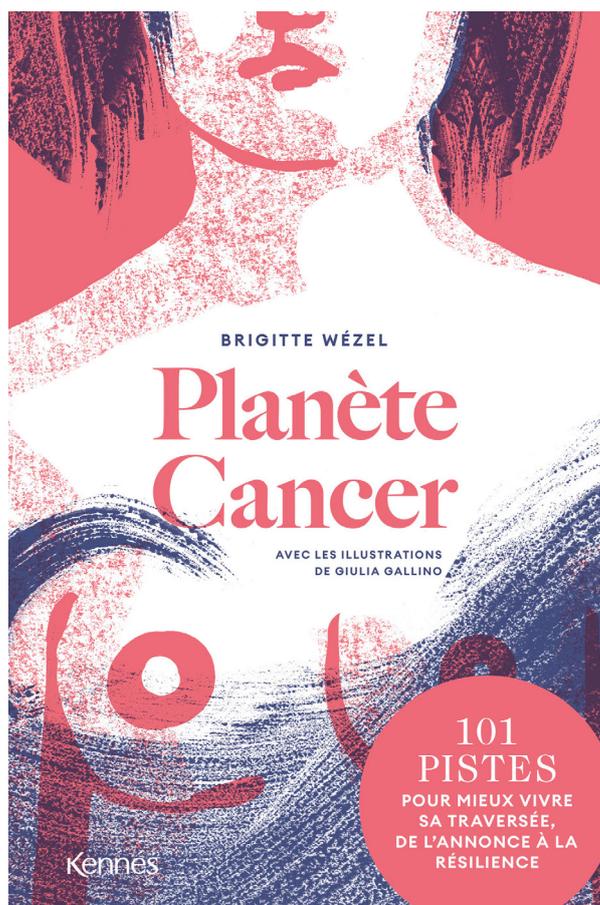


## Planète Cancer

101 pistes pour mieux vivre sa traversée, de l'annonce à la résilience

Brigitte Wezel (avec Giulia Gallino pour les illustrations)

Une mine d'informations et d'outils



Si vous tenez cet ouvrage entre les mains, c'est que d'une manière ou d'une autre, la maladie a fait irruption dans votre vie. Pour ma part, c'était en septembre 2020. À l'annonce du diagnostic, les mots se sont mis à défiler dans ma tête, certains semblant tout droit sortis d'un ouvrage d'astronomie : « formation nodulaire à l'union des quadrants externes du sein gauche ». Mon univers lexical venait de basculer dans une autre dimension. J'avais atterri sur la planète Cancer.

Une planète avec ses mots incompréhensibles, ses acronymes, ses scores, ses grades, ses chiffres, ses stades. Entre vertige et espoir, j'ai alors fait du tri : il y a des mots que j'ai décidé de ne pas prononcer, d'autres que j'ai choisi de hurler, de chuchoter, de garder rien que pour moi. Au fil des jours, de nouveaux mots ont fait leur apparition : des mots qui expliquent, des mots qui rassurent, des mots trucs et astuces, des mots tuteurs.

**OCTOBRE ROSE** = mois lutte contre le cancer.

Soutien promo de la



Fondation  
contre le Cancer

Avec la contribution de nombreux experts et praticiens certifiés : oncologue, chirurgien, psychologue, nutrithérapeute, hypnothérapeute, neurologue, kinésithérapeute, sexologue, enseignant de yoga, yoga thérapeute, praticien de shiatsu, instructeur de pleine conscience, médecin généraliste pratiquant la médecine intégrative, etc.

Parution : **le 20 septembre 2023**

Format : **224 pages – 150x239 mm** | ISBN **978-2-3807-5931-0** | NUART **81-9099-8**

Prix : **29,90 €**

# L'AUTRICE



Brigitte Wezel commence sa carrière dans les institutions européennes en tant que traductrice et assistante parlementaire avant de se tourner vers l'étude du Yoga, de la Yoga Thérapie, et vers l'accompagnement individuel et organisationnel.

En 2020, à quelques mois du début de la pandémie, elle découvre, un soir d'été, une anomalie sphérique dans son sein gauche. Quelques jours plus tard, le diagnostic est formel : elle est atteinte d'un cancer. C'est la panique à bord dans un premier temps, elle réalise ensuite qu'elle dispose de ressources internes qui pourront l'aider à rendre moins éprouvante la traversée qu'elle s'apprête à effectuer.

Très vite, il lui apparaît évident que le cancer qui la touche puise ses racines dans des dysfonctionnements et réalités multiples, internes et externes. Elle n'est pas responsable du cancer qui l'habite, elle peut néanmoins agir, là où elle peut. Agir, pour ne pas subir. Et petit à petit, devenir actrice de ce chemin qui s'ouvre à elle.

Ainsi, dès le début de sa traversée, elle se tourne naturellement vers les outils qu'elle possède déjà en tant que coach et yoga thérapeute, à savoir, notamment, la respiration, la méditation, le yoga, la gestion des émotions. Ensuite, en plus des traitements conventionnels tels que la chimiothérapie et les radiothérapies, elle part à la rencontre d'une série de pratiques et médecines complémentaires pour tenter de s'ouvrir à une approche globale de la santé, qui prenne non seulement en compte la dimension physique mais également émotionnelle/mentale, énergétique/spirituelle de l'être humain.

Cette exploration tous azimuts lui a permis de glaner nombre d'informations, conseils, et trucs et astuces qu'elle souhaite partager aujourd'hui avec le plus grand nombre.



**Méditation pour cultiver  
la sérénité**

Le livre propose une  
vingtaine de QR codes.

## CONTACT MÉDIA

**Sophie Dumont** – Attachée de presse

Téléphone **+32 496 55 57 54** | Mail **presse@kenneseditions.com**