

## Santé – Créer sa matriochka pour se découvrir lorsque le corps subit l'épreuve de la maladie

PAR [GIL. COLLIARD](#) · PUBLIÉ 14 SEPTEMBRE 2023 · MIS À JOUR 13 SEPTEMBRE 2023

### L'association pluriAiles propose une parenthèse, un souffle

*Du jeudi 2 au dimanche 5 novembre, l'association pluriAiles, basée à Oron, propose une parenthèse, un souffle, pour celles qui traversent l'épreuve du cancer. Depuis 2018, trois accueillantes se retrouvent, annuellement, au chalet St-Paul, à La Roche (FR) dans une atmosphère familiale et bienveillante pour accueillir 10 participantes de tous âges, dans un cadre sécurisé.*



■ Matriochka, la petite poupée gigogne qui dévoile à chacune ses personnalités



Véronique Mooser, Gwenaële Visinand, Martine Reymond – © Gil. Colliard



La Kokeshi, dédiée à l'enfant qui n'est pas venu



Matriochka, la petite poupée gigogne qui dévoile à chacune ses personnalités

## Des accueillantes professionnelles, unies, partageant la même éthique

Véronique Mooser, art-thérapeute qui est à l'origine des séjours Les Matriochkas, pratique l'accueil et la bienveillance pour adultes et enfants servant à réparer les grosses cassures de la vie, en proposant des ateliers en art-thérapie conventionnelle. Elle a été rejointe en 2020 par Martine Reymond, ergothérapeute en pédiatrie qui accompagne et soutient des enfants en difficultés psychiques, physiques et sensorielles, également diplômée de l'Institut international de yoga, qu'elle exerce depuis 20 ans. Le duo de thérapeutes est complété par Gwenaèle Visinand, présidente de l'association depuis 2022, active dans le monde de la justice et à l'aise dans l'organisation d'évènements professionnels et privés. Cette dernière s'occupe de la partie administrative, de la recherche de fonds et de la cuisine.

## Droit de vivre et de s'exprimer pour des femmes en grande souffrance

Aux nombreuses difficultés liées à la maladie, aux traitements, s'ajoute souvent un profond sentiment de solitude face à ce corps qui dysfonctionne. Ne pas laisser paraître son désarroi pour ne pas inquiéter autour de soi. Subir le changement, le regard, la fatigue, l'incompréhension. *« Elles arrivent accablées, éteintes et on les voit s'épanouir, s'ouvrir. Très vite, elles se sentent à l'aise. Etre entre femmes qui traversent le même chemin de croix est quelque chose de très fort, des liens se créent, elles sont vite à l'aise. Vie, difficulté, séduction, mort, les tabous sur tous les sujets tombent »* souligne Véronique Mooser qui propose à chacune de décorer sa matriochka, une simple petite poupée gigogne, russe, en bois. Cette démarche permet la réflexion sur le corps que l'on montre, puis celui qui est juste sous la peau, jusqu'à l'être profond intérieur et secret. Des réalisations étonnantes qui surprennent parfois leurs créatrices. Afin de compléter ce travail, des séances de yoga et des méditations sont proposées par Martine Reymond, dans le but d'apaiser l'esprit, d'atteindre un lâcher prise profond, de mettre le corps en mouvement tout en douceur, dans le respect de la personne, de prendre soin de soi.

## Construire un esprit de groupe où règne la bienveillance

Au cours de ces trois jours et demi, chaque participante dispose d'une chambre individuelle. Les repas végétariens, concoctés par Gwenaèle Visinand, la logicienne souriante et enthousiaste, se partagent autour de la grande table. *« Ils donnent souvent lieu à de franches rigolades sans tabou »* rapportent la présidente qui a pu reconduire les financements des Ligues genevoise et suisse contre le cancer, les dons de la Fondation Sandoz et du Casino Barrière, afin de limiter le coût du séjour à Fr. 500.- par personne, tout inclus. Elle a lancé le fonds de solidarité, offrant la possibilité de soutenir la participation d'une personne aux divers stages projetés par un don de Fr. 500.-. Le chalet St-Paul bénéficie d'un cadre extraordinaire, incitant à la promenade. Si la météo est clémente, les participantes peuvent créer, le

dernier jour, un mandala avec des décorations offertes par la nature, que le vent et la pluie disperseront, tout comme les participantes qui reprendront, renforcées, leurs chemins de vie.

PluriAiles propose également d'autres rencontres : l'air de rien un week-end en mai, pour les femmes traversant ou ayant traversé un cancer afin de vivre la respiration, un souffle, un rythme, se rencontrer au cœur de soi-même. Et Kokeshi mon Amour, projet porté par Véronique Mooser qui s'adresse à ceux qui ont entamé le chemin « *parent en devenir* » et dont l'enfant ne vient pas, nous échappe ou décide de rester un ange. Une Kokeshi est, au Japon, une petite poupée en bois confectionnée pour permettre à l'esprit de l'enfant qui n'est pas venu de s'y déposer symboliquement.

## Les Matriochkas un stage pour soi

Du jeudi 2, entre 16h-17h au dimanche 5 novembre, 16h

*Chalet St-Paul, La Roche (FR) Coût Fr. 500.-*

### ***Informations :***

Véronique Mooser [vmaoo@vmaoo.ch](mailto:vmaoo@vmaoo.ch) ou 079 309 36 89

*Inscription : Association pluriAiles : [info.pluriailes@gmail.com](mailto:info.pluriailes@gmail.com)*

*Dons : Gwen Visinand, 1613 Maraçon – IBAN CH10 0076 7000 K543 2160 2*