



ETRE AU MIEUX DE SOI MEME

SANDRINE DUGAST

# Dossier patient

- Sandrine Dugast
- 42 ans
- Mariée, 3 enfants
- Auto Entrepreneur
- Sportive
- Pratique de la sophrologie



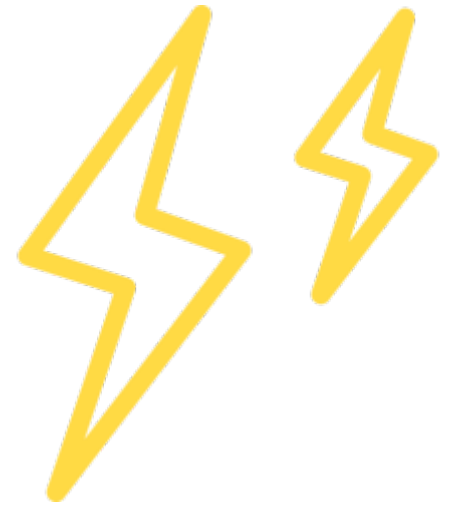
# Diagnostique : cancer du sein

- L'annonce
  - ▣ Présentation des ateliers bien être



# Traitement

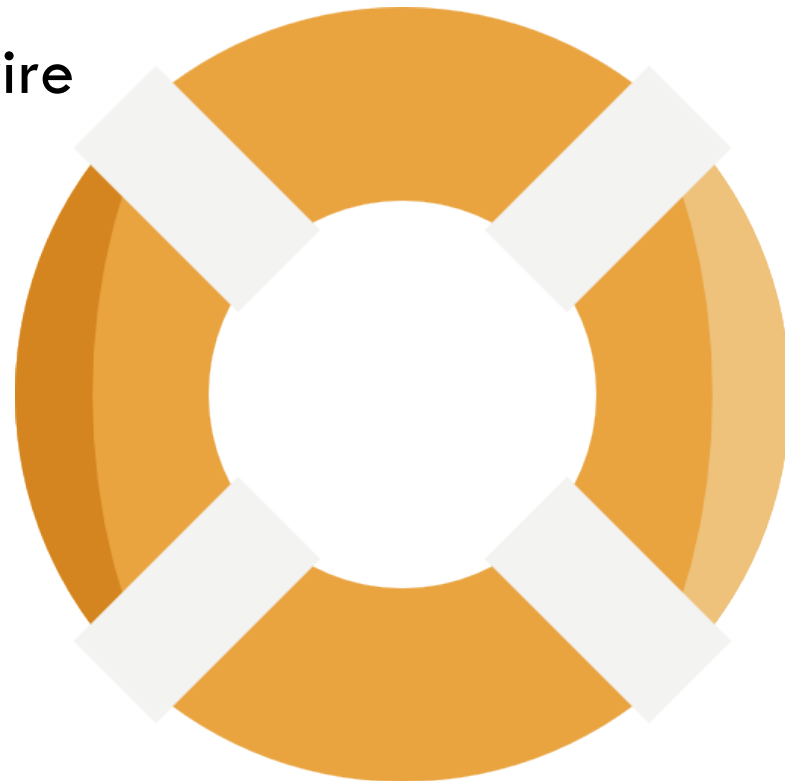
- Mastectomie
  - ▣ Sophrologie – visualisation
  
- Chimiothérapie
  - ▣ Sophrologie – goutte de produit
  
- Complications
  
- Radiothérapie



# Post traitement



- Ateliers bien être
  - ▣ Yoga
  - ▣ Relaxation par le rire



# Les ateliers Bien Etre

- Prendre conscience de nos ressources !
- Gagner en confiance
- Gagner en estime de moi
- Gagner en assurance
- Epanouissement

