



ÉDITORIAL

"Le calme finit par revenir, car ce qui, modifiant notre état moral, nos désirs, est entré, à la faveur d'un rêve, dans notre esprit, cela aussi peu à peu se dissipe, la permanence et la durée ne sont promises à rien, pas même à la douleur." Marcel Proust

À l'Institut Rafaël notre mission est d'aider nos patients à retrouver confiance dans le renouveau toujours possible de leurs émotions, de leur corps et de leurs projets. Nos soignants, chacun avec son expertise, et tous en complémentarité, se consacrent à leur offrir ce rééquilibrage, pour que ce temps où coexistent plus que jamais espoir et peur, soit le plus confortable possible, psychologiquement et bien sûr physiquement.

Le thème aussi délicat qu'essentiel de la sexualité est à l'honneur dans cette douzième newsletter...

Nous vous souhaitons un très bel été et une agréable lecture !

Marie BARBOU
Docteur en psychologie
Rédactrice en chef de la newsletter

LE MOT DU PRÉSIDENT

Omettre d'évoquer la sexualité des patients de l'Institut Rafaël équivaldrait à envisager une guérison déséquilibrée. Que ce soit les rapports charnels, la sexualité sensuelle ou la relation de séduction, minimiser l'importance de la sexualité porterait autant préjudice à l'être social qu'aux équilibres du corps et de l'esprit. L'Institut Rafaël organise donc des ateliers et une prise en charge personnalisée, où l'amour comme le sexe ne sont pas tabous.

Les énergies corporelles étant à l'honneur dans cette newsletter, c'est l'occasion de saluer la reprise de nos activités sportives en plein air. La voile, le VTT, la pétanque, l'escalade, complètent parfaitement la vingtaine de disciplines sportives initiées cette année avec les patients de l'IR.

Pour que le corps et l'esprit fusionnent, méditation, yoga et art thérapies, ont brillé lors d'une retraite aussi riche en émotions que fédératrice.

Cette richesse de valeurs et de soins est l'essence de la santé intégrative promue à l'IR. Une deuxième session de formation en santé intégrative a permis à une quinzaine de soignants extérieurs, venant de toute la France, de goûter au plaisir des échanges interdisciplinaires et d'un enseignement passionnant.

Le récit de l'Institut Rafaël est un chemin dynamique, qu'il faut suivre pour se perdre dans sa profondeur.

Dr Alain TOLEDANO
Président de l'Institut Rafaël

Et la sexualité, que devient-elle...?

Catherine Adler Tal, notre onco-psychologue et onco-sexologue, répond aux questions de Marie Barbou, notre rédactrice en chef.



- Catherine, quelles sont pour vous les conséquences de la maladie sur la sexualité de nos patients ?

Alors tout d'abord il est primordial d'y aller au cas par cas, rien n'est plus intime que la sexualité qu'elle qu'en soit la forme (sensualité, tendresse, rapports, caresses...) et chacun réagit donc avec sa propre histoire, son propre fonctionnement. Nous savons bien que la sexualité est conditionnée par des facteurs tels que le rapport au corps, l'éducation, la religion, l'estime de soi, la vie psychologique et l'état de santé, mais il y a effectivement des réactions du corps et de l'esprit que l'on retrouve plus souvent que d'autres. L'impact principal est lié à l'envahissement de la maladie. Le patient doit intégrer ce qui lui arrive, particulièrement les premiers temps après l'annonce, il n'a plus de disponibilité psychique ou physique, or, pour une sexualité épanouie, pouvoir se laisser aller, lâcher prise est essentiel. Ce temps de consultation permet alors d'en parler, en toute sécurité et sans tabou.

- Expliquez-nous de quelle façon ces conséquences varient entre hommes et femmes ?

Je constate en effet une grande différence de vécu entre hommes et femmes, ce qui est assez logique. Pour les femmes, les traitements déclenchent souvent des effets secondaires tels que l'assèchement des muqueuses et une perte de libido, ce qui a pour effet un inconfort voire des douleurs lors des rapports. Le recours aux lubrifiants est alors une des solutions possibles.

Les hommes, sont atteints eux dans leur identité plus archaïque de "mâle", de ce fait ils ont plus de difficulté à parler de leur fragilité. Ils sont d'ailleurs souvent plus déprimés que les femmes par rapport à cette perte de désir ou de capacité, justement à cause de cette valeur fondamentale, ce non-droit à la non-performance.

- Rencontrez-vous des patients qui réagissent de façon plus inattendue ?

Bien sûr, je rencontre aussi des patients qui justement font émerger une grande pulsion de vie en réponse à l'annonce de la maladie, et voient leur désir augmenter. On peut également assister à de très belles évolutions dans le couple, je dis souvent que "le cancer ne rapproche ni n'éloigne, il révèle". Bien souvent, on observe quelque chose de cohérent dans l'investissement de la sexualité entre l'avant, le pendant et l'après maladie. Et pour certains, la peur de perdre l'autre, ou sa propre vie, est moteur pour cette formidable pulsion de vie qu'est la sexualité.

- Quels conseils donnez-vous à nos patients ?

Ne pensez pas à la place de l'autre ! Communiquez avec votre partenaire. Respectez le rythme de chacun, c'est essentiel. Les deux partenaires n'accueillent pas la maladie de la même façon et il est très important de pouvoir partager ses craintes, tout autant que ses désirs. Avoir recours à la masturbation peut être aussi un bon moyen pour reprendre confiance en soi, se réconcilier avec son corps, retrouver son désir et son plaisir, faire appel à ses fantasmes. On peut ainsi, à l'abri du regard de l'autre, se redécouvrir, être à l'écoute de ses sensations, pour ensuite, à son rythme, les partager.

Notre actualité, c'est aussi...

- Nous avons pu remettre son véhicule **Land Rover** au grand gagnant de la tombola Virtual Regatta !
- Les événements **Multisports**, portés par Ghislaine, notre responsable des Activités Physiques Adaptées se poursuivent avec plusieurs rendez-vous prévus autour de l'été, notamment le 30 juin une initiation à l'escalade avec Solenne Piret, et à la rentrée des initiations au golf et aux arts du cirque...
- Une sixième édition de notre "**Retraite Rafaël**" a eu lieu, cette fois sur le thème de "l'éveil des sens". Nos soignants Sheherazade, Ayala, Federica, Marie A., François-Marie, Paola, Léa et Sandrine, toujours aussi innovants et investis dans le bien-être de nos patients, ont pu leur faire bénéficier de leur magnifique complémentarité, dans un cadre exceptionnel près d'Angers.
- Une deuxième **Formation Santé Intégrative** a été organisée par notre directrice des soins Delphine Lichte-Choukroun. L'objectif de cette formation est de mettre en avant l'intérêt, pour soignants et patients, du travail en réseau, et ce, dans la prise en charge du cancer bien sûr, mais aussi pour toute pathologie chronique. Nos différents pôles sont présentés et nos soignants transmettent certains de leurs outils, accessibles à tous, notamment l'identification et le respect des postures thérapeutiques du côté soignant tout comme du côté patient, pour que chacun accompagne le suivi de façon constructive. (Pour plus de renseignements rdv sur le site sfoparis.com)



La remise du véhicule Land Rover



L'activité Multisports





La belle équipe de la Retraite Rafaël

REMERCIEMENTS

Merci à notre équipe de psychologues : Audrey Allain, responsable du pôle psychologie, Marion Brachet, Catherine Adler Tal, Sylvie Tiné Brissiau, Ruthy Harros Ginor, Marie Barbou et notre psychiatre Hélène Reinhardt, pour leur expertise et leur complémentarité.

Merci à Sophie Morello-Kuss, pour sa disponibilité et son engagement si précieux pour nous tous, soignants et patients.

Merci à tous nos soignants, toujours aussi investis et bienveillants.

Merci à nos patients, pour leur confiance renouvelée.

Et bien sûr...Merci à vous, chers donateurs, dont le soutien nous est si essentiel...

POUR FAIRE UN DON à l'Institut Rafaël, rendez-vous sur notre site www.institut-rafael.fr