



b
14

INITIATIVES
INSPIRÉES
en Bourbonnais

terredesbourbons.com

La Bourbonnaise pour elles







Je vois la ville en rose

C'est au printemps et c'est à Moulins. 1800 femmes de tous horizons s'échauffent frénétiquement sur de la musique électronique.

Après avoir « mis le feu à la Place d'Allier », dixit la créatrice de l'évènement Véronique Miallier, la vague rose se lance pour une distance de 5 ou 10 km, en marchant ou en courant, chacune à son rythme. Les plus sportives bouclent le parcours en moins de 50 minutes, mais est-ce la question ? Si course il y a, elle ne se mène pas pour la performance mais pour les femmes, ni contre le temps mais contre ce que certains appellent pudiquement « la maladie », comprenez le cancer.

« J'ai créé cette course en 2013, explique Véronique Miallier, alors que j'étais moi-même en traitement à Clermont-Ferrand. C'est quand j'ai constaté l'absence de soins de support à Moulins que j'ai pris la décision de faire quelque chose ».



Chacune a ses propres motivations pour participer à ce rendez-vous annuel et toutes les raisons sont bonnes !

Les soins de support, inventés en 2005, rassemblent un éventail d'aides aux personnes en traitement : apaiser les douleurs physiques ou psychologiques, retrouver le chemin de l'emploi, rompre l'isolement...

Mais pour offrir ces soins gratuitement, encore faut-il disposer d'un espace et de financements. La question du lieu dans lequel interviennent les psychologues, diététiciens, esthéticiens, ou encore coachs sportifs, fut réglée assez rapidement grâce à l'hôpital de Moulins-Yzeure qui met une vaste salle à disposition.

Restait la question du financement des soins. Véronique Miallier a dû imaginer une récolte de fonds : « Très honnêtement, j'ai fait un copier/coller de la Clermontoise (aujourd'hui Clermont en Rose, NdR). Les 10 000 euros de la première édition en 2013 m'ont permis d'ouvrir l'espace de soins dans la foulée ».





Ne dites plus jamais que « rien ne sent de couvrir »

La Bourbonnaise pour elles est un joli moment de sensibilisation, qui permet aussi et surtout de recueillir les fonds suffisants pour maintenir ouvert un espace de convivialité et de soins pour les malades en traitement.

Inaugurée en décembre 2013 dans la foulée de la Bourbonnaise pour elle, l'espace **Accanthe (Accompagnement - Cancer - Thérapie)** est finalement la principale raison d'être de tout ce déploiement d'énergie. Mais comme la fameuse partie immergée de l'iceberg, tout ce volet d'aide aux personnes en traitement du cancer a tendance à passer sous les radars malgré son efficacité et son absolue nécessité.

Le principe : « *Un lieu chaleureux et convivial qui accueille gratuitement n'importe quelle personne en traitement pour simplement discuter, mais aussi rencontrer des professionnelles de la remise en forme, du soutien psychologique ou de la diététique* », explique Véronique Miallier. Tous les champs, tous les besoins des malades sont ainsi couverts :

Retrouver l'envie de manger malgré les effets secondaires des chimiothérapies en préparant des petits plats, retrouver l'estime de soi et le goût de s'apprêter malgré la chute des cheveux avec une esthéticienne, se relaxer grâce au yoga, bouger ensemble et même retrouver une vie intime avec une sexologue. Et le tout dans une atmosphère de confiance et de délicatesse : « *Nous ne posons aucune question, ni sur leur pathologie ni sur les raisons intimes de leur présence ici. Lorsqu'elles sont prêtes à se confier, elles le font naturellement* ».

Jeudi 27 mars 2025,
Visite de Yannick Neuder
Ministre de la Santé.



Véronique Miallier (ci-contre) vient de parler au féminin, mais elle se reprend immédiatement pour insister sur le fait que l'espace Accanthe n'est pas réservé aux femmes.

Pourtant, seuls 10 % d'hommes fréquentent l'endroit alors qu'ils sont plus touchés par le cancer que les femmes.

« *La demande d'aide psychologique et d'aide en général n'est pas dans les gènes masculins* », constate-t-elle.

Dommage, car si les activités proposées constituent une réponse pratique aux problèmes du quotidien, elles sont aussi le prétexte à se rencontrer pour briser une certaine forme de solitude qui guette les malades.

L'image du cancer est encore terriblement négative, trop de personnes atteintes ne savent pas à qui se confier, sans compter la longueur des traitements qui éloigne durablement de la vie professionnelle. « *Ici, les malades créent des liens, partagent et s'encouragent dans un cadre qui n'a rien d'hospitalier et où on ne croise pas de blouse blanche* ».

Car si l'espace Accanthe se trouve bien dans l'enceinte de l'hôpital, on y pénètre par une entrée latérale. Le bâtiment est excentré et éloigné des services de soins. Bref, rien ne rappelle de près ou de loin le milieu hospitalier et les contraintes des traitements.

C'est en toute décontraction et en toute tranquillité que l'on vient ici pour se faire du bien et faire du bien aux autres participants.





Accanthe

L'espace d'accompagnement thérapeutique



b
19

Deux messages (importants) aux médecins généralistes

1 FAITES CONNAÎTRE L'ESPACE ACCANTHE

Bien que l'espace ACCANTHE soit la seule structure de ce type sur le bassin de Moulins, les médecins généralistes ne lui adressent quasiment aucun patient, tout simplement parce qu'ils en ignorent l'existence.

2 PENSEZ AUX BILANS INTÉGRALEMENT PRIS EN CHARGE

Autre information : depuis 2 ans, l'ARS a mis en place un parcours de soins spécifique. Sur prescription de leur généraliste, les malades peuvent bénéficier gratuitement d'un bilan d'activité physique, psychologique ou diététique. Le forfait se monte à 180 euros par an.

Une meilleure prise en charge pour les suites de cancer du sein

Certains traitements ou dispositifs seront désormais pris en charge par l'Assurance maladie : tatouage médical (zone de l'aréole) après ablation des seins, renouvellement des prothèses mammaires, sous-vêtements adaptés au port des prothèses mammaires. La liste exacte doit encore être spécifiée par arrêté. La loi a été adoptée après lecture des rapports de la commission des affaires sociales, dont celui de Yannick Monnet, député de la première circonscription de l'Allier.

(Loi du 5 février 2025)



NOUVEAU !

En partenariat avec **Matthieu JEGOU** (Radio Instant M.) nous vous proposons un podcast de 30 min. sur cet article, à écouter gracieusement sur notre site www.terredesbourbons.com

Respirer

Gym Oxygène, un moment précieux

Tous les mercredis à 11 heures (hors vacances scolaires), les volontaires se retrouvent aux Ozières, aux Champins ou sur la via Allier pour 60 minutes de marche active ponctuée de renforcement musculaire. Pour des raisons autant physiques que psychologiques, raisons propres à cette maladie, la démarche est parfois difficile. Mais dans le petit groupe, personne ne regrette d'avoir osé. Des liens durables d'amitié et d'entraide finissent par se tisser : « *On prend des nouvelles les unes des autres, on se voit en dehors des activités, on échange sur nos traitements, le tout dans la bonne humeur* ».

Tout cela sous la houlette bienveillante d'Aurélie Sellot, éducatrice sportive en activités physiques adaptées, du Comité Départemental d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire de l'Allier. Cette structure départementale est celle qui encadre 74 clubs de gym, de marche, de pilâtre, de stretching... (et j'en passe !).





Faire la paix avec son corps

b
21



Dans l'atmosphère feutrée de la petite cellule de massage, le combat contre la douleur se mène tout en délicatesse. Emanuel (ci-contre) vient pour la 1^{re} fois.

Depuis l'arrêt des chimiothérapies, même avec la quasi disparition de la tumeur et la morphine, les douleurs sont difficilement supportables. Il appréhende surtout la position allongée, particulièrement pénible. Laurence Duvergne l'accueille, l'installe, lui passe doucement la consigne essentielle « *Tâchez de bien revenir à l'instant présent lorsque vous sentez votre esprit partir un peu loin* ». Quarante minutes plus tard, Emmanuel se relève, très ému d'avoir pu oublier la douleur : « *Je suis impressionné, c'est bluffant. Quelque chose qui fonctionne, ça redonne le moral* ».

En savoir +

Espace thérapeutique ACCANTHE
Centre hospitalier de Moulins-Yzeure
43 cours de Bercy
Pavillon Chantemesse
03000 Moulins

Accanthe à Moulins

07 89 91 68 27
labourbonnaisepourelles@gmail.com

Onco and co. à Vichy

07 77 30 84 62
oncoandco@gmail.com

Entraide cancer du sein à Montluçon

07 86 38 25 63
entraidecancerdusein@gmail.com