

Boite à outils



pour bien vivre avec une prédisposition aux cancers



**Psychologues en
consultation
dédiée**

Qui?
Psychologues
partenaires du
programme GENEAL

Quand? À la demande

Où? Dans les
établissements de santé
d'Alsace et de Lorraine
ou les Ligues contre le
cancer (67 et 68)

Pour tous les adhérents GENEAL
Liste disponible



**Groupe de
parole**

Qui?
-Anna HAMLAT (Psychologue) +
Nicolas TARIS (conseiller en
génétique) à Schiltigheim (67)

-Celine FRANCHETTO
(Psychologue) + Laura WEISS ou
Hélène ROMEMONT (cellule
Geneal) à Nancy (57)

Quand? Samedi, tous
les 2 mois
Dates sur la page Geneal

**Pour les femmes avec une
mutation sur les gènes
BRCA1 ou 2 ou PALB2**



Ateliers de mieux être

**Initiation à 5
techniques de
relaxation en
groupe**

Qui?
Fanchon GILLMANN,
coordinatrice Geneal

Quand? 1h,
Dates sur la page Geneal

Où? en groupe
Hôpital de Hautepierre
Strasbourg (67)
et Mulhouse (68)

Pour tous les adhérents Geneal

**Séance audio de
relaxation**
(sophrologie caycédienne et
hypnose)

Qui? Dr VIAL
(anesthésiste-réanimateur.
Nancy)

Comment?
[Programme GENEAL -
YouTube](#)

Quand? A réaliser sur 5
jours avant des actes
d'imagerie, une
opération, un rdv
médical important...
mais aussi à volonté
sans modération...

Pour tous les adhérents Geneal

Hypnose

Qui? Anna
HAMLAT
(psychologue)

Quand? 1h à la
demande dans
son cabinet

Où? Colmar (68)

Pour tous les
adhérents Geneal

**Atelier soin énergétique et
expression corporelle et
artistique**

Qui?
Claudia PELLARIN
<https://www.lesateliersdelareveilleuse.com/>

Quand? 1h30 à la demande
dans son cabinet

Où? ROSHEIM (67)

1 atelier financé par personne
pour s'initier à la technique

Pour tous les adhérents Geneal

Musicothérapie

Qui? Laure RICHY
[https://www.lachouette
musique.com/](https://www.lachouette musique.com/)

Quand? 1h à la
demande dans son
cabinet

Où? Strasbourg (67)

1 atelier financé par
personne pour s'initier à
la technique

Pour tous les adhérents Geneal