

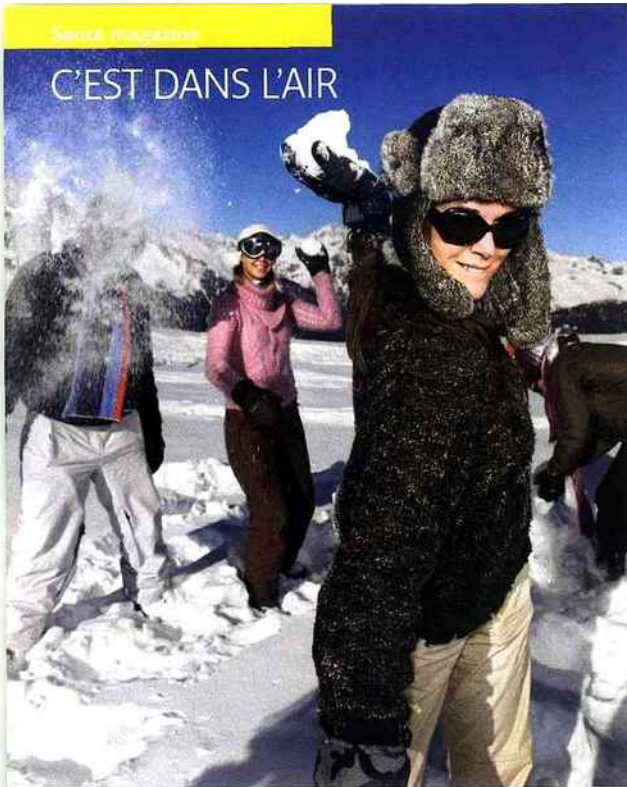
## SOIGNER LE MAL PAR LE MAIL

Mail, messagerie instantanée (chat), vidéos en ligne, l'association Tribu [Cancer](#) fondée en 2004 apporte un soutien à distance aux malades du cancer et à leurs proches, en essayant d'exploiter au maximum les possibilités d'Internet. Cela a commencé par le service « mail de nuit » : de 21 heures à minuit, des psychologues répondent par mail aux questions et angoisses des malades ou de leurs proches. « La maladie isole, elle prend tout l'espace, on ne pense plus qu'à ça », explique Virginie Thévenin, vice-présidente de l'association. « La peur de mourir croît avec la nuit, c'est un facteur amplificateur », vient compléter Alain Bouregba, psychologue et maître de conférence à l'université Paris-Descartes,



membre du conseil scientifique de Tribu Cancer. 700 mails ont été traités en 2008, un chiffre déjà bien parti pour être doublé. Éric Fournier, en charge de la communication, présente les dernières idées :

« Personne n'a le savoir-faire dans l'assistance à distance des malades du cancer, on tente d'essayer des expérimentations que l'on souhaite pérennes. » Le 23 janvier, s'est tenu un colloque au Sénat sur ce thème : les nouvelles technologies au service du soutien à distance des patients et de leurs proches. Non seulement la journée était retransmise en direct sur le site de l'association, mais les patients pouvaient en plus poser des questions en temps réel, par chat. « Une centaine de messages sont arrivés, la moitié a alimenté les débats, l'autre moitié concernait des questions plus personnelles, que l'on a traitées par mail, raconte Éric. On a été surpris de voir arriver des questions de la communauté francophone internationale, de Chicago par exemple. C'est bien la preuve qu'il y a une réelle demande à ce niveau-là. » [E. T.](#)



C'EST DANS L'AIR

## Psy LE BONHEUR, C'EST CONTAGIEUX

Une personne heureuse a le pouvoir de transmettre sa joie de vivre autour d'elle et cela pendant une année ! Cette "contamination" s'étendrait sur trois cercles de relations humaines : époux, voisins de palier et amis, mais non entre collègues ! Cette étude du *British Medical Journal* précise qu'un ami résidant à moins d'un kilomètre et demi de chez vous augmente de 25 % votre probabilité d'être heureux. L'Organisation mondiale de la santé reconnaît aussi le bonheur comme un facteur de santé. Pourquoi s'en priver ?

Source : BMJ, 4 décembre 08.



## Atchoum ! LE MOUCHOIR QUI DÉTRUIT LES VIRUS

Une triple épaisseur avec une solution qui fait la chasse aux virus : c'est le dernier-né de la famille Kleenex. Les tests montrent que la combinaison active (acide citrique acidifiant

et sodium lauryl sulfate tensioactif) détruit la quasi totalité de virus responsables du rhume et de la grippe en 15 minutes. L'objectif : limiter la transmission de ces microbes qui survivent plusieurs jours dans un papier classique. Kleenex® Anti-Viral, 2,30 à 2,50€ la boîte.

## SOS sur le Net

### LE SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE PAR MAIL

"Une petite lumière dans la nuit". C'est ainsi que l'association Tribu cancer conçoit son service de nuit. Celui-ci permet à des patients (personnes atteintes de cancer ou leurs proches) de dialoguer, via Internet, avec des psychologues. Ces "mails de nuit" ne fonctionnent aujourd'hui qu'entre 21 h et minuit, mais Tribu cancer espère recueillir suffisamment de dons pour élargir son offre. Elle organise, par ailleurs, un colloque le 23 janvier au Sénat, sur le thème "enjeux et limites du soutien à distance pour les malades et leurs proches". Les débats seront retransmis en direct sur le site de l'association à partir de 13h30 et les internautes pourront poser des questions par "chat".

Tribu cancer :  
[www.tribucancer.org](http://www.tribucancer.org)  
0 820 320 369 (numéro indigo).



## Botanique PETITS MAIS COSTAUDS

Jean-Marie Pelt, célèbre botaniste, membre du comité scientifique de Santé Magazine, sort un nouveau livre *La Raison du plus faible* (éd. Fayard, 18 €, en librairie le 14 janvier). Cette fois, il s'agit de défendre les créatures les plus vulnérables de notre univers. Une idée intéressante alors qu'on s'appête à fêter, en 2009, les 150 ans de la théorie de l'évolution dévoilée par Darwin dans *L'Origine des espèces*.

## Éthylotests CONTRÔLE DANS LES BARS ET DISCOTHÈQUES

Cela fait quelque temps qu'on en parle, mais cette mesure de prévention routière devrait se concrétiser. Un décret visant à obliger les noctambules à vérifier

s'ils sont en état de conduire a été rédigé et devrait être prêt début mars. Il reste aux 45 000 établissements concernés, une fois les conditions de mise en œuvre fixées, à s'équiper du matériel nécessaire !



## Tribu Cancer va rendre accessible son service de mails de nuit pour les patients atteints de cancer à des patients démunis

PARIS, 8 décembre 2008 (APM) - Tribu Cancer, une des associations d'aide aux malades financée par l'Institut national du cancer (Inca), va aider des patients démunis à avoir accès à son service de soutien psychologique de nuit par mails, a annoncé son président lors d'une journée organisée par l'Inca vendredi.

L'institut avait invité des représentants d'associations pour exposer sa politique de soutien aux associations d'aide aux malades. La méthodologie des appels à projets a été expliquée aux associations présentes, qui sont davantage habituées à déposer des demandes de subventions qu'à répondre à des appels à projets aussi rigoureux que ceux proposés par l'Inca.

Ce soutien aux associations a permis de financer, depuis 2006, 74 projets retenus sur 134 dossiers reçus via trois appels à projets et pour un montant total de 1,2 million d'euros. Ces projets ont prioritairement porté sur l'aide psychologique pour les malades et les proches, l'aide sociale et matérielle lors du retour au domicile, l'aide aux malades en situation de précarité et les soins de confort dont la socio-esthétique, les aides au repérage des droits et à l'accessibilité aux dispositifs existants.

Le prochain appel à projets sera lancé vers le 15 février 2009. L'Inca pourra attribuer jusqu'à 500.000 euros, au total, a indiqué à l'APM Sophie Bentegeat de l'Inca.

"Nous allons attendre si possible les résultats de la commission Grünfeld pour retenir les thèmes", a-t-elle précisé. Mais d'ores et déjà, il ressort que l'aide de proximité aux malades et à leurs proches, notamment pour le retour au domicile (les liens ville/hôpital) et la problématique sociale seront privilégiées, de même que les enfants/adolescents, a-t-elle noté. L'Inca mène aussi une réflexion avec la Ligue nationale contre le cancer au sein sur les thématiques des aides à domicile, du restant à charge et sur cancer et vie professionnelle.

Une série d'exemples de projets financés par l'Inca a été exposée, vendredi, par les représentants de plusieurs associations, dont les actions de Tribu Cancer, une association qui propose un soutien à distance pour rompre l'isolement grâce aux nouvelles technologies de l'information.

Créée en 2004 par Nathalie Laporte, une femme touchée par un cancer et isolée sur la presqu'île de Quiberon qui a tiré un grand réconfort d'un soutien par mails la nuit de son réseau d'amis, cette association propose tous les soirs de semaine, de 21h à minuit, depuis mars 2007, un soutien psychologique assuré par mails par des psychologues ou étudiants en psychologie qui répondent dans l'heure, a expliqué Jean-Louis Laporte, président de l'association depuis que la maladie a emporté sa femme.

Avec le financement de l'Inca, l'association va proposer pendant un an des équipements mobiles à une dizaine de personnes démunies en Seine-Saint-Denis (ordinateur ultracompact et forfait internet, avec une formation à l'utilisation). Une dizaine d'autres seront formées à naviguer sur internet pour trouver les sites publics et celui de Tribu Cancer ([www.tribucancer.org](http://www.tribucancer.org)), dans les Bouches-du-Rhône.

De plus, l'association va mettre en place à partir de janvier 2009, un service de messagerie instantanée ("chat") pour les proches. Elle organisera aussi le 23 janvier 2009, au Palais du Luxembourg et sur la toile, un colloque sur les nouvelles technologies au service de l'information et de la communication (TIC) au service du soutien à distance.

## Un réseau « mail de nuit » pour apaiser les angoisses

### cancer

« Soigner le mal par le mail » : tel est le credo de Jean-Louis Laporte, président de l'association « Tribu Cancer », qui vient d'entamer un tour de France des régions à vélo avec une vingtaine de cyclistes.

Jean-Louis a perdu sa femme Nathalie des suites d'un cancer à l'âge de 48 ans à Quiberon. Nathalie s'était rendu compte que de nombreux cancéreux et leurs proches se réveillent la nuit et demeurent dans l'angoisse de longues heures avant le lever du jour. C'est pour apaiser ces patients et leurs familles, enlisés dans les affres de la maladie, que Nathalie rêvait de « mail de nuit », un service gratuit qui vous permet d'avoir une écoute et un soutien en vous connectant, de 21 heures à minuit, sur les sites internet suivants : [www.tribucancer.org](http://www.tribucancer.org) et [maildenuit@tribucancer.org](mailto:maildenuit@tribucancer.org).

Deux psychologues pour répondre dans l'heure

Jean-Louis a réalisé le rêve de Nathalie. Il sillonne la France et la région Paca pour informer les cancéreux et leurs familles de

l'existence d'une main secourable qui vient vous guider en pleine nuit dans les méandres du désespoir lorsque le silence devient oppressant : « *Beaucoup de malades et leurs proches sont torturés par la destinée qu'ils pressentent*, explique Jean-Louis, *nous avons deux psychologues spécialement formés qui répondent à tous leurs mails dans l'heure qui suit. Cette assistance humaine et psychologique est très importante pour surmonter la maladie* ».

Avec l'appui de la région Paca, et singulièrement de Michel Vauzelle, mais aussi du Rotary-Club des Baux de Provence et de son président Jean-Marc Licari, Jean-Louis a recueilli les fonds nécessaires pour « rompre l'isolement » des malades et, si possible, les faire rêver à un avenir meilleur. Il a bon espoir de faire fonctionner son service durant toute la nuit mais chaque heure gagnée correspond à un investissement de... 18 000 €. Son idée est de former une « tribu » qui fédère toutes les bonnes volontés autour du même projet : lutter dans la joie pour qu'un jour le papillon triomphe du

scaphandre.

Le 28 juin Jean-Louis et ses cyclistes boucleront leur tour de France en entrant dans la cour de l'Élysée où ils espèrent être reçus par Nicolas Sarkozy. Jean-Louis Laporte confiera simplement au président que les êtres humains ont des ressources insoupçonnées et qu'il ne faut jamais renoncer à se battre, même lorsque la médecine vous condamne : « *Je lui dirai que les patients ne doivent plus vivre au rabais mais vivre avec la maladie et surtout, je lui dirai que lorsqu'on ne peut plus rajouter des jours à la vie, on peut toujours rajouter de la vie aux jours...* »

**FRANÇOIS RAUGER.**