

Approches innovantes UTET CHU de Nantes

POUR QUI?

Pour les personnes atteintes de maladies chroniques ou de handicaps et pour leur entourage (parents, fratries, aidants...)

POUR QUOI?

- Pour vous accompagner afin d'améliorer votre qualité de vie.
- Pour renforcer vos ressources face à la maladie: gérer votre stress et vos émotions liés à la maladie, cheminer vers une acceptation de votre situation, entrer dans un processus de changement, regarder autrement votre maladie, etc.

ON VOUS PROPOSE GRATUITEMENT*:

Des activités créatives, corporelles et réflexives sous forme d'ateliers individuels ou collectifs

La Fabrique Créative de Santé vient en complément des programmes d'éducation thérapeutique et propose une démarche d'accompagnement qui comprend un entretien individuel, la pratique d'une activité et un entretien de bilan.

* une activité gratuite parmi celles proposées

créée en 2013

LE REVER



Y CROIRE AGIR

Financement :

Au départ: assos de patients + AFDET
Aujourd'hui: 1 mécène + 1 Projet de recherche national PREPS (370000 euros sur 4 ans)

Le défi : pérenniser !

Il s'agit d'une action innovante impliquant une équipe de l'Unité Transversale d'Education Thérapeutique et une équipe de recherche du CHU de Nantes

Association loi 1901
Fabrique Créative de Santé 2 ter rue de la Tour d'Auvergne 44200 Nantes
SIREN: 812 451 763 00013

L'art-thérapie évolutive

C'est exprimer ses émotions par le dessin, libérer sa créativité, susciter une réflexion sur soi.

L'écriture

C'est une approche spontanée et créative pour améliorer son bien être, prendre plaisir à s'exprimer par l'écrit, à imaginer, à extérioriser et à échanger.

La mosaïque

C'est l'art de la fragmentation pour créer une oeuvre nouvelle.

L'atelier vocal

C'est libérer et maîtriser son souffle en changeant son regard sur sa propre voix ainsi que sur celle des autres.

Le théâtre du vécu

C'est l'expression du vécu émotionnel à travers le jeu théâtral. Il a pour but de libérer la parole, l'animer et la partager.

Le shiatsu

C'est une pratique énergétique naturelle basée sur le toucher, qui renforce et améliore le bien-être et le confort des personnes.

La méthode Pilates

C'est une méthode de gymnastique qui renforce les muscles profonds posturaux pour un bien-être corporel.

Le massage ayurvédique

C'est un massage de bien-être visant une harmonie générale, à la fois de l'esprit et du corps.

La méditation de pleine conscience

C'est l'art d'accueillir ses sensations, ses émotions sans se laisser submerger et l'art d'apprendre à vivre le moment présent.

Atelier culinaire

C'est être créatif pour remettre du plaisir dans son assiette.

Le café-philosophie-santé

C'est découvrir une conférence d'Alexandre Jollien, philosophe suisse, et échanger sur des thématiques en lien avec la santé.

Contactez-nous!

lafabriquedesante@gmail.com

06 61 06 84 33

www.fabriquedesante.wix.com/lafcs

Catherine Greffier

Ingénieur en ET

catherine.greffier@chu-nantes.fr

02 40 84 69 42



Anne Le Rhun

Praticien attaché

anne.lerhun@chu-nantes.fr

02 40 84 75 94