



## **Les soins de support à distance : un accompagnement innovant essentiel pour les malades du cancer**

Depuis plus de 10 ans, l'association Une Luciole dans la nuit accompagne les malades du cancer et leurs proches avec un programme de **soins de support sur mesure**. Lors de la crise sanitaire, certains soins ont évolué pour être proposés à **distance en visioconférence**. Aujourd'hui, cette formule à distance s'impose comme une **solution pratique et efficace** pour de nombreux patients, comme en témoignent Laetitia et Aurélie, deux adhérentes de l'association.

[Je m'informe sur les soins de support à distance](#)

**Cancer et sexualité**



Le cancer  
bouleverse bien  
plus que le corps,  
il touche aussi  
l'intimité.

avec  
*Luciole*  
dans la nuit

## Cancer et sexualité : lever les tabous pour mieux vivre avec la maladie

Le cancer bouleverse la vie, et la **sexualité n'y échappe pas**. Trop souvent mise de côté, elle est pourtant essentielle dans le cheminement personnel et au sein du couple. Une Luciole dans la nuit a fait l'expérience d'un atelier collectif « Cancer et sexualité » pour accompagner ses adhérentes dans cette **redécouverte intime**. Animé par Mathilde Magnien, psycho-sexologue, cet atelier offre un **espace sécurisé** pour **poser des mots** sur les difficultés et ouvrir des nouvelles perspectives.

[Je découvre l'atelier cancer et sexualité](#)

## Réflexologie palmaire

Du nouveau dans la boîte à  
outils « bien-être cancer »  
d'Une Luciole dans la Nuit

avec  
*Luciole*  
dans la nuit

**La réflexologie palmaire : un nouveau soin de support dans la boîte à outils "bien-être cancer" d'Une Luciole dans la nuit**

L'association Une Luciole dans la nuit place l'**innovation au cœur de sa mission pour accompagner les malades du cancer**. Cette année, elle a soutenu Johanna Ohayon, podoréflexologue, dans le cadre d'une formation en réflexologie palmaire, réalisée en partenariat avec l'École de Réflexologie Plantaire de Paris. L'objectif : proposer un **nouveau soin dans sa boîte à outils « bien-être cancer »**.

Découvrez les bienfaits de la réflexologie palmaire en participant à l'atelier collectif du 01/04/2025.

**Je souhaite découvrir la réflexologie palmaire**



## **Re'source et vous : et si vous vous accordiez une pause rien que pour vous ?**

Face à la maladie, le corps et l'esprit sont mis à rude épreuve. **Prendre soin de soi**, s'accorder un moment de répit devient alors essentiel pour retrouver de l'énergie pour **mieux récupérer et mieux lutter**.

Grâce au **soutien financier de la CPAM 93**, Une Luciole dans la nuit propose tous les trimestres une journée Re'Source et vous à ses adhérents. Bâti autour d'une activité culturelle, ou un cadre apaisant, Re'source et vous est un moment suspendu, entre parenthèses, pour se ressourcer, respirer et se recentrer sur son bien-être.

Mardi 18 mars, nous nous sommes retrouvés pour une journée **Re'source et vous "cocooning"** au superbe Intercontinental Chantilly Château Mont Royal.

Bien-être, apaisement et douceur étaient au programme avec pilates, yoga, déjeuner bistrannique, spa et visite de l'établissement.

Une pause régénérante cinq étoiles pour retrouver énergie et sérénité.

La prochaine journée Re'source et vous est prévue en juin, surveillez notre agenda !

**Je découvre les journées Re'source et vous**

# Le cancer colorectal n'est pas une fatalité



## Mars Bleu : parlons du cancer colorectal !

Le cancer colorectal est le **2<sup>e</sup> cancer le plus meurtrier** en France. Appelé aussi cancer de l'intestin, il se développe lentement dans le côlon ou le rectum, souvent à partir de petites lésions appelées polypes.

Chaque année, plus de **17 000 décès** lui sont attribués. Pourtant, **dans 9 cas sur 10, il peut être guéri** s'il est détecté tôt.

**Un dépistage simple et gratuit existe** pour les 50-74 ans, tous les deux ans. Il est :

- **Facile à faire,**
- **Indolore,**
- **100 % pris en charge.**

Où se le procurer ?

- Chez votre médecin traitant
- En pharmacie
- En ligne : [monkit.depistage-colorectal.fr](https://monkit.depistage-colorectal.fr)

Pendant **Mars Bleu**, Une Luciole dans la nuit se mobilise pour la prévention du cancer colorectal. Retrouvez nos actions dans notre agenda en ligne !

Nous ne sommes pas impuissants face aux cancers, la prévention est notre meilleure arme !

Aidez-nous à agir en partageant cette information autour de vous !

[Je consulte le calendrier des actions](#)



