

**Ateliers partagés
(malades et proches-aidants)**

Qi Gong: à Sucy en Brie 06 85 45 67 54

Art-Thérapie : Les mardis de **14h00 à 15h30** :
4 et 18 janvier – 1^{er} et 15 février – 1^{er}, 15 et 29 mars

Méditation : Les mercredis de **17h00 à 18h30** : 5 et
19 janvier - 2 et 16 février – 2, 16 et 30 mars

Ecriture : Les vendredis de **11h00 à 13h00 en
visioconférence** : 7 et 21 janvier - 4 et 18 février –
4 et 25 mars

Musicothérapie : Les vendredis de **11h00 à 12h00** :
14 et 28 janvier -11 et 25 février - 11 et 25 mars

Lecture : Atelier suspendu jusqu'à nouvel ordre

Soins de support pour les malades

Sophrologie : en présentiel tous les lundis de **14h à
15h30 (le 21 février et le 1^{er} mars, en fonction de la
participation)**

Pour les débutants : en présentiel tous les lundis de **16h
à 17h30 (le 21 février et le 1^{er} mars, en fonction de la
participation)**

Activité Physique Adaptée :
Les mercredis, de **10h30 à 12h00**

Groupe d'écoute thérapeutique : tous les jeudis de
14h30 à 16h30 (sauf le 24 février)



**Soutien pour les Enfants de parent malade ou
décédé** : Les mardis de **17h30 à 18h30** :
11 et 25 janvier - 8 et 22 février - 15 et 29 mars

Sophrologie (proches-aidants) : Continuité d'un
groupe en zoom – **groupe en présentiel à partir de
janvier 2022 avec Béatrice WENCLAW** : 15, 22 et 29
janvier – 12, 19 et 26 février – 12, 19 et 26 mars

Les samedis de **11h00 à 12h30**

Groupe de parole de proches: Les samedis de
10h30 à 12h30 - 8 janvier - 5 février - 5 mars (avec
Aurore LIN-PINÇON)

Rencontre bimestrielle entre endeuillés : La
prochaine rencontre aura lieu le jeudi 27 Janvier 2022 de
19h00 à 20h30

Accueil-Familles-Cancer

La lettre d'infos N°19 – janvier 2022



**Le mardi 12 octobre 2021, s'est déroulée
la conférence «Nutrition et micronutrition
dans la traversée des cancers»**

**Nous remercions la ville de Saint
Maurice qui a mis à notre disposition la
salle des Familles dans laquelle a été
donnée une conférence sur la micro-
nutrition pour palier aux effets
secondaires de la chimiothérapie.**

**Les Forums des associations ont eu lieu le 4 septembre 2021 à
Chennevières et le 5 septembre 2021 à Saint-Maur avec le soleil !
Comme chaque année, les villes de Saint Maur, et Chennevières nous
ont accueilli et nous les remercions !**

**Dans le cadre de la campagne Octobre Rose notre association a été mise à l'honneur par le club de Hand-ball Stella à St MAUR, chaque but marqué
rapportant 5 € pour l'association AFCancer ! Merci à toute l'équipe pour sa générosité et son engagement.**



**La journée Autonomie s'est tenue le vendredi 19 novembre 2021 à la Maison du
Hand-ball à Créteil, notre association était sur place, suivie d'une table ronde
animée par notre Présidente, Madame Michèle MONVILLE.**



Evènement



**Un concert chorale aura lieu le 13 février 2022 à l'église Saint-
François de Sales, place d' Adamville
Venez nombreux !**



L'actualité de l'Association

**« Sophrologie en musique - A l'écoute de soi » un nouveau type d'atelier, alliant deux disciplines qui présentent des objectifs communs :
notamment aller vers la détente et faciliter la parole à travers la verbalisation des ressentis. Nous aurons plaisir à poursuivre ce projet en
élaborant d'autres séances pour l'année 2022 (Christelle DE BONIS et Antoine DESMARS)**



Et aussi l'atelier « Lecture à voix haute »

Lecture de textes courts et variés. Travail sur la diction, la voix, l'articulation et l'intention de l'auteur. Les propositions des participants sont bienvenues. Aucun prérequis, juste aimer la lecture !

IMPORTANT : Cet atelier est suspendu jusqu'à nouvel ordre.



Quelques rappels :

Nos rencontres entre endeuillés perdurent

C'est dans une ambiance chaleureuse et bienveillante que nous nous sommes encore retrouvés ces derniers mois. Ces rencontres aident au travail de deuil et à la reconstruction.

La prochaine rencontre aura lieu le jeudi 27 janvier 2022

Les soirées

"Rencontre entre endeuillés"
ont lieu tous les 2 mois un **jeudi**
de 19h à 20h30



Ateliers sur rendez-vous



L'accompagnement au "retour à l'emploi"
Atelier Hypnose



Et aussi ...

- ✓ La maladie peut être source de paupérisation. JL Durand-Mugnier propose des entretiens individuels d'aide à la réflexion sur le budget et la gestion des biens de la famille.
- ✓ Le service de transport FILIVAL permet aux personnes handicapées (sur dossier auprès de FILIVAL) de bénéficier d'un service de transport adapté de porte-à-porte dans toute l'Ile-de-France pour des trajets réguliers ou occasionnels.

Nous remercions chaleureusement la société SEET-TFC pour le remplacement des radiateurs à titre gracieux dans notre local. www.seet-tce.fr

Nous remercions aussi le bailleur 3F pour la prise en charge financière du remplacement de la porte endommagée.



ADHESIONS ET DON : VOUS POUVEZ SOUTENIR NOTRE ACTION aussi par CB !

Retrouvez sur notre site www.afcancer.fr, le formulaire de don et/ou d'adhésion que vous pouvez nous retourner accompagné de votre règlement au siège de l'association : **Accueil-Familles-Cancer - 7 Place Galilée - 94100 St-Maur-des-Fossés**. Nous vous remercions par avance de votre soutien, témoignage de votre attachement à notre action.

Association loi 1901 subventionnée par la ville de Saint-Maur des Fossés

