

La Vie-Là sera fermée les 20 et 21 juillet

La Vie-Là

Activités du mois de juillet 2026



La Vie-Là offre un accompagnement selon le principe de la médecine intégrative à tous les patients traités en oncologie



La Vie-Là bénéficie du soutien de la Wallonie et de la
Fondation contre le cancer



Editeur responsable : Fondation privée la Vie –Là

Iss119 29/08/2024

Téléphone : 010/40 27 14 info@fondationlavie-la.org www.lavielaottignies.org

Notre philosophie

La Vie-Là est une « **maison de soutien** » ouverte à tous les patients (**hommes et femmes**) traités pour un cancer (quel que soit le type de cancer et quel que soit l'hôpital dans lequel ils sont soignés), depuis l'annonce du diagnostic, pendant toute la durée des traitements et un an après. L'hormonothérapie et la reconstruction ne sont pas considérées comme des traitements donnant droit à une prolongation des activités de la Vie-Là. La Vie-Là vous accompagne également en cas de nouveau diagnostic ou récurrence. Les personnes touchées par des cancers chroniques ou incurables sont les bienvenues sans durée de fréquentation limitée.

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter Muriel et Coleen afin que nous puissions vous entendre et vous accompagner au mieux.

Elle y offre depuis septembre 2013 une prise en charge globale selon **le principe de la médecine intégrative**

Nos objectifs

- **Améliorer la qualité de vie**
- **Réduire le taux de récurrence et améliorer les chances de guérison**
- **Créer un lien social**

Afin qu'il y ait de la place pour tout le monde:

- Les rendez-vous sont proposés dans le mois coulant uniquement
- Les rendez-vous de photodynamique sont proposés dans le mois uniquement
- Les soins individuels sont limités, dans la mesure des disponibilités, à un soin par semaine par patient
- Chaque patient ne peut prendre qu'un rendez-vous à la fois pour un soin individuel de thérapie manuelle ou soins visage. Il est tout à fait possible de prendre un rendez-vous additionnel en coiffure, fleurs de Bach, coaching émotionnel ou reprise de travail, sophrologie, nutrition.
- Les ateliers collectifs sont limités à une participation par mois uniquement pour le patchwork up-cycling et l'atelier floral.

Les patients et leurs proches sont les bienvenus pour un moment d'écoute du lundi au vendredi, de 9h à 17h, sans rendez-vous.

Les massages et thérapies manuelles

Les soins de massage et thérapies manuelles ne peuvent être réservés qu'un seul à la fois. Un délai de 72 heures doit être respecté entre deux de ces rendez-vous.

Massages

avec Bonbon Malengreau, André Demarque, Christine Du Breuil, Philippe Panis, Gaby Tack, Laurence Rouxhet, Claire Vercruysse, Anne Paternotte, Michèle de Boe, Alain Scheuren, Nadine Melange, Aurélie Masoin, Manuella de Hemptinne, Cecilia Van Daele, Nathalie Elinx, Bénédicte Bodeux, Catherine Leroy, Annick Vernail, Sara Dekeyser et Aurélie Laporta

Fasciathérapie

avec Diane van der Straten et Claude Hubert

Trager

avec Marianne Larondelle, Véronique Pertusot, Pauline de Kerchove, Martine Morimont et Marie-Claire Morant

Réflexologie plantaire

avec Pascale Lambert, Christine Haulotte, Annick Vernail, Laurence van de Werve, Marion Koep, Anne Cuignet, Claire Vercruysse, Monique Petitjean, Anne Paternotte, Nathalie Keustermans, Cecilia Van Daele, Manu Reuss, Catherine Kornis et Nicolas Noisette

Acupression

avec Françoise De Backer et Pascale de Nève

Shiatsu

!!!NOUVEAU!!!

avec Nathalie Gautron

Le mercredi 8 juillet, sur rendez-vous.

Le shiatsu est une méthode japonaise utilisant les doigts et les paumes pour exercer des pressions sur des points spécifiques du corps. Le shiatsu repose sur l'idée que le corps peut accumuler des tensions qui peuvent conduire à des inconforts physiques mais également psychiques. La stimulation de la circulation peut alors soutenir le corps et libérer toutes les tensions. A l'issue du soin, le corps et l'esprit sont détendus et apaisés. Le soin se déroule habillé, dans des vêtements confortables. Il peut se dérouler sur un futon (tapis au sol), sur une table de massage, ou une chaise ergonomique.

Ateliers

Atelier couture

Avec Eveline Depré et Béatrice Gilbert
Le vendredi 24 juillet de 13h30 à 17h
En groupe de 8 personnes maximum.

Atelier création de bijoux

Avec Eveline Depré et Maria Roudakova
L'atelier reprendra en septembre.

Atelier peinture

Avec Florence Coche et Bénédicte Fallon
L'atelier reprendra en septembre.

Atelier crochet

Avec Caroline Dujardin
Le jeudi 23 juillet de 14h à 17h
En groupe de 8 personnes maximum.

Atelier floral

Avec Samina Hermann
L'atelier reprendra en septembre.

Atelier Journal Créatif

Avec Delphine Poncelet
Le jeudi 23 juillet de 14h à 16h30
En groupe de 8 personnes maximum.

Atelier d'écriture de récits de vie

!!!NOUVEAU!!!

Avec Yolande Timsonet
Les lundis 13 et 27 juillet de 14h à 16h
En groupe de 6 personnes maximum. Carnet et stylo nécessaires.

Pensé comme un espace ressourçant, convivial et sans jugement, cet atelier vous invite à écrire à partir de votre intériorité, de votre sens de l'observation, de votre vécu et de votre imaginaire. Aucune maîtrise particulière de l'écriture n'est nécessaire. Ici, pas de grammaire à surveiller ni de performance à atteindre. L'essentiel est de retrouver le plaisir simple d'écrire. Cet atelier s'appuie sur l'approche narrative, qui invite à se réapproprier son histoire. Écrire, c'est reprendre du pouvoir sur son récit : redonner voix à ce qui compte, même lorsque la parole se fait fragile. C'est aussi une manière d'habiter autrement l'instant présent, avec douceur et curiosité.

Atelier médiation animale

Avec Lizzie Pardon

L'atelier reprendra en septembre.

Atelier mémoire

Avec Martin Fonck

Le mercredi 29 juillet de 14h à 16h

En groupe de 6 personnes maximum.

Atelier couture patchwork et up-cycling

Avec Caroline et Liliane

Le mardi 7 ainsi que le mercredi 22 juillet de 10h à 13h

Afin de permettre un accès à tous, une seule inscription par mois par personne.

En groupe de 6 personnes maximum.

Thématique du mois : Cet été, voyagez avec élégance et confort et venez confectionner avec nous un coussin pour le train ou la voiture ou des pochons pour ranger vos chaussures et votre linge dans votre valise. Le sac du mois ? Un sac de courses pliable ultraléger qui trouvera sa place dans votre sac à main.



Atelier sashiko/broderie japonaise

!!!EXCEPTIONNEL!!!

Avec Caroline et Liliane

Le mercredi 1er juillet de 10h à 13h

En groupe de 9 personnes maximum.

Cette technique très simple sert à la fois à décorer, renforcer et/ou réparer des textiles. Elle s'inscrit parfaitement dans la philosophie du recyclage de textiles et de la lutte contre le gaspillage.



Nutrition

Atelier cuisine santé

Avec Caroline Cajot

L'atelier reprendra en septembre.

Conseil individuel en nutrition

Avec Anne Bontemps

Le lundi 13 juillet, sur rendez-vous.

Conseil individuel en nutrition

Avec Anna Nicolaou

Le jeudi 30 juillet, sur rendez-vous.

Démarches administratives

Vous avez besoin d'aide dans vos démarches administratives?

Sabine Dufrane se tiendra à votre disposition les jeudis 23 et 30 juillet, sur rendez-vous, pour vous aider à y voir plus clair et avancer efficacement.

Perruques, foulards

Des perruques, bonnets et foulards à donner sont disponibles à la Vie-Là. N'hésitez pas à vous renseigner à l'accueil si vous êtes intéressée. Nos accueillantes sont à votre disposition pour vous conseiller.

Soins esthétiques

Soins du visage

Sur rendez-vous avec Isabelle Navarra, Myriam De Reus et Souad Khaïal.

Soins onco-esthétiques

La perte des cheveux, le choix d'une perruque ou d'un beau foulard, ce sont des phases de la maladie pleines d'émotion. A la Vie-là, on accompagne et on conseille les patients pour qu'ils connaissent les meilleures solutions et gardent confiance.

Isabelle Navarra du centre d'onco esthétique 'Rester Femme', sera présente le lundi 27 juillet, sur rendez-vous.

Maquillage permanent

avec Nathalie Frédérick, sur rendez-vous.

Maquillage des sourcils AVANT ou APRES la chimiothérapie

Pour prendre rendez-vous, contactez Nathalie Frederick au 0470/29-18-75

Le maquillage permanent des sourcils est offert, par la Fondation Contre le Cancer, aux patients de la Vie-Là qui vont suivre un traitement de chimiothérapie à la Clinique Saint-Pierre.

Coiffure

Avec Sonia Jacowick, au mois d'août, sur rendez-vous.

Les rendez-vous de coiffure sont proposés à tous les patient(e)s, avec une priorité aux patient(e)s étant en chimiothérapie ou ayant reçu un traitement de chimiothérapie il y a moins d'un an. Lors des rendez-vous de coiffure, seules des coupes sont réalisées. Il n'est plus possible de réaliser des colorations.

Consultations en sexologie

La sexualité reste une thématique délicate à aborder dans notre société actuelle, et elle l'est d'autant plus en présence d'un cancer, tant cette maladie et la sexualité sont antinomiques. La sexualité fait pourtant partie de la qualité de vie des personnes atteintes par la maladie.

La consultation de sexologie peut être proposée à toute personne qui se questionne ou ressent une souffrance par rapport à sa vie affective, relationnelle et sexuelle dès l'annonce de la maladie. Elle se déroule sous forme d'entretien individuel (ou de couple) d'une durée de une heure et sans aucun examen physique. Son but est de permettre d'ouvrir le champ des possibles pour trouver une sexualité et une intimité satisfaisante et bénéfique pour la personne et son/sa partenaire.

Pour tout renseignement ou prise de rendez-vous, vous pouvez contacter Catherine au 0475/77-26-65

Renforcement du mental

Sophrologie

avec Luc Fermeuse

Les mercredis matins, sur rendez-vous.

Coaching mental et émotionnel

avec Nèle Heuson

Le vendredi 24 ainsi que le mercredi 28 juillet, sur rendez-vous.

Coaching mental et émotionnel

avec Sophie Gaudin

Les lundis 6 et 27 ainsi que le mercredi 15 juillet, sur rendez-vous.

Conseils Fleurs de Bach

avec Catherine Delbrouck

Le lundi 6 juillet, sur rendez-vous.

Que ce soit à l'annonce de la maladie ou en cours de traitement, nous passons par différents états émotionnels qui nous empêchent de vivre sereinement. Les Fleurs de Bach, élaborées par le Docteur Edward Bach, sont là pour nous aider à surmonter nos peurs, nos angoisses, nos doutes ; à dépasser les sentiments de solitude, de tristesse, de colère ; à nous recentrer sur nos propres besoins et ramener le calme à l'intérieur de nous. Simples d'utilisation, les remèdes floraux se prennent par voie orale et ne présentent aucune contre-indication avec tout autre traitement médical. Lors de consultations, nous prenons le temps de parler en tête-à-tête des émotions que vous traversez et sélectionnons ensemble la ou les fleurs appropriées. En fin d'entretien, vous repartirez, si vous le désirez, avec votre mélange de fleurs personnalisé.

Des vidéos explicatives des Fleurs de Bach ainsi que du déroulé d'une consultation sont disponibles sur notre site web.

Accompagnement avec l'arbre de vie

!!!NOUVEAU!!!

avec Yolande Timsonet

Cycle de 4 à 5 séances individuelles : sur rendez-vous.

Un parcours en douceur de 4 à 5 rencontres dans un cadre bienveillant et soutenant, pour revisiter son histoire, faire le point et retrouver un nouvel élan. Inspiré de l'approche narrative, l'Arbre de Vie utilise la métaphore de l'arbre pour mettre en lumière vos valeurs, vos ressources et vous inviter à :redécouvrir le fil conducteur de votre vie, clarifier ce qui vous porte et vous met en mouvement, donner cohérence et sens à ce qui semblait dispersé, éclairer la direction que vous souhaitez donner à la suite.

Accompagnement en récit de vie

!!!NOUVEAU!!!

avec Yolande Timsonet

Cycle de 4 à 5 séances individuelles : sur rendez-vous.

Le récit de vie propose un temps pour revisiter une période ou un thème important de son histoire personnelle. À partir de vos paroles, de vos souvenirs (parfois grâce à vos photos et objets), de vos liens et de vos moments clés, le récit est écrit par la personne qui recueille votre histoire, dans un texte fidèle à votre vécu. Ce cycle de 4 à 5 rencontres vous permet de garder une trace écrite d'un fragment de vie choisi, que vous souhaitez conserver ou transmettre à vos proches. Inspiré de l'approche narrative, cet accompagnement met en lumière vos ressources, vos valeurs, les forces mobilisées au fil de votre parcours. Le récit se construit comme une partition à deux voix, fondée sur une écoute attentive, bienveillante et respectueuse.

Relaxation au son de la harpe

!!!NOUVEAU!!!

avec Geneviève Versé

Les mardis 7 et 28 juillet, sur rendez-vous. Pensez à apporter votre plaid.

Après avoir identifié le ton de résonance en écoutant la voix parlée de la personne, nous avons le point de départ pour commencer à jouer. La pratique de la relaxation au son de la harpe, orientée vers la résonnance, cherche à refléter ce qui se passe pour la personne, au sein de son propre corps afin de retrouver un équilibre et un apaisement. La personne qui écoute la musique réalise à travers elle-même son propre 'soin' par les sons et les vibrations de la harpe et selon ses propres besoins. Afin d'être le plus confortable possible, le soin se déroule couché, non loin de la harpe; un plaid est vivement recommandé.

Ateliers pour les aidants-proches

Atelier d'expression « Serrons-nous la pince »

!!!EXCEPTIONNEL!!!

avec Emma Muselle de Scan-R, avec le soutien de la Fondation Contre le Cancer

Le jeudi 20 août de 14h à 16h

Si vous êtes un jeune de 12 à 30 ans touché(e) par le cancer, un proche, un jeune dont un parent ou grand-parent est atteint du cancer, n'hésitez pas à participer à un atelier d'expression avec Scan-R. Au programme, un petit moment pour vous permettre de vous exprimer comme vous le souhaitez (par écrit, audio, vidéo, dessin, ...) sur qui vous êtes et votre vécu. Votre proche, s'il est suivi à la Vie-Là, peut également se joindre au groupe, sur demande.

Vos productions pourront, si vous le souhaitez, se retrouver dans un livre que nous publierons en fin d'année avec la Fondation contre le Cancer. Parce que chaque voix mérite d'être entendue et écoutée, n'hésitez pas à vous lancer !

Envie d'en savoir plus sur le projet ? Voici son affiche :

ateliers d'expression
SERRONS-NOUS LA PINCE

POUR DES JEUNES ATTEINT-ES DU CANCER, LEURS PROCHES,
DES JEUNES TOUCHÉ-ES PAR LE CANCER D'UN-E PROCHE
ET LES PROFESSIONNEL-LES LES ACCOMPAGNANT

Jeunes atteint-es de cancer, (jeunes) aidant-es proches et professionnel-les

Format d'expression libre (écriture, audio, vidéo...)

Jusque fin octobre 2026

Au sein de votre structure ou dans nos locaux

Ce projet est organisé par **SCAN-R**

avec le soutien de **fondation contre le cancer**

emma@scan-r.be
messaline@scan-r.be

Activités physiques

Yoga - Exercices de respiration Avec Catherine Courrier et Manuela Adam

Les vendredis 3 et 10 juillet de 10h30 à 11h30

En groupe de 6 personnes maximum.

Pause yoga Avec Anne-Marie Lestrade **!!!NOUVEAU!!!**

Les jeudis 9 et 16 juillet de 11h à 12h

En groupe de 6 personnes maximum.

Une pause pour se recentrer et se détendre, en accord avec son souffle et son corps.

Yoga nidra Avec Stéphanie Ankar **!!!NOUVEAU!!!**

L'atelier reprendra en septembre.

Le Yoga Nidra, appelé yoga du sommeil, est une méthode de relaxation qui ressemble à une méditation guidée, avec une attention sur la respiration et le corps. C'est un voyage intérieur agissant sur tout le corps, allongé durant la séance. Il améliore, entre autres, la qualité du sommeil car au fur et à mesure de la session, l'esprit s'enfonce dans un état de semi-éveil afin d'en ressortir rechargé.

Danse et mouvement Avec Alix Wéry

Les lundis 13 et 27 juillet de 14h à 15h30.

En groupe de 6 personnes maximum

Séances de remise en forme douce Avec Nadine Quaeyhaegens

Séances collectives : Les vendredis 17 et 31 ainsi que le mercredi 22 juillet de 13h à 14h et de 14h à 15h, par groupe de 6 personnes maximum.

Le programme comprend des exercices musculaires, de respiration, de flexibilité et de cardio, suivis d'une courte méditation, parfaitement adaptés aux personnes atteintes de cancer.

5

Exercices pour se sentir mieux

- Allez-y doucement
- Promenez-vous chaque jour
- Augmentez l'activité physique après quelques semaines

1. Respiration Profonde



Une main sur votre ventre et l'autre sur votre cœur. Inspirez généreusement. Maintenez l'inspiration. Expirez lentement. Répétez ce cycle 5 fois (ou plus).

2. Etirement latéral de la nuque

Penchez doucement la tête à gauche en cherchant à rapprocher l'oreille de l'épaule. Les épaules restent fixes. Ne forcez pas !!! Maintenez pendant 10 secondes, puis changez de côté. Répétez ce cycle 5 fois (ou plus).



3. Rotation de la nuque



Inspirez par le nez, en expirant, tournez la tête doucement vers la droite jusqu'à ressentir un léger étirement à gauche du cou, maintenez un instant. Ensuite, faites le même mouvement vers la gauche. Répétez 5 fois de chaque côté.

4. Haussement des épaules

Inspirez et monter très haut les épaules. Bloquez 3 à 4 secondes en haut, puis relâchez d'un coup en soufflant. Répétez cet exercice 5 fois.



5. Rotation des épaules



Inspirez et levez vos épaules vers vos oreilles pendant que votre ventre se gonfle. En expirant, faites rouler vos épaules vers l'arrière et vers le bas dans un mouvement circulaire. Répétez 5 fois et ensuite changer de direction.

Essayez un atelier « sport et relaxation » à **La Vie-Là**. Cet accompagnement holistique vous aidera à trouver un équilibre intérieur et un alignement tête, corps et cœur - *Parlez-en d'abord avec votre médecin.

Activités externes

Atelier potager avec Laurence de Callataÿ à la Rue du commerce, 9 à 1341 Cérroux-Mousty.

Le mercredi 8 juillet de 9h à 11h

En groupe de 12 personnes maximum.

Des après-midis à la carte pour se former à la permaculture et se ressourcer à Cérroux-Mousty. Chaque après-midi sera différente suivant la saison au potager. Vous repartirez avec les bons gestes et des conseils que vous pourrez directement appliquer dans votre jardin. L'atelier est accessible à tous. Il vous faut simplement emporter un carnet et de quoi noter, des gants de jardinage, des vêtements adaptés à la météo, des chaussures d'intérieur et d'extérieur.

Un numéro de téléphone si besoin le jour même: Laurence 0473/79 11 10.

Bain de forêt avec Emilie Vandenberg

Activité actuellement indisponible.

La marche Shinrin Yoku est caractérisée par la lenteur (1km/h). Un bain de forêt n'est pas une balade nature, ni une randonnée. Durant la séance, la guide vous propose des invitations pour vous aider à vous reconnecter à vos sens et à la forêt. La marche sera silencieuse mais des moments de partage permettront à chacun·e (qui le souhaite) d'exprimer ses ressentis, ses observations, ... Le bain de forêt se pratique en toute saison, dans le Bois de Lauzelle. Habillez vous en fonction de la météo, pensez à prendre un sac à dos avec boisson, collation, mouchoirs. La séance est limitée à 8 participant·e-s, accompagnants inclus. Vous pouvez venir accompagné d'un (seul) proche si vous le souhaitez. Dans ce cas, prévenez que vous serez 2 lorsque vous vous inscrivez.

Pour tout renseignement : Emilie 0498/63-55-38 ou <https://www.sousmespiedsleciel.be>

Aquajogging avec Zaina Semlali

Les vendredis à 19h30 à la piscine du Blocry à Louvain-la-Neuve

Si cela vous intéresse, contactez Zaina par mail : 1969zai@gmx.fr ou par gsm 0499/62-29-81

Cette activité est gratuite pour les patients de la Vie-là grâce au soutien de la Fondation contre le Cancer.

Activités de nos partenaires

Marche nordique accompagnée avec Gymsana

Les vendredis de 13h à 14h30 au parking du centre sportif « Jean Demeester », rue de l'invasion, 80 à 1340 Ottignies

Pour tout renseignement : Boris 0472/17-12-03

Exercice médecine avec Stimulus

Il s'agit d'une séance de mise en forme, parfaitement adaptée aux personnes atteintes du cancer . Cette activité requiert un feu vert d'un médecin. Le cours est accessible aux patients en traitement pour tous les types de cancer. Toutefois, les patientes et patients en traitement pour un cancer du sein ou de la prostate peuvent entamer une série de séances 'd'Exercice Therapy' à la Clinique St Pierre. Prière de vous adresser à votre médecin.

Caractéristiques du cours:

30 minutes d'endurance (marche, marche rapide, alternance course légère/marche), 20 minutes de renforcement musculaire en groupe , 20 minutes de renforcement musculaire sous forme de circuit, 10 minutes de travail sur l'équilibre, 10 minutes d'assouplissements. Le niveau de chacun est respecté. Les exercices sont adaptés à la condition physique de chaque personne et les patients reçoivent un carnet de suivi et d'entraînement.

Informations complémentaires :

- Les mercredis de 11h15 à 12h45 au Centre sportif Jean Demeester, salle -1 (80 rue de l'invasion, 1340 Ottignies) ·*
- Les jeudis de 16h15 à 17h45 au Centre sportif Jean Demeester, salle -1(80 rue de l'invasion, 1340 Ottignies) ·*

A prévoir : tenue adaptée à la météo (1ère partie à l'extérieur), essuie-mains, petite bouteille d'eau, chaussures d'extérieur et d'intérieur . A noter : Pas de cours pendant les jours fériés et congés scolaires.

Pour tout renseignement: www.stimul-us.be

Christophe DOHN: +32 (0)479/662983 et **Mathieu MARTIN:** +32 (0)486/724545

Événements externes

Concert de Sylvie Line

Sylvie Line reviendra avec un nouveau concert au profit de la Vie-Là le samedi 8 août prochain, dès 15h, à la Rue de Fonteny 30 à 1370 Saint-Rémy-Geest.

Le prix d'entrée est de 10€, en prévente à 8€. Uniquement sur réservation par mail : lecomte.sylvie07@gmail.com.

CONCERT SYLVIE LINE

AU PROFIT DE  la vie-là

 Samedi
08 août 2026

Rue de Fonteny, 30 à 1370
St-Remy-Geest





Avec la participation de :
Festy Oli, Elosylevent, Hygée Massages, Pause Cocoon

 15h00-19h00
ANIMATIONS POUR TOUTE LA FAMILLE (magie, jeux d'extérieur, château gonflable, activités pour les enfants)
EXPOSANTS - TOMBOLA
RDV BIEN-ETRE : SHIATSU, RELAXATION, MASSAGE ENCHANTE
BAR ET RESTAURATION
19h00 - Le Magicien Festy Oli
19h30 - CONCERT SYLVIE LINE

Uniquement sur réservation - le nombre de places étant limité - via www.sylvieline.com (contact) ou par mail : lecomte.sylvie07@gmail.com - Prix d'entrée : 10,00 € - en prévente : 8,00 €
Les rdv bien-être sont en participation libre mais sont à réserver impérativement

Editeur responsable : Sylvie Lecomte - 0496/21.08.69

Golf Against Cancer

Après son édition de juin, l'événement du Golf Against Cancer sera de retour au Golf du Château de la Bawette le dimanche 13 septembre. De quoi remplir votre agenda de rentrée !

Téléphone : 010/40 27 14 info@fondationlavie-la.org www.lavielaottignies.org

Photodynamique

Lampe LED à haute puissance

La Vie-Là est équipée de 3 lampes LED à haute fréquence Medisol (conseillère scientifique : Dr Muriel Creusot , dermatologue au Centre Dermatologique du Roy, Plancenoit)

La lampe émet une lumière monochromatique qui pénètre dans les tissus et agit sur le processus de réparation cutanée.

Cette technologie a plusieurs indications en oncologie :

- Diminution des effets secondaires de la radiothérapie (dermite post radique). On conseille une séance avant le début du traitement, puis 2 séances par semaine pendant le traitement
- Amélioration des cicatrices (dès que les fils sont retirés) : l'effet des LEDS permet une amélioration et une accélération de la cicatrisation par photomodulation cellulaire. Les effets bénéfiques sont également visibles sur les rougeurs, les inflammations , les douleurs.
- Amélioration de la repousse des cheveux après la chimiothérapie
- Amélioration du lymphoedème

Il s'agit d'une technique efficace et sans danger.

La séance dure entre 5 et 26 minutes en fonction de l'indication, et nécessite simplement le port de lunettes de protection oculaire.



Coin lecture

Nous sommes heureux de vous annoncer, depuis le mois de décembre 2025, un vent de fraîcheur pour notre coin lecture. En collaboration avec 2 librairies, la Page d'Après de Louvain-la-Neuve, ainsi que la plus grande librairie de Wallonie, La Librairie Molière, située à Charleroi, nous vous proposons de nouvelles lectures !

Le principe est simple, nous mettons gratuitement à votre disposition une sélection de livres récents pour accompagner vos moments d'attente ou de détente. Vous pouvez emprunter un livre, le ramener et/ou amener vos lectures récentes afin que chacun puisse en profiter à son tour. L'idée étant que les bibliothèques restent bien fournies et puissent servir au plus grand nombre !

De nouveaux livres seront ajoutés régulièrement, en fonction des arrivages de nos librairies partenaires. Notre coordinatrice, entre autres, ancienne libraire à la Librairie Molière, vous propose également des suggestions mensuelles sur base des livres disponibles à la Vie-Là et/ou des nouvelles sorties, directement dans la bibliothèque, grâce à de petits post-it coups de coeur.

Vous vous demandez sans doute quels types de livres vous pouvez trouver dans notre bibliothèque ? Des livres d'arts, de beaux livres de photos et de voyage, des romans contemporains, thrillers, policiers, témoignages, classiques, romances, livres de santé, livres de psychologie, livres de spiritualité, livres de vie pratique (cuisine, sport, arts créatifs,...) et bien d'autres ! Nous avons également une petite sélection d'ouvrages en anglais et/ou néerlandais.

Merci de contribuer à faire vivre cet espace de partage et d'échange !

Bonne lecture à toutes et tous !



Pour vous inscrire à une activité :

Téléphonez-nous ou passez à la Vie-Là

Adresse :

3 rue du Roi Chevalier

1340 - Ottignies LLN

Juste en face de la clinique, au rond point des urgences.

Grâce au bénévolat des intervenants et au mécénat, toutes les activités sont presque gratuites, afin que chacun puisse en bénéficier quel que soit son statut financier.

Nous vous demandons toutefois une participation minimale de **5 euros par activité**. Le montant demandé ne doit pas être un frein, si tel peut être le cas, veuillez contacter Muriel ou Coleen.

Un terminal Bancontact est à votre disposition pour le paiement des soins/activités.

Parking :

La meilleure solution est d'utiliser le parking de la clinique qui se trouve à proximité immédiate et pour lequel vous pouvez obtenir un badge au prix de 14 euros par mois.

Cela vous évitera de recevoir des procès-verbaux et d'occasionner une surcharge du parking dans la rue de la Vie-Là qui est réservée à la circulation locale.

Toutefois, si vous avez des difficultés à vous déplacer, vous pouvez vous garer sur le petit parking en gravier à droite de la maison.

Merci de ne pas vous garer sur le parking des immeubles voisins.

Nous vous remercions de respecter ces consignes !

Transport:

Si vous éprouvez des problèmes de transport pour venir à la Vie-Là, n'hésitez pas à nous en parler.

VOUS VOULEZ NOUS SOUTENIR ?

Choisissez votre formule de soutien

Sans déduction fiscale :

Effectuez un virement ou un ordre permanent sur le compte

BE65 3631 6247 0996 de la Fondation La Vie-Là

Avec déduction fiscale (à partir de 40€) :

Sur le Fonds des Amis de la Vie-Là hébergé par la Fondation Roi Baudouin

Effectuez un virement ou un ordre permanent (versement mensuel de 5, 10, 15, 20 € ou plus)

Compte bénéficiaire (IBAN) : BE10 0000 0000 0404

Communication structurée du Fonds des Amis de la Vie-Là : ****017/1920/00013****

Fondation Roi Baudouin— Rue Brederode 21 à 1000 Bruxelles

A noter : Dès que le montant annuel de vos dons atteint ou dépasse 40€, vous bénéficiez d'une réduction d'impôts. Votre attestation fiscale vous sera envoyée par la Fondation Roi Baudouin au premier trimestre qui suit l'année des versements. Pour bénéficier de la déduction fiscale, le don doit être fait sans contrepartie et ne peut être le résultat d'une vente ou d'une activité.

Faire un legs ou duo-legs :

Vous pouvez également faire un legs ou organiser un duo-legs en faveur du Fonds des Amis de la Vie-Là via la Fondation Roi Baudouin.

Si cette démarche vous intéresse, vous pouvez contacter Madame Victoire Dieryck par téléphone au 02/549-02-44 ou par mail à l'adresse dieryck.v@mandate.kbs-frb.be

MERCI POUR VOTRE GENEROSITE !