensibles le matin avec un indice de protection solaire (Avène)
- crème nourrissante compensatrice nutritive le soir (Avène)
- huile à utiliser le soir, pour hydrater votre cuir chevelu (Huile précieuse de chez Nuxe)
- fluide hydratant protecteur solaire indice 50+ pour le visage (Avène)
- lait protecteur solaire indice 50+ pour le corps (Avène, L'Oréal, la Roche-Posay)
- auto-bronzant pour avoir le teint halé sans exposition solaire (Avène, L'Oréal, Mixa, Nivea, Lancôme)
- lait hydratant super hydratant (Estée Lauder)
- protecteur solaire labial (Vea liptotal, Avène)

A consommer sans modération !

Après soleil :

- shampoing nourrissant après soleil, si la repousse de cheveux est présente (Furterer)
- soin réparateur corps à base d'huile végétale d'argan et aloès (Sanoflore)

Tenue basique

Passez le paréo derrière vous et ramenez les extrémités vers l'avant. Croisez ces extrémités devant vous et nouez les coins sur la nuque.



Tenue basique revisitée

Passez le paréo derrière vous et ramenez les pans vers l'avant, en les passant sous les bras, en veillant à ce qu'un côté soit plus près de l'épaule que le second. Passez ce côté par dessus l'épaule et nouez les deux extrémités.



Tenue cocktail

Faites passer le paréo plissé sur le cou et ramenez les pans derrière. Saisissez les deux extrémités et nouez-les devant, entre les seins.



les amazones



Cette toute jeune association s'est fixé l'objectif de contribuer à faire changer le regard porté sur le cancer et à apprivoiser l'idée de cette maladie au travers de manifestations culturelles : expositions, publications, événements... Avec son premier projet, elle affiche d'emblée ses ambitions. Elle réunit une exposition itinérante regroupant une soixantaine d'œuvres dont 26 photographies.

Dora et Cy
Art Myers, photographe

s'exposent

Entretien avec la présidente de l'association, Anne Parent

La tribu des amazones

Anne, d'où est venue cette idée d'exposition itinérante en Europe ?

Depuis mon cancer du sein il y a 7 ans, j'ai rejoint les amazones, cette population invisible d'environ 200 000 femmes en France. A l'hôpital, quand j'ai su qu'on allait m'enlever un sein, j'ai voulu savoir à quoi j'allais ressembler. Je n'ai pu voir aucune image, personne ne m'a expliqué ce que j'allais devenir. Mais après l'opération, on m'a remis un petit livret qui disait : "Madame, vous êtes déprimée, vous ne vous reconnaissez plus (...)". Et pourtant, personne ne m'avait demandé ce que je ressentais face à cette métamorphose. J'en ai parlé avec mon chirurgien, qui m'a dit que si je ne me reconnaissais pas dans ce portrait, c'était toutefois le sentiment de la majorité des femmes opérées.



Aglaré
Christine Muller, peintre

Art Myers et ses belles amazones

Qu'est ce qui vous a aidé à accepter ?

J'ai eu la chance de découvrir dans les mois suivants des photos d'amazones prises par Art Myers, photographe et

médecin californien. Découvrir ces femmes, qui avaient perdu un sein – ou les deux – faisant paisiblement face à l'objectif, m'a ouvert des horizons inespérés... il y avait donc un au-delà du cancer du sein et de l'ablation! Il m'a fallu plusieurs mois pour accepter ma nouvelle image, pour adopter prothèse et soutien-gorge adéquat. On ne peut pas faire l'économie du temps... Confrontée à des sollicitations répétées de "me faire reconstruire" bien que je n'en ai pas éprouvé la nécessité, j'ai eu envie d'écrire un livre, témoignage de l'apprentissage de la différence ("Itinéraire d'une amazone", Cancer du sein, l'intime partagé, éd. Ellébore 2006). Puis l'idée m'est venue de tenter de faire changer le regard porté sur la femme qui a perdu un sein, l'amazone, de briser le silence qui l'entoure.

Selon vous, les femmes qui choisissent de ne pas "se faire reconstruire" ne sont pas comprises ?

La grande majorité des femmes touchées par une ablation du sein choisissent de ne pas se faire reconstruire (70 à 80 % d'entre elles). Pourtant les media parlent uniquement de la chirurgie reconstructrice.

Les amazones sont tabou en France, contrairement aux Etats-Unis, à l'Allemagne.

La reconstruction est d'abord psychique ?

L'idée même de perdre un sein est angoissante et génère la peur de ne plus être soi-même. L'absence de représentation du corps asymétrique accentue encore la difficulté. Il n'y aurait donc d'issue que dans la chirurgie reconstructrice. Ce que montre cette exposition, c'est qu'il y a une autre alternative. La "reconstruction" est de l'ordre du psychique, même si pour certaines femmes elle passe par une "reconstruction physique". Trop souvent on laisse entendre que la reconstitution du sein perdu va résoudre le problème, mais sans un travail psychique de remodelage de l'image corporelle, d'acceptation de la maladie et de ses traces, il n'y a pas de vraie "reconstruction", pas de réel apaisement possible. Entre le choc à l'annonce de la mastectomie et un bien-être retrouvé, il y a tout un cheminement.

Différentes, mais pas moins bien dans leur peau que les autres femmes...

Cela veut-il dire que vous ne comprenez pas celles qui font le choix de la chirurgie reconstructrice ?

Loin de nous l'idée d'être contre la chirurgie réparatrice, elle répond à l'attente de bien



Rameuse
Stéphanie Chardon, sculpteur

des femmes, nous voulons juste faire reconnaître que de nombreuses femmes ont accepté leur différence et ne souhaitent pas repasser par un parcours chirurgical éprouvant. Ce sont des femmes différentes qui ne sont pas forcément moins bien dans leur peau qu'avant la maladie comme le démontrent de nombreuses études réalisées aux Etats-Unis pour évaluer la qualité de vie des femmes après un cancer du sein.

Une première étude réunit et évalue l'estime de soi, l'image du corps et le "self-concept"* des femmes. Au travers de trois groupes témoins (femmes sans cancer, femmes ayant eu un cancer du sein avec ablation sans reconstruction et femmes avec ablation et reconstruction), cette étude comparative ne révèle qu'une seule différence.

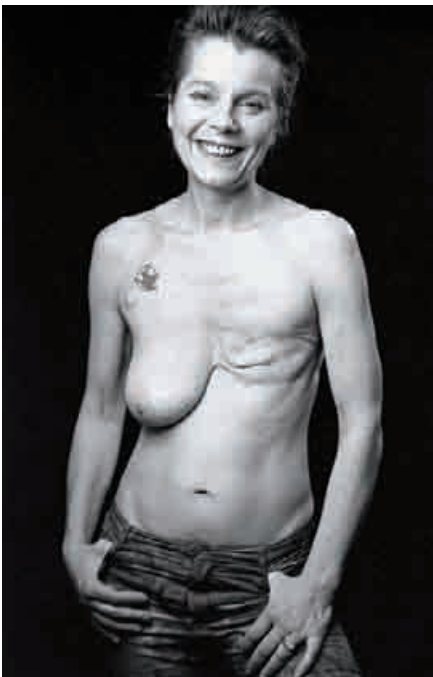
Les femmes non touchées par le cancer avaient globalement une moins bonne image d'elles que les femmes des deux autres groupes.

C'est vraisemblablement dû au fait que l'ablation d'un sein induit une prise de distance par rapport aux jugements normatifs, liberté à laquelle seule une minorité de femmes ont accès sans être passées par le cheminement de la maladie.

La conclusion de cette étude incitait les soignants à ne pas anticiper les réactions d'une femme confrontée à une mastectomie, l'idée toute faite d'une incontournable moins bonne image de soi s'étant révélée inexacte. (1)

Une autre étude montre qu'un an après une mastectomie sans reconstruction ou avec reconstruction, il n'y a pas de différence de satisfaction notable entre les femmes des deux groupes. Toutes font part d'une image du corps altéré. En conclusion, l'article conseille aux professionnels de la santé de se garder d'affirmer que la plastie mammaire apporte nécessairement un mieux-être. (2)

Une étude plus ancienne montre qu'entre quatre groupes de femmes, un témoin, un avec mastectomie sans reconstruction, un avec reconstruction immédiate, et le dernier avec reconstruction différée, on ne constate aucune différence notable dans le "self-concept". (3)



Pascale

Virginie Ribaut, photographe

Contrairement aux idées reçues, au-delà d'un an après la mastectomie, les femmes qui ont fait une reconstruction n'ont pas une image d'elles-mêmes significativement meilleure que celles qui sont restées amazones.

La perte d'un sein, si elle implique un remaniement intérieur qui demande du temps, n'est donc en rien un gage d'avenir sombre.

C'est une épreuve à surmonter, qui mobilise toutes les ressources de chacune, et dont on ressort en général avec un autre regard sur la vie.

Cette exposition en témoigne.

* que l'on peut traduire par évaluation de soi, image de soi.

1. PubMed Select 8002421 Health Care Women Int. 1994, Sep-Oct ; 15 (5) : 361-75.

2. PubMed Select 1261175 Plast.Reconstruct. Surg. 2003, march ; 111(3) :1060-8.

3. PubMed Select 8506164 Nurs res, 1993 May-June ; 42(3) : 153-7.

L'exposition les amazones s'exposent...

Cette exposition répond à ce manque. Des amazones ont choisi de poser à visage découvert, des Américaines avec le photographe Art Myers, et des Françaises avec Virginie Ribaut. Elles font passer un message de vie à celles qui vont vivre cette transformation.

D'autres artistes nous font aussi part de leur regard sur les amazones : des peintres comme Françoise Bailleul, Christine Muller, Viola Montenot, Dan Steffan ou Véronique Soriano ; des sculpteurs comme Gérard Bignolais, Monique Riond, Martine Salavize, Catherine Scellier ou Stéphanie Chardon avec ses émouvantes amazones à la toilette dont le visage, sous l'émail, semble vivant.



Déesses-mères

Catherine Scellier, sculpteur

Art Myers *Photographe*

Le travail d'Art Myers est très connu aux Etats-Unis, ses œuvres font partie de la collection permanente du musée des Arts Photographiques de San Diego et ont été exposées dans de nombreux musées américains. Ses photographies de femmes ayant eu un cancer du sein ont fait l'objet d'une publication : "Winged victory : altered images. Transcending breast cancer". Ce travail fut l'aboutissement de son expérience en tant que médecin, mais aussi comme frère et mari de femme ayant eu un cancer du sein. Le regard qu'il porte sur les amazones met toujours en valeur leur beauté.

Christine Muller *Peintre*

"Je peins. Je ne peux faire autrement. Les personnages, très vite, s'installent sur la toile et semblent me défier. Ainsi commence le long et étonnant voyage : trouver ce qu'ils ont à me dire. Je vais les étirer, les déformer, les disproportionner. Je vais les abandonner, les reprendre à nouveau. Je vais travailler sans relâche, les traquer, jusqu'à trouver leur fragile point d'équilibre, inventer leur musique, réinventer une autre symétrie, les rendre libres enfin... Assister, le souffle coupé, à leur renaissance, et les laisser partir..."

Les Amazones sont nées de cette beauté là, qui les rend uniques et les paysages qu'elles nous offrent, valent bien qu'on s'y arrête un peu. Ne faites pas de bruit. Regardez-les."

Stéphanie Chardon *Sculpteur*

"Mon travail parle essentiellement de la femme, dans tous ses états d'âmes, de morphologie. Parfois même des femmes au bord de la métamorphose (femmes qui se sentent pousser des ailes...). Mon travail sur le corps ne s'attache ni à la perfection

ni à l'esthétisme, même si au final "mes femmes" me semblent toutes dégager leur propre forme de beauté : la trace du temps, de la vie, ses attaques et ses déformations. Dès lors l'amazone, blessée dans son intégrité, touchée par le cancer, la femme qui se bat, assume, garde sa féminité et gagne, m'a profondément touchée. De par mon état de femme, de mère, je me suis sentie immédiatement concernée. Chacun son sac à malheur, mais au-delà de tout ça, aller vers la vie, la joie, le combat, l'espoir... "l'Amazonie" ..."

Virginie Ribaut *Photographe*

"J'ai toujours aimé raconter des histoires. Avec la photographie, j'ai trouvé le médium idéal. Je peux désormais écrire l'histoire d'hommes ou de femmes, qu'ils me soient proches ou étrangers. Une attitude, un regard nous en disent bien plus que les mots. Mis en scène ou sur le vif, je tente de capturer la beauté présente en chacun, de raconter une réalité, une personne."

Catherine Scellier *Sculpteur*

"La sculpture : J'associe par assemblage une structure métal brasé (travail à connotation masculine), à des éléments modelés en céramique raku et d'autres éléments en matériaux divers (bois, os, textile...) sur le thème de la représentation humaine femme-homme-couple, le tout schématisé, ramené à quelques pièces (un visage et deux mains) pour essayer de dire l'impalpable de la caresse, la fragilité de l'émotion. Tout cela vit dans un équilibre précaire comme un instantané de mouvement, comme un équilibre toujours remis en question. Enfin chaque sculpture est nommée, installée entre le quotidien et le mythe, entre la ménagère et la déesse-mère. Pour faire des sculptures pour vivre, pour rire de soi, pour toucher l'autre ne jamais tout dire, effleurer, laisser la porte ouverte sur un sourire, du côté du ludique, du décalé."

Calendrier de l'exposition

22 septembre au 12 octobre 2008 : DUCHE DU LUXEMBOURG, Galerie Beim Angel

14 octobre à mi-novembre 2008 : PARIS

Mi-novembre-décembre 2008 : INSTITUT GUSTAVE ROUSSY à Villejuif (à confirmer)

Les villes qui souhaitent accueillir l'exposition peuvent s'adresser à l'association pour avoir toutes les informations nécessaires.

Les Amazones s'exposent / Association loi 1901, reconnue d'utilité générale, créée en février 2007 à Paris / 5 rue Bailly 75003 Paris / Tél : 01 42 77 30 85

annick.parent@wanadoo.fr / cotisation 2008 : 10 €



Accompagner pour emprunter

Nous vous remercions de vos très nombreux courriers. Beaucoup d'entre vous nous interrogent sur l'accès au crédit en étant malade ou en ayant eu un cancer. Pour vous apporter des éléments de réponse, nous avons rencontré le docteur Marc Keller, oncologue, délégué aux Affaires Médico-sociales et Internationales à la Ligue nationale contre le cancer.

Pourquoi est-il si difficile d'avoir accès aux emprunts en étant malade ?

L'accès au crédit, souvent conditionné par l'obtention d'une assurance, reste encore un vœu pieux pour de nombreuses personnes malades ou handicapées qui présentent, selon l'expression consacrée, un "risque aggravé de santé". L'avenir semble toutefois placé sous de meilleurs auspices grâce à la convention AERAS.

La convention AERAS (s'Assurer et Emprunter avec un Risque Aggravé de Santé), en vigueur depuis le 6 janvier 2007, a pour objet de proposer le plus grand nombre de solutions pour permettre aux personnes ayant ou ayant eu un problème grave de santé d'emprunter.

Elle met en place un dispositif d'ensemble tendant à élargir l'accès à l'emprunt et l'accès à l'assurance des personnes présentant un risque aggravé de santé. Elle concerne les prêts professionnels, immobiliers et les crédits à la consommation.

Quelles sont les principales avancées par rapport à la précédente convention ?

La convention AERAS offre davantage de transparence, la prise en compte de la couverture du risque invalidité et la création d'un mécanisme de solidarité en faveur des emprunteurs, sous condition de ressources.

Vous dirigez le service Aidéa. De quoi s'agit-il ?

Le 18 septembre 2006, simultanément à la signature de la convention AERAS et conformément à ses engagements, la Ligue Contre Le Cancer a mis en place le premier service téléphonique national.

Aidéa, est un service gratuit, confidentiel et anonyme animé par des professionnels qualifiés.

Une équipe de conseillers techniques spécialisés (banque, assurance...) aident les personnes qui présentent un risque aggravé de santé à constituer leur dossier auprès des assureurs. Ils peuvent également apporter une information et des orientations sur l'application d'un contrat d'assurance, l'application de la convention AERAS,...

Aidéa, c'est aussi un service médical bénévole et confidentiel (SMBC). Un réseau unique est à la disposition des appelants pour les aider dans la préparation du volet médical de leur dossier

dans le respect de l'éthique et de la déontologie médicale. Ce réseau est composé de oncologues bénévoles, experts auprès de la Ligue, exerçant sur l'ensemble du territoire national.

Il arrive que les appels se transforment en soutien psychologique. Aidéa s'appuie sur les 25 années d'expérience du service d'écoute et de soutien de la Ligue, animé par des psychologues cliniciens, pour prendre en charge ces appelants dans le respect de l'anonymat et de la confidentialité.

Aidéa bénéficie aussi du soutien d'une permanence juridique assurée par des avocats bénévoles mis à la disposition de la Ligue par le barreau de Paris. Ils aident les personnes qui ont des difficultés à faire appliquer leur contrat d'assurance, en cas de souci de santé notamment. Ils répondent à la sollicitation de certaines personnes par un conseil averti en cas de litige et les informent sur leurs droits et les recours possibles : recours amiable, médiateur ou référé AERAS...

Aidéa propose ainsi un accompagnement humain, technique, médical et juridique.

Les personnes bénéficiant du soutien d'Aidéa pourront présenter aux professionnels de l'assurance de leur choix un dossier complet augmentant leurs chances de concrétiser leurs projets.

Aidéa ne se substitue pas aux professionnels de l'assurance. Il ne fait aucun montage financier, aucune évaluation du risque, aucune tarification assurantielle et ne garantit en aucun cas une réponse favorable à une demande de prêt.

Ce service garantit la liberté de choix de l'appelant et la liberté de décision du professionnel de l'assurance.



prix d'un appel local à partir d'un poste fixe

du lundi au vendredi de 8h à 20h

courriel : aidea@ligue-cancer.net

site : www.aidea-ligue.net

permanence téléphonique juridique de la Ligue.
les mardis et jeudis matins de 9h30 à 12h30

Luna



belle et bien



Grado



Olivia



Garda

au quotidien

Liste des dépositaires
au 04 72 17 08 69
ou www.amoena.fr
rubrique dépositaires

Amoena France
9 rue du Château d'Eau
69410 Champagne au Mont d'Or

amoena

Amoena et Amoena Contact sont des marques déposées de Amoena Medizin Orthopädie-Technik GmbH ou de ses filiales.