



PROGRAMME D'ACTIVITÉS

19 SEPTEMBRE 2026 de 13h à 23h

APRÈS-MIDI DE RENCONTRES & SOIRÉE DE SOUTIEN « On voit souvent la fin des traitements. On voit rarement leurs conséquences invisibles. »											
SAMEDI 19 SEPTEMBRE											
12:45	ACCUEIL & OUVERTURE DES PORTES										
13:00-15:00	Atelier neurographie avec Catherine	Atelier Nutrition avec Maria	13:00-15:00	Manucure /soins mains avec Stéphanie	Massages dos / crâniens avec Audrée	"Venez tester votre âge biologique" avec Véronique		14:00-17:30	Massages visage / pieds avec Roxane	13:30-14:30	Conférence "Introduction aux troubles cognitifs" avec Nathalie
15:30-17:30	Atelier floral avec Nathalie	Atelier Nutrition avec Maria	15:30-17:30	Manucure /soins mains avec Stéphanie	Massages dos / crâniens avec Audrée		Réflexologie plantaire avec Catherine			15:30-16:30	Conférence "Cancer & retour au travail" avec Nathalie
18:00-20:00	APÉRO D'INATOIRE AVEC AMBIANCE MUSICALE										
20:00-21:00	PRÉSENTATION DE LA MAISON DE RESSOURCEMENT REVI-SENS ASBL : ENJEUX ET DÉFIS + TÉMOIGNAGES										
21:00-23:00	SOIRÉE DANSANTE AVEC DJ										
23:30	CLÔTURE										

ATELIERS

13:00 – 15:00

Atelier de neurographie avec Catherine

La neurographie est une approche créative de transformation, développée il y a quelques années par le Dr. Pavel Piskarev, un chercheur russe, architecte et psychologue. En reliant différentes disciplines, Pavel a créé une nouvelle méthode de travail sur soi, pleine de potentiel. Le dessin neurographique est une méthode visuelle et intuitive de transformation personnelle. Son principe : traduire vos pensées, émotions et intentions sous forme de lignes, de formes organiques et de couleurs en traçant des lignes courbes fluides (les « lignes neurographiques ») qui s'entrelacent pour représenter les connexions neuronales. L'action de dessiner et de colorier aide à libérer des blocages émotionnels, réduire le stress et stimuler la clarté mentale en reprogrammant certains schémas de pensée.

Maximum 8 personnes



13:00 – 15:00

Atelier sur la nutrition avec Maria

Cet atelier sera animé par Maria qui vous invitera à préparer des *energy balls* (petite bouchée sphérique et sans cuisson, faite maison ou achetée, qui sert de collation saine et nutritive) et à lire les étiquettes des denrées alimentaires.

Elle vous partagera également un tas d'informations précieuses en matière d'alimentation et des trucs & astuces pour manger équilibré et sainement

Maximum 8 personnes

15:30 – 17:30

Atelier floral avec Nathalie

Lors de cet atelier, Nathalie vous transmettra l'art de manipuler les fleurs, de sentir leurs parfums et de se concentrer sur une tâche créative contribuant à réduire le stress et l'anxiété. Vous repartirez avec une jolie composition à la fin de l'atelier.

Maximum 8 personnes

15:30 – 17:30

Atelier sur la nutrition avec Maria

Cet atelier sera animé par Maria qui vous invitera à préparer des *energy balls* (petite bouchée sphérique et sans cuisson, faite maison ou achetée, qui sert de collation saine et nutritive) et à lire les étiquettes des denrées alimentaires.

Elle vous partagera également un tas d'informations précieuses en matière d'alimentation et des trucs & astuces pour manger équilibré et sainement

Maximum 8 personnes



MASSAGES & SOINS

13:00-17:30

Manucure / soin des mains avec Stéphanie

Durée : 30 minutes par personne

Massage dos / crânien sur chaise avec Audree

Durée : 30 minutes par personne

"Venez tester votre âge biologique" avec Véronique

Équipée de son scanner scientifique, Véronique évaluera votre âge biologique en mesurant le taux d'antioxydants dans votre corps. Cette donnée est objective et précieuse pour optimiser récupération, performance et prévention du stress oxydatif.

Durée variable par personne

14:00-17:30

Massage visage / mains / pieds avec Roxane

L'objectif des massages proposés par Roxane est de stimuler certaines zones par des techniques de massage ciblées pour relancer l'énergie de ces zones, détendre les tensions et rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit.

Durée : 30 minutes par personne

15:30 – 17:30

Découverte de la réflexologie plantaire avec Catherine

Lors de cette séance individuelle, Catherine stimulera des zones réflexes sous les pieds pour améliorer votre bien-être général.

Durée : 30 minutes par personne



CONFÉRENCES

13:30-14:30

« Introduction aux troubles cognitifs pendant et après le cancer » avec Nathalie

Imaginez une sensation de brouillard qui ne dure pas deux minutes mais plusieurs semaines ou plusieurs mois. Que vous deviez gérer vos enfants, votre travail, vos rendez-vous médicaux, vos courses et votre vie quotidienne avec cette difficulté permanente. C'est ce que vivent de nombreuses personnes pendant et après un traitement contre le cancer. Ce n'est pas un manque de volonté ni un manque d'intelligence : c'est une conséquence bien réelle des traitements, encore trop méconnue.

15:30-16:30

« Cancer et retour au travail » avec Nathalie

Quand on parle de cancer, on pense spontanément au diagnostic, aux traitements, aux rendez-vous médicaux, aux effets secondaires... et bien sûr à la guérison. Mais il existe un moment dont on parle parfois beaucoup moins : celui où la vie est censée reprendre.

Et parmi les questions qui se posent alors, il y a celle du travail et il existe une différence importante entre être médicalement capable de reprendre le travail et se sentir réellement prêt à reprendre sa place dans le monde professionnel.