

## FAIRE UN DON

Donner n'est pas un devoir,  
mais UN PRIVILÈGE

APRES L'ENVOI est un lieu de soutien pour des personnes en traitement ou en fin de traitement. Aider son action, c'est permettre l'accompagnement et la réinsertion dans la vie active de patients.



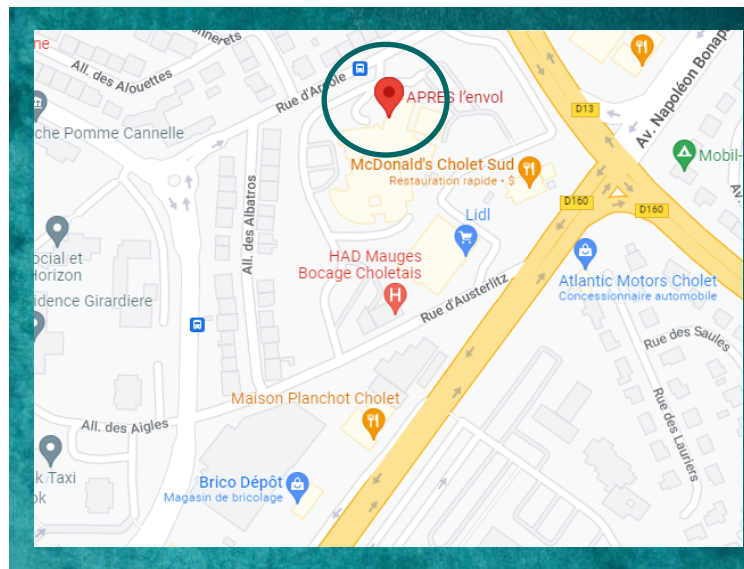
La générosité de chacun permet de construire un système solidaire, où chaque personne atteinte de cancer et ses accompagnants peuvent bénéficier d'un meilleur accompagnement, quelque soit leur niveau de revenu et leur origine psycho-sociale



## ADHÉSION

**10 euros par année civile/personne**  
Pour autant d'ateliers que vous désirez  
Inscription en ligne ou par chèque

## LOCALISATION



## NOUS CONTACTER

3 rue d'Arcole  
49300 Cholet  
☎ : 06.49.77.85.17  
✉ : [contact@apreslenvol.fr](mailto:contact@apreslenvol.fr)

Rejoignez-nous sur :

🌐 [www.apreslenvol.fr](http://www.apreslenvol.fr)

« Il n'existe pas de cause plus juste que celle de redonner de la valeur à l'humain »

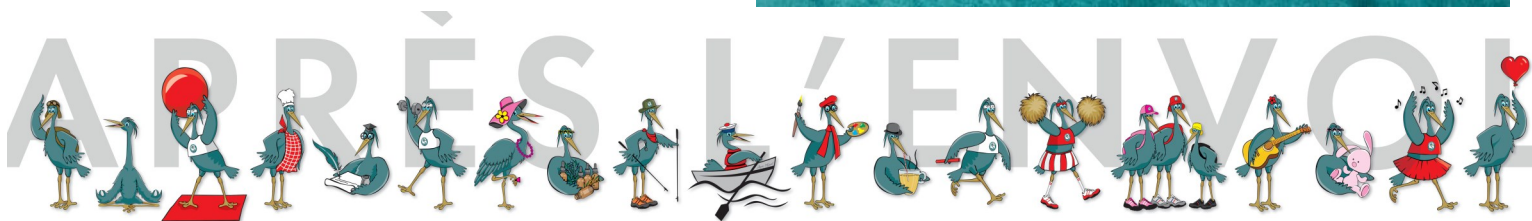
**+ de 12** POUR  
MIEUX  
ATELIERS VIVRE  
PENDANT ET APRÈS UN CANCER



& DES  
ÉVÈNEMENTS  
POUR  
SENSIBILISER



PLUS D'INFOS



# NOS ACTIONS

Après l'envol est une équipe de bénévoles au service des malades pendant et après un cancer.

Nos projets et actions sont une réponse au manque d'accompagnement lié aux défis de l'après-cancer et plus particulièrement aux besoins de reconnexion au corps et à l'image de soi.

Nous proposons divers ateliers orientés vers la nutrition, les émotions, l'activité physique et le Bien-être. S'occuper de chaque personne dans sa globalité apporte plus de bénéfice que de ne s'occuper que de sa maladie. Cet accompagnement permet de **rompre l'isolement et de réduire les effets psychologiques et physiques dû à la maladie.**

Pendant et après les traitements du cancer, de nombreuses séquelles physiques et psychologiques peuvent apparaître et persister plusieurs années. Souvent s'installent un sentiment d'insécurité, d'instabilité, et la peur du futur, ce qui empêche de se reconstruire sereinement.

**Se réapproprier son corps et renouer avec l'estime de soi sont essentiels pour retrouver un équilibre de vie, se réintégrer dans la vie sociale et professionnelle. Un besoin de l'après-cancer qu'accompagne APRÈS L'ENVOI**



# Notre mission est de prendre soin :

➔ Veiller sur chaque personne fragilisée par le cancer et s'occuper aussi bien d'elle que de ses accompagnants.

➔ Ecouter chacun, donner du temps à tous, présider à chacune de nos actions.

➔ Nous proposons des ateliers orientés sur les émotions, la nutrition, le bien être et l'activité physique.

➔ **En fonction des personnes et des besoins, des ateliers collectifs permettront d'avancer sur le chemin de la reconstruction.**



Sophrologie



Activités physiques adaptées



L'happy nous



Bien manger, plaisir et équilibre



Traces de vie



Dans'ce corps



Marche nordique



Gym douce



Massage sonore



Bulles de beauté



On s'exprime



Arts et relaxation

# NOS ATELIERS

## Nos évènements :

➔ MARS BLEU

Sensibilisation au Cancer colorectal

➔ COURIR APRES L'ENVOI

Course et marche Solidaire contre le cancer

➔ OCTOBRE ROSE

Sensibilisation au Cancer du sein

➔ MOVEMBER

Sensibilisation au Cancer masculin