

# Une bouffée d'air contre le cancer

**ASSOCIATION** / Rire, parler et se détendre. C'est la vocation de l'Espace mieux-être de l'association Ecoute cancer réconfort. Et ça marche !



**L'**Espace mieux-être de l'association Ecoute cancer réconfort est un lieu d'évasion. Un cocon à l'abri de l'atmosphère froide et pesante des hôpitaux. Avec son doux parfum, sa lumière tamisée et ses couleurs chaleureuses, il respire la « zénitude » et la bonne humeur. Créé en 2009 par l'association, son but est d'améliorer le quotidien de personnes atteintes de cancer et de leurs proches. Diverses activités sportives, adaptées aux patients, y sont proposées comme la gym douce, le taï chi... Une aide physique, mais surtout morale. Vingt-deux bénévoles sont présents pour apporter leur soutien. « Nous n'obligeons jamais personne à parler de sa maladie. Nous sommes là avant tout pour écouter. L'essentiel, c'est de leur changer les idées pour s'évader », confie Valérie Barilaro, présidente de ECR. À l'époque, il s'agissait uni-

quement d'écoutes téléphoniques. « Nous avons compris rapidement que le rapport humain était primordial pour apporter un réel réconfort », rappelle Mado Petit, trésorière et bénévole, présente lors de la création de l'association en 1992. Des séances de relaxation et de méditation existent aussi. Katia, naturopathe, révèle toute leur importance : « Le but est de créer un espace de sérénité pour aider la personne à retrouver une unité émotionnelle et corporelle. J'essaie de leur apporter une bouffée d'air ».

Et pour cause. Des études ont prouvé que le moral jouait un rôle clé dans la guérison, d'environ 50 %.

**Des études ont prouvé que le moral jouait un rôle clé dans la guérison, d'environ 50 %.**

pace mieux-être redonne donc le sourire. « On ne sort pas d'ici en ayant pleuré », confie Annie, 72 ans. Elle y vient régulièrement. Suite au décès de sa fille, atteinte d'un cancer, elle a sombré dans une grave dépression. Ce lieu lui a redonné goût à la vie. « Je ne rate pas une occasion pour venir. J'en ai besoin. C'est devenu une addiction », s'amuse-t-elle. Patricia, retraitée, très rayonnante, est du même avis. Cela fait deux ans que son cancer est revenu. Pour elle, la maladie est abordée différemment que dans les autres associations. « Ici, il n'est pas question de s'apitoyer sur son sort. Au contraire, on plaisante, on parle de tout et de rien. Ça nous remet sur le chemin du naturel », ajoute-t-elle.

— ELOÏSE ROBERT

Contact : Valérie Barilaro,  
06 80 86 04 33. L'Espace mieux-être,  
L'Atalante — Bloc B, Rdc 1, Place Paul  
Baronetto. 06320 Cap d'Ail - Fontvieille.