

# L'ESSENTIEL



Vivre Comme Avant est une association entièrement dédiée aux femmes atteintes par un cancer du sein.

Elle est animée par des femmes, bénévoles, qui ont toutes vécu un cancer du sein.

“ Nous l’avons vécu...  
...Nous pouvons vous aider ”

# NOTRE MISSION

« Juste un petit mot pour vous dire que je vais bien mieux ! Merci d'avoir été une oreille compréhensive et bienveillante au moment où j'en avais vraiment besoin »

Témoignage d'une patiente suite à un échange par téléphone

« Les patientes sont beaucoup plus paisibles après votre visite, plus sereines. Échanger avec vous qui avez vécu ce qu'elles vivent est un véritable réconfort et leur permet de se projeter dans l'avenir. Merci ! »

Témoignage d'une infirmière

## ACCOMPAGNER

Offrir un accompagnement personnalisé aux femmes atteintes d'un cancer du sein.

Rencontrer et échanger avec une femme qui a vécu ce qu'elles vivent, leur permet de se confier, d'oser dire la peur, l'anxiété, l'incertitude..., la difficulté des relations avec les proches..., de questionner sur l'après : la convalescence, la reprise du travail, un désir de grossesse ...

Rencontrer une femme qui « s'en est sortie », c'est aussi permettre à ces femmes de se projeter dans un avenir possible : la vie continue après le cancer. Et c'est un formidable message d'espoir !

Différents dispositifs d'échanges permettent à un maximum de femmes d'être en contact avec une bénévole pendant tout leur parcours de soins, y compris celles qui sont éloignées des centres de soin : visites pendant leur hospitalisation, échanges par téléphone, rencontres lors de permanence ou en ville.



## INFORMER

Le site [vivrecommeavant.fr](http://vivrecommeavant.fr) est dédié essentiellement aux femmes soignées pour un cancer du sein.

Elles y trouveront, dans un langage clair et bienveillant :

- des informations et des conseils pratiques sur le vécu de la maladie au niveau physique, mais aussi émotionnel, relationnel, affectif ... (la perte des cheveux sous chimiothérapie, l'image corporelle après une mastectomie, les relations avec les enfants, les parents, la gestion des émotions, la peur de la récurrence ...)
- des témoignages de bénévoles, ex-patientes.



# Octobre ROSE

## SENSIBILISER

Sensibiliser les femmes à la santé de leurs seins. Éveillez les consciences sur le vécu du cancer du sein, notamment lors d'Octobre Rose.

Dire et redire aux femmes que la prévention et le dépistage sont indispensables pour leur santé !

« Mettez toutes les chances de votre côté ! »

# EN QUELQUES CHIFFRES

## ACCOMPAGNER

Un réseau national de solidarité

+ de **100** femmes bénévoles formées et préparées

offrent un accompagnement personnalisé et un soutien émotionnel à

**7000** femmes atteintes d'un cancer du sein

**5000**

lors d'une visite pendant leur hospitalisation (chirurgie, chimiothérapie)

**1400**

lors d'un échange par téléphone

**600**

lors d'une rencontre pendant une permanence

Une présence dans **40** villes de France

**70** hôpitaux et cliniques partenaires

## INFORMER

+ de **30 000** visites sur le site [www.vivrecommeavant.fr](http://www.vivrecommeavant.fr)

+ de **80 000** pages vues

+ de **5000** abonnés sur les réseaux sociaux (Facebook et Instagram)

+ de **350** retombées presse

## SENSIBILISER

Le cancer du sein peut se manifester par des signes visibles que toute femme doit connaître

**9** signes à repérer en observant ses seins

C'est simple, naturel ...

Le dépliant expliquant les signes est disponible au format digital sur le site : [vivrecommeavant.fr](http://vivrecommeavant.fr)



+ de **5000** personnes sensibilisées

### Particuliers

Contacts sur les stands dans les hôpitaux, participation à des événements sportifs, marches, spectacles ...

### Salariés

Interventions en entreprises en présentiel ou en visio

### Etudiants

Kiné, ostéo, marketing, droit, dentaire ...

ON AIME DANS CETTE ASSOCIATION  
AIDER LES AUTRES  
**CRÉER DU LIEN**  
SE RENDRE DISPONIBLE  
**ÊTRE AUTHENTIQUE**  
ÉCOUTER AVEC RESPECT  
TENIR SES ENGAGEMENTS  
**ÊTRE SUPER ENGAGÉE**  
CROIRE EN L'AVENIR  
SE FAIRE DU BIEN  
PROFITER DE LA VIE  
SAVOURER LES PLAISIRS MINUSCULES  
**APPORTER DU RÉCONFORT**



**"Nos actions sont offertes aux milliers de femmes que nous accompagnons et qui ont tellement besoin de soutien, de réconfort et d'espoir ! Elles sont possibles grâce aux dons de très nombreux donateurs : particuliers, membres d'associations étudiantes, sportives, culturelles, de loisirs, commerçants, responsables d'entreprises grandes ou petites..."**

**Merci pour Elles !**

Pour toute information, conseil, témoignage, ou envie de devenir bénévole, envoyez un mail à : [communication@vivrecommeavant.fr](mailto:communication@vivrecommeavant.fr)