



Les jeunes sont parfois seul.es même au sein de leur famille qui pourtant les aime. Cette bulle de temps fabriquée avec le vécu patient expert est une opportunité pour être entendu.es et compris.es. Les partages durant les moments de ce programme brisent cet isolement particulier. L'équipe est à l'écoute, flexible, dynamique et gaie. Elle insuffle un élan de vie dont certain.es jeunes ont vraiment besoin.

Karine - Coach Coeur

Chaque année je découvre un processus collectif solide en constante évolution. Un cheminement suffisamment souple qui s'adapte à chaque histoire. Vraiment fier de participer à ce projet joyeux et nourrissant.

Marc - Coach Corps

Un voyage avec les autres à la redécouverte de soi. Chacun.e repart avec quelque chose, un partage, une énergie ou un petit rien. Une nouvelle force dont on dispose. Une énergie qui fait du bien.

Soleymane - Bénévole Cheer Up 2022 et 2023



TU AS DES QUESTIONS ? TU SOUHAITES T'INSCRIRE ?

Tu peux nous contacter :
par mail : rebonds@cheer-up.fr
via instagram : [accompagnement-rebonds](https://www.instagram.com/accompagnement-rebonds)
via notre site internet : <http://cheer-up.fr>

*l'ensemble des frais y compris le transport est pris en charge par les associations Cheer Up et On est là.



PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT
POUR LES JEUNES EN RÉMISSION D'UN CANCER

TU AS ENTRE 18 ET 30 ANS ET TU ES EN RÉMISSION D'UN CANCER ?

LE PROGRAMME REBONDS EST FAIT POUR TOI !



100% gratuit*, Rebonds est un programme d'accompagnement animé par des coachs professionnel.les, des bénévoles et des ancien.nes patient.es, pour t'aider à rebondir!

C'EST QUOI ?

Rebonds est un programme d'accompagnement sur 3 mois 100% gratuit*. Avec un groupe d'une quinzaine de personnes, dont d'autres jeunes en rémission comme toi, tu participeras à 2 week-ends d'ateliers en présentiel et à des ateliers en visio.

Les activités collectives et le suivi individuel et personnalisé te permettront de découvrir de nouveaux outils, de nouvelles ressources. Les week-ends et les ateliers seront l'occasion de partager, faire de belles rencontres afin de (re)trouver un nouvel élan.



photo : week-end REBONDS édition 2021

Tout au long du programme, tu seras accompagné.e par 2 coachs professionnel.les et reconnu.es, des bénévoles et des ancien.nes patient.es pour t'aider à (ré)habiter ton corps, (re)prendre confiance en toi, et (re)trouver tes capacités à te lier aux autres et au monde.

Rebonds, c'est un cadre bienveillant, rempli d'échanges et de partages, grâce aux liens forts qui se créent entre les participant.es, les bénévoles et les coachs.

Maxime - Participant édition 2023

C'EST POUR QUI ?

Pour les jeunes de 18 à 30 ans de toute la France en rémission d'un cancer.

C'EST OÙ ? C'EST QUAND ?

Ce programme a lieu en région Auvergne-Rhône-Alpes et en région Ile-De-France. Si tu n'habites pas dans ces 2 régions, pas d'inquiétude, tu peux t'inscrire à l'une ou l'autre en fonction de tes disponibilités et de la distance à parcourir pour rejoindre le groupe.

Les dates pour la région AURA sont :

- 1er week-end : du 12 au 14 avril 2024
- 2ème week-end : du 28 au 30 juin 2024

Les dates pour la région IDF sont :

- 1er week-end : du 26 au 28 avril 2024
- 2ème week-end : du 14 au 16 juin 2024

Nota bene: avant de t'inscrire, nous avons besoin que tu t'assures d'être bien disponible pour les 2 week-ends en présentiel. Les dates des séances collectives en visio et des séances individuelles te seront communiquées ultérieurement.

C'est un périple magique,
Durant lequel j'ai vécu des moments uniques ;
Ou la bienveillance est maîtresse,
Nos partages sont notre richesse.

La palette de ressources mise à ma portée,
Les personnes mémorables rencontrées,
Par la synergie de nos présences et nos connexions,
J'ai pu m'envoler au-delà de mes appréhensions.

Ce sont des changements, sur ma vie ancrée,
Une expérience indescriptible au programme singulier ;
Où, à nouveau je me suis rencontrée,
Je me suis retrouvée.

Céline - Participante édition 2023