

Espace
de ressourcement

BULLE D'ÊTRE

📍 Dinant



CHU
— UCL —
NAMUR

REMERCIEMENTS

*Une initiative
du CHU UCL Namur - Site de
Dinant, avec le soutien de la
Fondation contre le Cancer, la
Fondation Mont-Godinne et le
Fonds oncologique de Dinant.*



BULLE D'ÊTRE, UN ESPACE DE RESSOURCEMENT

Le trajet de soins des patients oncologiques a fortement évolué ces dernières années, tant au niveau des traitements spécifiques que de l'importance d'une prise en charge holistique.

Il est essentiel de considérer cette dimension complémentaire et indissociable des soins dits « classiques », afin d'améliorer la qualité de vie, le bien-être physique et psychologique des patients ainsi que leur capacité à mieux affronter la maladie et les traitements.

UN ESPACE DÉDIÉ

Avec Bulle d'être, le CHU UCL Namur propose aux patients confrontés au cancer :

- un espace dédié au ressourcement au sein de l'hôpital ;
- une équipe enthousiaste et pluridisciplinaire de professionnels de la santé ;
- des volontaires formés, encadrés et dynamiques.

LA GARANTIE DE L'EXPERTISE ONCOLOGIQUE ET DU SECRET MÉDICAL

L'espace « Bulle d'être » propose des soins individuels et des ateliers collectifs, dès l'annonce du diagnostic et jusqu'à un an après la fin des traitements.

Une participation de 2€ par soin ou atelier est demandée pour les frais de fonctionnement, à l'achat d'une carte pour 5 ou 10 soins/ateliers.

NOS ACTIVITÉS

DES SOINS INDIVIDUELS

Les massages

Des bénévoles initiés au toucher relationnel apportent une parenthèse apaisante par des massages du visage, des mains, des pieds ou du dos.

Les soins esthétiques

Pédicure, manucure, soin visage ou maquillage. Ces soins sont proposés pour vous permettre d'affronter au mieux les effets secondaires que certains traitements peuvent engendrer. Une conseillère en image corporelle peut aussi vous guider dans la recherche des couleurs et du style vestimentaire qui mettront en valeur votre silhouette et/ou votre visage.

L'hypnose

L'hypnose est un état naturel au cours duquel l'attention au monde extérieur est diminuée pour permettre à l'inconscient d'être plus présent et de percevoir de nouvelles ressources.

Le praticien en hypnose, par ses techniques, va vous permettre d'accéder à votre inconscient, et par des suggestions, va vous accompagner dans la recherche des ressources positives dont vous avez besoins pour procéder aux

changements que vous souhaitez pour votre bien-être.

La pratique de l'hypnose permet donc d'améliorer la confiance en soi, aide à gérer les émotions et les douleurs qu'elles soient physiques ou psychologiques.

La luminothérapie

Cette technique apporte une sensation de bien-être et un certain relâchement.

Elle permet d'affronter avec sérénité un examen, un traitement invasif, ou de mieux vivre un évènement ou un moment de vie stressant.

L'acupuncture

Issue de la tradition médicale chinoise, l'acupuncture désigne l'ensemble des techniques de stimulation des points précis du corps, principalement par la mise en place de fines aiguilles.

L'acupuncture permet de lutter contre certains effets indésirables de la chimiothérapie, de la radiothérapie et de la chirurgie, tout en apportant un soulagement psychologique. Elle permet de stimuler la vitalité et les défenses immunitaires et d'améliorer la qualité de vie.

DES ATELIERS COLLECTIFS

Les groupes de parole

Ces espaces d'échanges ont pour but de partager son expérience à l'aide d'un psychologue animateur (selon la demande)

Le yoga

Le yoga s'adresse à toutes et tous quel que soient la condition physique, l'âge ou le degré de souplesse.

Cette discipline unifie corps, esprit et âme par une alliance de techniques dont les bénéfices sont innombrables : retrouver et développer plus d'énergie, réduire le stress et l'anxiété, maîtriser ses pensées et émotions, acquérir une conscience de soi et une meilleure posture.

Les ateliers culinaires

Réalisation de recettes saines et équilibrées.

CHOISISSEZ
VOTRE FORMULE

SOUTENEZ-NOUS!

Réalisez un don pour le Fonds oncologique de Dinant sur le compte du Fonds Emile Salamon (place L. Godin 15 à Namur, info@fonds-salamon.be, +32 81 72 07 72) :

- IBAN BE 03 0011 0422 7384
(BIC : GEBABEBB) en mentionnant *Bulle d'être Dinant*.

Organisez un évènement de récolte de Fonds. N'hésitez pas à contacter la secrétaire du Département infirmier :

- secretariat.ddi.d@chuucnamur.uclouvain.be.

Devenez volontaire en contactant Jacques Gerardy, Responsable des bénévoles :

- jacques.gerardy@chuucnamur.uclouvain.be.



EN PRATIQUE

LOCALISATION

L'espace « Bulle d'être » se trouve au rez-de-chaussée, route 75.

INSCRIPTIONS

- +32 (0)82 21 24 31
- Tout désistement doit être communiqué à ce numéro au moins 24h à l'avance pour permettre à un autre patient de pouvoir bénéficier du soin/atelier.
- Toute inscription à un soin/atelier entraîne le prélèvement de 2€ sur la carte de réservation.

PARTICIPATION AUX FRAIS

Les cartes de réservation sont à payer à l'accueil central :

- 10 € pour 5 soins/ateliers ;
- 20€ pour 10 soins/ateliers.

INFOS

Bulle d'être

Site de Dinant (Saint-Vincent)

Rue Saint-Jacques, 501 - 5500 Dinant

- ✦ +32 (0)82 21 24 31
- ✦ Du lundi au vendredi

