

JOURNAL 2019
FEMMES & ENFANTS



ÉDITO

*Cette année est celle des **25 ans** d'À Chacun Son Everest !.*

25 années d'une aventure humaine, où le chemin fut tellement beau et gratifiant lorsque je songe aux milliers d'Everest accomplis. Et si ces vingt-cinq années ont filé à une vitesse incroyable, au regard du chemin parcouru, 1994 me semble incroyablement lointain !

En 2019, les séjours se sont enchaînés dans l'harmonie et avec une sorte d'évidence. La même magie a opéré pour chacun des **108 enfants et adolescents** et des **214 femmes** venus se reconstruire et reprendre confiance et goût en la vie après l'épreuve du cancer.

L'association continue de grandir, pas seulement par le nombre de ses soutiens et par le développement de ses infrastructures, mais aussi par la variété des actions et des intervenants lors des séjours, dans la volonté d'imaginer un accompagnement toujours plus efficace.

L'Espace Everest d'Annecy vient s'ajouter à l'offre de soins. Il apporte un vrai soutien aux femmes atteintes d'un cancer du sein qui peuvent y rencontrer soignants, thérapeutes et coaches. Lieu privilégié pour échanger, se retrouver et rompre la trop fréquente solitude des femmes face à la maladie, il propose une large série d'activités dédiées (yoga, méditation, art thérapie, coaching, etc).

Quant au **jardin botanique** qui borde la maison de l'association, il offrira dès le prochain printemps un nouvel espace de zénitude où les femmes en séjour pourront se retrouver et parfois même jardiner !

Avec le temps, les enfants des premiers stages sont devenus de jeunes adultes. Ils sont nombreux à revenir dix ou vingt années plus tard. **Le lien est indéfectible** parce que dans l'épreuve de la maladie qu'ils ont traversée, À Chacun Son Everest ! reste pour chacun d'entre eux un merveilleux souvenir. J'avoue être toujours aussi émue de les revoir, de constater le chemin parcouru, leur joie à retrouver la maison À Chacun Son Everest !, et leur envie de transmettre leur expérience personnelle.

Il y a vingt-cinq ans je n'aurais jamais osé imaginer tout cela. Cette empreinte indélébile dans les cœurs de tous ces jeunes, ces centaines de soutiens, l'impact incroyable des séjours sur les âmes et les devenirs.

Nous étions précurseurs dans la démarche de prise en compte de l'importance de l'accompagnement « après cancer » dans les protocoles de soin. J'en suis fière. Une approche



dans laquelle le soutien inconditionnel et l'implication du **professeur André Baruchel**, garant médical de l'association depuis l'origine, furent déterminants. *« À Chacun Son Everest ! déclenche indiscutablement les ressorts personnels du patient en cours de traitement ou guéri. La montagne soulèvera tout, les enfants, les enfants devenus grands, les soignants. Tous seront pris par elle et par l'esprit du groupe. »* Ces mots sont ceux d'André Baruchel et ils résument tout.

Au fil des années nous avons développé nos actions, les outils mis en œuvre dans les hôpitaux, ceux mis à disposition de nos relais et soutiens, le développement des possibilités de prise en charge des femmes, etc.

Je suis tout aussi fière et très touchée par nos partenaires, par leur engagement et leur fidélité depuis l'origine pour nombre d'entre eux. C'est cette incroyable constance qui nous a permis de grandir, de concentrer nos énergies au développement de notre approche et des soins proposés et **qui nous assure d'offrir des séjours toujours plus riches et intenses en impact.**

Chaque année nous a permis d'apprendre, de progresser, d'être encore plus proches des besoins des enfants et des femmes. **Notre « outil » est aujourd'hui incroyablement magique, efficace, généreux.** Voir l'élan de vie qui emporte les femmes et les enfants, leur transformation, leur reprise de confiance en la vie, nourrit notre propre élan.

Comme le disent les parents des enfants et les femmes venues en séjour, il y a un Avant et un Après À Chacun Son Everest !. Nous avons trouvé un rythme et découvrons encore une « puissance » nouvelle dans les effets positifs de notre accompagnement en terme de « force de vie » retrouvée.

Nous veillons à rester en mouvement pour être le plus juste et le plus pertinent possible. Au fil du temps, nous avons évolué pour nous adapter et être toujours en résonance avec les besoins des malades. Les années à venir vont continuer à nous enrichir et nous allons poursuivre notre réflexion pour offrir aux femmes et aux enfants ce qu'il y a de mieux en terme d'accompagnement.

Je veux rendre hommage aux équipes soignantes, aux médecins, aux infirmières. Leurs soins sont à la base de la guérison. Je veux leur exprimer mon immense gratitude pour leur travail et leur confiance. Leur mission est belle et difficile, surtout dans le contexte actuel.

Depuis sa création, l'association a ainsi pu accueillir près de **6000 enfants et femmes**. Un accompagnement personnalisé, de proximité, fait d'amour et de partage.

Je sais que les 30 ans vont arriver à la vitesse de l'éclair ! Je peux vous faire une promesse : celle de poursuivre d'ici là dans une même dynamique d'écoute et de volonté d'apporter toujours plus. Par la force de nos envies, par la mise en œuvre commune de nos compétences, les aventures d'À Chacun Son Everest ! feront naître toujours plus de magie, de belles surprises et de formidables messages de résilience.

Avec ma plus profonde gratitude à vous tous qui êtes à mes côtés.

HAPPY BIRTHDAY À NOUS !

Je vous embrasse,

Christine Janin



LES STAGES

ENFANTS & ADOLESCENTS



7
SOMMETS

14
BÉNÉVOLES
MÉDICAUX

108
ENFANTS

19
ANIMATEURS

3481
REPAS

86
ACCOMPAGNATEURS
DE VOYAGE

408
BILLETS
DE TRAIN

L'ÉTÉ APPARTIENT AUX ENFANTS !

Durant toute la période des vacances scolaires estivales, 76 enfants et 32 adolescents ont pu venir en stage à l'association. 108 petits miracles se sont accomplis, 108 enfants ont retrouvé sourire et énergie, 108 regards joyeux ont boosté les énergies de l'équipe À Chacun Son Everest !.

Ils sont 14 bénévoles médicaux et 19 bénévoles animateurs à s'être succédés tout au long de l'été pour soigner et encadrer les enfants et plus de quatre-vingt accompagnants-voyage à les avoir réconfortés à l'heure des départs et durant les trajets entre le foyer familial et Chamonix.

DE FORMIDABLES ÉQUIPES MÉDICALES

Merci aux médecins, infirmières et équipes soignantes qui non seulement soignent mais aussi proposent les stages et préparent les dossiers médicaux permettant aux enfants de venir.

Merci au Professeur André Baruchel, conseiller médical de l'association, chef du service d'Onco-Hématologie Pédiatrique de l'Hôpital Robert Debré à Paris, qui coordonne et valide tous les dossiers.



7 JOURS POUR UN SOMMET

Lors de chaque stage, les enfants relèvent un véritable challenge sportif. Comme lors d'une expédition, ils avancent, étape après étape. Les enfants alternent une semaine durant activités sportives – marches en montagne, tyrolienne, escalade, cani-randonnée, etc. –, sophrologie, moments d'échanges et de partages ludiques. Au fil des jours les sourires renaissent, la confiance en soi s'affirme pour une véritable reconquête à la fois physique et psychologique qui permet de se projeter à nouveau dans l'avenir.



« Merci à vous pour ces séjours extraordinaires, les enfants adorent ! C'est réellement pour certains le départ d'un nouvel élan. Je crois très fort à la thérapie par le sport, la nature. C'est une belle manière de reprendre confiance en soi, en ses capacités et aussi des moments de partage qui permettent à certains de sortir de la solitude dans laquelle ils s'enferment parfois après la phase aigüe de la maladie. C'est aussi une belle manière de leur faire prendre conscience de ce qu'ils peuvent faire sans leurs parents... de leur propre initiative et entre eux ! MERCI pour cette énergie, cette envie, cet enthousiasme à aider nos enfants. »

Claire GALAMBRUN,
médecin Marseille La Timone,
unité de transplantation
médullaire pédiatrique.

« Maélis a tellement attendu ce moment avec impatience. Elle est revenue radieuse, heureuse et fière de sa semaine. C'était son petit moment à elle qu'elle a partagé avec des gens tous gentils et attentionnés. [...] Elle est revenue plus forte pour la rentrée, plus confiante en ses capacités. Elle a tellement adoré que je crois qu'elle repartirait dans la minute ! »

Maman de Maélis

« Je tenais vraiment à vous remercier de la prise en charge que vous avez apportée à Thomas lors de sa semaine. J'ai récupéré Thomas le samedi à la gare, j'ai retrouvé mon fils heureux. Bouleversé de la séparation avec les autres enfants, l'équipe médicale, les animateurs et intervenants, mais tellement heureux de ce qu'il a vécu durant cette semaine. Du paysage, des rencontres, des moments partagés.... Je crois que les enfants vont essayer de se revoir et ça c'est vraiment top. Il nous a dit : « Vous savez papa et maman, j'ai rencontré des personnes extraordinaires ! » Notre fils était changé au retour [...] vous avez vraiment su le mettre en confiance. »

Maman de Thomas

LES SÉJOURS FEMMES



18
SOMMETS

37
INTERVENANTS

214
FEMMES

5458
REPAS

36
ACCOMPAGNANTS

139
BILLETS
DE TRAIN

À Chacun Son Everest ! est ouvert aux femmes en rémission d'un cancer du sein depuis 2011. Une évolution naturelle initiée par Christine Janin. Depuis, comme avec les enfants, la magie de la montagne est toujours au rendez-vous.

Chaque séjour accueille douze femmes dans la vaste et chaleureuse maison de l'association posée à Chamonix au pied du Mont Blanc. Une semaine durant, elles vont alterner activités sportives en lien avec la montagne (escalade, randonnées, tyrolienne, etc.), échanges avec des professionnels de santé, soins de support (massage, yoga, Qi Gong, etc.) et moments de partage ludique.

Cette année, les séjours ont permis à 214 femmes de reprendre confiance, de faire le plein d'énergie et de retrouver l'En-Vie.

Ouverts aux femmes de 25 à 55 ans, les séjours (trajets compris) sont intégralement pris en charge par l'association, prescrits par les services hospitaliers partenaires (liste sur www.achacunsoneverest.com) et répartis tout au long de l'année (hors périodes de vacances scolaires estivales).



« Merci à l'équipe au complet et à Christine. Merci d'être vous, de partager cette énergie, de transmettre cette force incroyable et de rendre possible pour nous toutes, et les enfants cette "reconstruction". J'ai appris que le vivre "avec" était possible et accessible à travers toutes ces activités que vous nous faites découvrir durant ce séjour. La descente de l'Everest est possible, encore certainement pleine de nouvelles aventures et de rencontres ! » **Isabelle**

« En arrivant, mon corps était soigné mais "mon moi" avait disparu. Avec un fil fragile je le retenais. Mais voilà qu'après 5 jours d'amour, de joie et d'attentions, mon âme est revenue. Merci encore de nous offrir ce nouveau départ. » **Elisabeth**

« Vous m'avez fait me surpasser, vous m'avez rendue vulnérable, vous avez éveillé mon âme. Vous avez apaisé mon esprit, vous m'avez offert un sens à ma vie. Vous m'avez permis de sourire pour un rien, vous m'avez fait croire en un destin. » **Marielle**

« Vous nous avez amené avec douceur vers votre accélérateur de particules d'émotion, d'attentions bienveillantes en faisant aussi un grand remue-ménage de notre vie intérieure. » **Anne-Marie**

1994 - 2019

À CHACUN SON EVEREST ! A 25 ANS !

*Temps forts de l'histoire d'une association qui redonne goût à la vie
à des centaines d'enfants et de femmes malades du cancer.*

1997

« OBJECTIF PÔLE NORD » !

Christine sera la première femme à atteindre le Pôle Nord après 62 jours de marche par -30 à -40°C.

Le moteur de ses pas :
neuf adolescents en rémission de cancer venus l'attendre sur la banquise.

NOVEMBRE 1994 CRÉATION D'À CHACUN SON EVEREST !

Christine Janin et le Professeur André Baruchel, fondent **À Chacun Son Everest** !
Les premiers hôpitaux partenaires seront ceux de Saint-Louis et Trousseau à Paris.

1997

NAISSANCE DU PROJET DU CENTRE D'ACCUEIL À CHAMONIX

Logés jusqu'alors dans un centre UCPA, Christine rêve d'une maison pour accueillir les enfants malades.

La vaste maison centenaire, ancienne demeure de Joseph Vallot, grand scientifique humaniste du Mont Blanc est libre.
Son rêve va devenir réalité !



20 NOVEMBRE 2004

L'ASSOCIATION CÉLÈBRE SES 10 ANS

1500 enfants, leurs familles et les partenaires se réunissent à Paris à l'espace Equinoxe pour une soirée riche en émotions et en présence des chanteurs de la Star Ac' !



24 JUIN 2001

INAUGURATION DE LA MAISON À CHAMONIX

Une journée magique.
Quelques 600 personnes découvrent les 1200 m² entièrement dédiés aux enfants d'À Chacun Son Everest !.



5 OCTOBRE 1990

CHRISTINE JANIN, 1^{ÈRE} FRANÇAISE AU SOMMET DE L'EVEREST

Tout démarre ce jour-là, à 8848 mètres d'altitude.
La véritable aventure de sa vie débute sur le toit du monde.





2005

**CRÉATION DU PARCOURS
ACCRO-BRANCHE**

dans le vaste parc
de 6000 m² qui entoure
la maison à Chamonix

19 JUIN 2019
**INAUGURATION DE
« L'ESPACE EVEREST » À ANNECY-PRINGY**

Un bel espace (275m²) situé dans
le bassin annécien destiné aux femmes
touchées par le cancer du sein. Elles
peuvent y rencontrer des thérapeutes,
y suivre des activités (celles initiées
pendant les séjours) et y trouvent
un lieu d'échanges et de soutien.

15 JUIN 2007

**INAUGURATION DE
LA SALLE D'ESCALADE**

Attenante à la maison, une salle
unique par son équipement,
avec 80 voies d'escalade,
12 mètres de haut sur 500 m²
de surface grimpable.

24 JUIN 2016

**INAUGURATION DE
L'ESPACE « BIEN-ÊTRE »**

Un espace Zen dédié aux
soins de support (yoga,
sophrologie, méditation,
massage, etc.) constitué
d'une salle de yoga, de
salles de massages
et d'un espace relaxation.

8 NOVEMBRE 2014

**L'ASSOCIATION
CÉLÈBRE SES 20 ANS**

Une sublime soirée aux Docks
de Paris qui réunit 2500 invités
dont plus de 700 enfants.



OCTOBRE 2011

**OUVERTURE DE
LA MAISON AUX FEMMES
EN RÉMISSION D'UN
CANCER DU SEIN.**

Une évolution naturelle.

Chaque année en France,
53000 femmes sont touchées
par le cancer du sein et près de
75% d'entre elles peuvent guérir.



UN EVEREST COMME « UNE MÉDECINE DE L'ÂME »

LES STAGES

L'étape de « l'après-cancer » est bien souvent sous-estimée.

À Chacun Son Everest ! accompagne des enfants et des femmes sur ce chemin difficile mais déterminant pour leur avenir.

Nos séjours ont été pensés comme la prolongation du parcours de soin. Ils s'inscrivent dans une véritable démarche thérapeutique et psychologique dont les équipes médicales qui nous adressent leurs patients ont parfaitement pris la mesure de l'importance.

Lors des séjours, des liens très forts se tissent à l'intérieur du petit groupe de douze femmes ou de seize enfants accueillis pour une semaine à Chamonix dans la maison de l'association. Tous ont ce parcours commun de maladie qui les unit et facilite l'échange. Cette solidarité va les porter tout au long de la semaine, les pousser à se dépasser, à reprendre confiance en eux et en leurs capacités.

La symbolique de l'Everest est le fil rouge et la clé de la démarche À Chacun Son Everest !. Les enfants et les femmes prennent peu à peu conscience des ressources qu'ils ont en eux, de la force et de la détermination dont ils ne s'imaginaient pas capables et sur lesquelles ils peuvent compter lors de la redescente de leur sommet.

Nous accompagnons ce second souffle, cet élan de Vie au travers d'activités sportives mais aussi de soins de support afin que les enfants et les femmes se dotent d'une énergie décuplée.

Nombre de **professionnels de qualité** (médecins, infirmières, psychologues, coaches, etc.) nous accompagnent tout au long des séjours. Ils apportent, chacun dans leur domaine d'expertise, conseils et écoute, dans un objectif commun : aider les malades du cancer à passer le cap et à retrouver confiance en la vie.



TÉMOIGNAGES D'INTERVENANTS DES SÉJOURS

Ils ont accepté de parler de leur engagement au sein de l'association. Qu'ils soient coach, infirmière, oncologue ou psychologue, tous confient s'enrichir à leur tour auprès des malades. L'expression d'un magnifique cercle vertueux !

Fiers de les avoir à nos côtés, ils sont un maillon précieux de la formule À Chacun Son Everest !.



Ana Rita Esteves Ferreira

Ana Rita Esteves Ferreira,

Infirmière en hématologie pédiatrique à l'Hôpital Robert Debré

« Je suis repartie pleine d'un second souffle qui a donné davantage de sens à mon activité professionnelle au quotidien »

Je suis infirmière en hématologie pédiatrique, un service que j'ai choisi pour la richesse de sa spécialité mais avant tout pour la relation qui s'établit entre le soignant, l'enfant et les parents. Mon projet de soins ne se limite pas uniquement à être un professionnel qui répond à des injonctions de soins. Il est important d'être disponible, à l'écoute, afin d'établir un lien de confiance nécessaire pour rendre le quotidien à l'hôpital moins dur, notamment dans ce combat long et difficile, où la maladie marque et ne pardonne pas. Lorsque j'ai eu connaissance de l'association À Chacun Son Everest, je me suis immédiatement reconnue [...] Je me lançais un nouveau défi, celui de placer le soin en dehors des murs institutionnels, dans le cadre revitalisant et fortifiant qu'est la montagne. Ce fut l'occasion de montrer aux enfants que l'on pouvait être soignant autrement. J'ai troqué ma blouse blanche et mes crocs contre une tenue et des chaussures de randonnée tout en continuant à leur prodiguer les soins nécessaires, à les rassurer face à leurs craintes ou lorsque l'absence des proches devenait trop importante. [...] Une semaine qui leur a permis de se dépasser à nouveau, de s'affranchir

de cette casquette d'enfant malade et d'avoir la conviction que leur expérience passée ne représente plus seulement un frein, mais un moteur pour aller toujours plus loin, toujours plus haut, car ils en ont les capacités. Ils ont fait preuve, très naturellement, de beaucoup de bienveillance, en prenant soin les uns des autres, en veillant à ce qu'aucun d'entre eux ne soit mis en retrait et puisse dépasser ses peurs. Leurs sourires et leur fierté lorsqu'ils ont atteint leur sommet reste pour moi un souvenir magnifique.

Je suis repartie pleine d'un second souffle qui a donné davantage de sens à mon activité professionnelle au quotidien. Il est bon et gratifiant, en tant que professionnel, de voir le devenir de ces enfants qui ont tant souffert, et dont on assiste à la fragilisation physique, voire également psychique.



Sophie Dollat

Sophie Dollat

Animatrice BAFA et étudiante en orthophonie

« Je ressors changée et grandie de cette expérience, gonflée à bloc pour retrouver mon quotidien »

J'ai vécu mon premier séjour en tant qu'animatrice en 2016, et j'y retourne depuis chaque été, avec toujours autant d'impatience et d'envie. J'y vis des semaines inoubliables, riches en émotions, en rencontres et en leçons de vie transmises avec force et générosité par les enfants. Chaque stage est différent, chaque sommet est magique, et chaque groupe (enfants comme adolescents) fait vivre la semaine à sa façon, toujours dans une émulation qui donne à tous une belle énergie pour accompagner les jeunes. Cet accompagnement se fait dans tous les moments de la vie quotidienne, les activités, les temps de jeu, les temps d'écoute, et les petits coups de mou quand papa et maman manquent un petit peu... Mais ça ne dure jamais très longtemps, et les rires résonnent vite de nouveau dans la maison !

L'organisation des semaines permet un accompagnement individuel auprès de chaque jeune, et cela se fait dans une écoute et une extrême bienveillance : chaque rencontre est intense et authentique, et voir chacun s'ouvrir au fil de la semaine procure beaucoup de joie et d'émotion. Que ce soit dans le dépassement de soi, de ses peurs, ou l'entraide et le soutien que chacun s'apporte, on retrouve toujours une cordée de champions !

Je ressors changée et grandie de cette expérience, gonflée à bloc pour retrouver mon quotidien quand je rentre de cette belle parenthèse...

Merci à chacun des enfants que j'ai eu la chance d'accompagner. Merci pour votre force de vie, vos rires, votre courage, votre volonté de fer et tout l'amour que vous partagez et qui fait rayonner ces semaines.

“

Christine, je t'écris cette lettre pour te remercier. [...]Te remercier de tout ce temps que tu nous consacres dans le « simple » but de nous aider. Et pour finir te remercier pour tes mots qui m'ont fait réaliser que nous n'avons qu'une vie. Qu'il faut croire en ses rêves, que l'on vit pour soi et non pour les autres. Tu as fait l'Everest, nous avons fait notre propre Everest, et c'est grâce à toi que je m'en rends compte aujourd'hui. C'est grâce à toi que je me suis surpassée et que j'ai vaincu mes peurs. [...]Merci pour ta motivation, ton engagement, tes conseils et tes encouragements. »

Adèle, stage ados, 2019



Adèle



Fabien Deloche

Fabien Deloche,
Coach en développement personnel et chercheur
« Je suis toujours très ému de voir cette force sereine de la résilience souffler la poussière des traumas »

Il est difficile de décrire la magie qui opère au chalet. Elle est de ces choses qu'il faut vivre, éprouver, ressentir, car il s'agit d'une énergie qui vous traverse et vous révèle à vous même la plus belle partie de votre âme. Oui c'est comme ça à À Chacun Son Everest !, plus vous donnez, plus vous recevez !

Au-delà, de cette énergie régénérante c'est aussi un lieu dont je repars avec des leçons de vie extrêmement touchantes. La première c'est celle de la puissance de la Résilience, chère à Boris Cyrulnik, dont je suis le témoin à chaque séjour, mais qui m'étonne toujours. La résilience est l'aptitude d'un corps à résister aux pressions et à reprendre sa forme initiale. En psychologie c'est la capacité à vivre, à réussir en dépit de l'adversité. Le cancer annonce souvent son lot d'adversités tant par les traumas du corps, que le regard sur soi de soi et des autres, que par les « dossiers » de son histoire personnelle qu'il fait ressortir. Je suis toujours très ému de voir cette force sereine de la résilience souffler la poussière des traumas puis relever la puissance vitale des femmes qui explose comme un champ de crocus après l'hiver.

La deuxième leçon, je l'intitule « merci au cancer ! ». Oui, c'est ce que j'ai retenu du discours de nombreuses femmes. Pourquoi « merci » ? Malheureusement nous attendons parfois d'aller mal pour aller mieux et pour certaines femmes, le cancer est un vecteur d'une prise de conscience. Prise de conscience que la vie que je menais jusqu'ici n'était pas en « écologie personnelle » : « je ne me suis pas occupée de moi », « je me suis sacrifiée », « j'ai bossé comme une malade », « je me suis laissée mal traiter ».... La pause à À Chacun Son Everest ! devient alors la « mise à jour » salutaire, celle qui mesure l'écart entre ce que je suis et ce que je vis, celle qui amène à une reconnexion à soi. [...]

Je crois que Christine a créé un Phoenix à 2 ailes qui permet à tous de renaître et de voler librement...

Stéphanie Catala,
Oncologue au Centre Catalan Oncologie de Perpignan
« Tout cela a sans aucun doute modifié ma pratique quotidienne et lui a donné un peu plus encore de sens »

Passer une semaine à « À Chacun Son Everest ! », c'est d'abord arriver dans un lieu magnifique face à l'intimidant Mont Blanc, pousser la porte du Chalet Vallot chaleureux et protecteur, être accueilli par une équipe souriante, dévouée et bienveillante (le mot là n'est pas galvaudé !)

La présence d'un oncologue peut être ressentie dans les premières heures comme incongrue, inutile, même dérangement pour certaines femmes. Au fil des activités et des moments partagés, les barrières et les préjugés tombent, la fonction est désacralisée. A « À Chacun Son Everest ! » la parole est libre car l'écoute est attentive, respectueuse et sans jugement.

Les questions sur la maladie, les traitements et leurs effets secondaires ne tardent pas à arriver, d'abord de façon informelle, plus tard, si les femmes le souhaitent au cours d'entretiens individuels programmés et/ou lors d'une réunion collective. J'ai pris conscience que des questions fondamentales sont restées sans réponse pour certaines femmes dans leur long parcours de soins et les empêchent de se reconstruire dans l'après cancer. Je suis convaincue que mieux connaître les attentes, les craintes et les inquiétudes des femmes malades permet aux soignants de mieux traiter, mieux guérir et mieux accompagner.

J'ai été souvent surprise et émue par la transformation psychique mais aussi physique dans l'attitude, le regard, le sourire de beaucoup de femmes au cours de leur séjour. Christine pense que c'est magique, je crois que c'est avant tout le professionnalisme de tous les intervenants et leur très grande qualité de cœur qui permet cela.

Ces séjours, chaque fois singuliers, m'ont permis aussi de mieux connaître et comprendre des approches différentes et complémentaires (que l'on devrait arrêter de dire « parallèles ») dans le soutien des femmes pendant et après la maladie.

Tout cela a sans aucun doute modifié ma pratique quotidienne et lui a donné un peu plus encore de sens. J'ai en mémoire le souhait de Farida lors de ma première semaine d'accompagnement : « Au moins un de ces séjours devrait être obligatoire pour tous les oncologues ! »

OUI « Après le cancer Place à la vie ! » C'est aussi notre engagement de médecin que de le rendre possible et d'y participer.



Stéphanie Catala

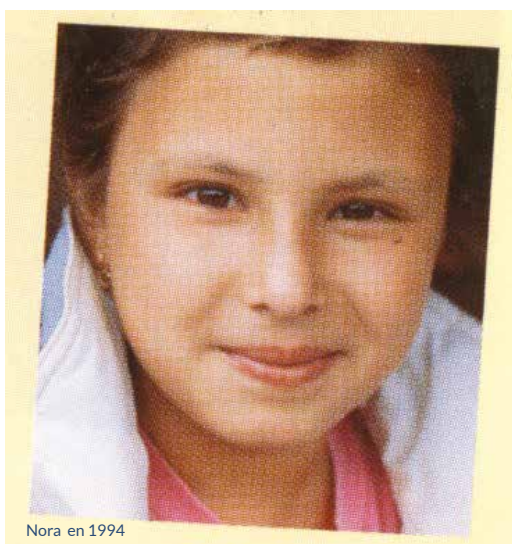


“

Très chère Christine,
Je t'écris cette lettre afin de te raconter mon arrivée chez moi. Je suis bien arrivée à la maison. J'étais contente de retrouver mes parents et mes frères, mais j'étais triste loin de toi car je pensais aux moments très agréables qu'on a passé ensemble. J'avoue que jamais je n'oublierai la semaine que j'ai passée avec toi, c'était une semaine de joie, et de bonheur pour moi, qui restera gravée dans ma mémoire pour le restant de ma vie. Tu m'as aidée à retrouver mon chemin de guérison, ma joie de vivre et oublier ma maladie, je ne te remercierai jamais assez pour moi. J'ai cru dans ma tête que tous les enfants malades ne pourront pas ni réagir ni arriver à quoi que ce soit que les enfants en bonne santé mais toi tu nous as montré le contraire.

Nora qui t'aime et t'adore.»

Lettre de Nora, du 3 juillet 1994



Nora en 1994



Isabelle Jover

Isabelle Jover,

Conseillère conjugale et familiale, thérapeute de couple et sexologue

« **Mon engagement ici est essentiel. Je retrouve du sens dans ma vie personnelle et professionnelle** »

En qualité de Conseillère Conjugale et Familiale, thérapeute de couple et sexologue j'accompagne des groupes de femmes. Je propose un espace de parole sous forme d'entretien individuel à leur demande.

Ces entretiens permettent : de libérer les émotions douloureuses (tristesse, peur, colère, honte), de reprendre confiance en soi, de retrouver le goût de vivre, de mettre des mots et des gestes sur le trajet pour aller de l'avant, sans oublier, mais en amorçant un début de travail reconduisant éventuellement vers un accompagnement extérieur à leur retour si nécessaire pour poursuivre et aider, accompagner, découvrir et apprivoiser cette nouvelle « femme ».

Cet espace s'offre comme un lieu où chaque femme peut déposer sa souffrance et ses blessures psychiques, et passer à autre chose pour se remettre en chemin dans sa vie relationnelle, affective et professionnelle.

De nombreuses femmes que j'ai rencontré ont peur et souffrent de voir leur image et leur féminité se dégrader avec les traitements (perte des cheveux, mutilation corporelle, prise de poids, fatigue, baisse ou absence de libido) cela affecte leur bien être personnel, relationnel et sexuel.

L'apparition d'un cancer du sein est le plus souvent une violente atteinte à l'intégrité, de sa féminité. La maladie transforme le corps mais aussi, les rapports du couple.

Comment se retrouver face à soi, face aux autres, dans une sexualité satisfaisante, après avoir été transformé par la maladie? Le sein, comme organe érogène, signal érotique, symbole de féminité, définissant la femme, va être abîmé, souvent supprimé et pas toujours reconstruit. Se reconstruire et vivre après un cancer du sein alors que l'on n'est ni tout à fait la même, ni tout à fait une autre...

Reconstruction, féminité renvoient à des questions essentielles et fondatrices de l'identité.

[...] Ce qui se vit dans ce lieu est unique et indescriptible. Toutes celles qui ont vécu cette expérience peuvent en témoigner. Les femmes en ressortent grandies, différentes et plus confiantes. Elles sont sorties du déni pour certaines et pour d'autres c'est poursuivre le chemin engagé. J'aime leur dire : Ici on sème, et demain vous récolterez...

Mon engagement ici est essentiel. Je retrouve du sens dans ma vie personnelle et professionnelle et la rencontre avec toutes ces femmes m'enrichissent et me nourrissent un peu plus à chaque fois. La « magie » du lieu opère à chaque séjour et je peux en témoigner.



“

Ethan est revenu
avec plein d'étoiles dans
les yeux, un grand sourire
sur son visage. »

Maman d'Ethan



“

Un moment aussi inoubliable
que formateur. »

Parents de Romaric

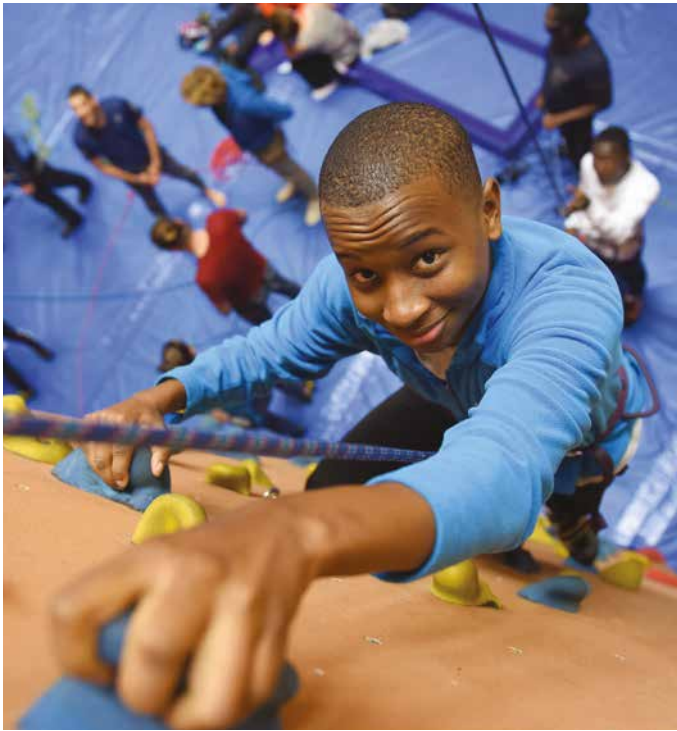


“

Une bouffée d'air pur
pour ceux qui en ont
besoin. »

Maman de Trévis





“

Ça m'a rendu fier
car je me suis dépassé. »

Noé



“

Il y avait longtemps que je n'avais pas
vu Lucie sourire à ce point et surtout
être aussi positive. »

Maman de Lucie



“

Merci de m'avoir donné
le courage de gravir mes peurs. »

Milan





“
L'effet d'un baume
au cœur. »
Karin



“
J'ai fendu l'armure et mon cœur
s'est envolé tout en haut
de la montagne. »
Laure



“
Je suis portée d'une énergie
incroyable et je vais continuer
de pratiquer le bonheur ! »
Clarisse





“
L'origine
de ma renaissance. »
Florence



“
L'espoir qui renaît, la tête
qui se repose, une confiance
perdue qui revient ! »
Annick



“
Je suis arrivée ne sachant pas
où j'allais, je repars en sachant
qui je suis ! »
Isabelle

SE RETROUVER POUR PROLONGER LES BIENFAITS

« L'APRÈS-SÉJOUR »

Nos séjours offrent une parenthèse hors du quotidien, un moment privilégié partagé par des femmes ou des enfants ayant traversé des épreuves de maladie similaires. Un moment pour soi, juste pour soi, notamment pour des femmes souvent prises par leur quotidien et leur famille.

Une fois repartis de Chamonix, nous nous efforçons de garder ce lien extrêmement puissant né au pied du Mont-Blanc. Un lien fort qui permet de prolonger les bienfaits des séjours et de rester dans cette nouvelle dynamique de vie et d'envies.

Les occasions de retrouvailles ne manquent donc pas : que ce soit à travers la pratique du sport ou lors d'événements festifs. La magie de l'Everest ne demande qu'à essaimer !



Match du Paris Saint-Germain



La cordée francilienne

FAIRE DU SPORT RÉGULIÈREMENT

Des cours de Yoga

L'association organise des cours de yoga à Paris, Annecy et Grenoble, ouverts aux femmes ayant participé à un séjour. Des cours qui permettent de continuer de façon régulière et adaptée une pratique initiée à Chamonix.

Des séances d'escalade

Elles sont proposées aux enfants et leurs familles et aux femmes par La Cordée Francilienne et La Cordée Val de Loire. Cette activité sportive, très appréciée lors de nos séjours, est un formidable outil pour travailler la confiance en soi et en ses capacités. C'est donc un immense bonheur de pouvoir en faire bénéficier la grande famille À Chacun Son Everest ! lors de ces séances.

« Un peu plus d'un an après avoir monté son Everest, Hugo va très bien. Il adore l'escalade et en fait en club une fois par semaine. Il poursuit la voie montrée par Christine Janin et porte fièrement son maillot.»
Maman d'Hugo

SE RETROUVER SOUVENT !

Les occasions de sorties festives initiées par nos partenaires sont nombreuses et variées. Nous pouvons toujours compter sur eux pour offrir aux enfants et aux femmes des moments exceptionnels bien au-delà de nos séjours.

Cette année, grâce à notre partenaire **Rolex**, trente femmes ont assisté au ballet Tree of Codes de Wayne McGregor dans le cadre grandiose de l'Opéra Bastille et **douze places** ont été offertes à des enfants et leurs familles pour se rendre au plus grand tournoi de tennis indoor au monde, le **Rolex Paris Masters de Tennis à l'AccorHotels Arena**.

Soixante-deux places ont été distribuées par **Emirates pour soutenir le Paris Saint-Germain** lors de leurs matches à domicile au Parc des Princes, et cela tout au long de leur saison de Ligue 1 Conforama. De beaux moments à partager pour de beaux souvenirs à garder pour chacun.

LES BIENFAITS DU YOGA

Le yoga associe des **bienfaits d'ordre physique, mental et spirituel**. Sa pratique combine exercices physiques, exercices respiratoires, exercices de méditation et de relaxation.

Entre autres bénéfices, les exercices physiques donnent plus de souplesse, revitalisent l'ensemble du corps, harmonisent la musculature, développent la concentration et renforcent le système immunitaire. Les exercices respiratoires, quant à eux, éliminent les toxines de l'organisme, améliorent la circulation sanguine et renforcent notre vitalité en faisant circuler l'énergie vitale. Enfin, la méditation augmente notre joie de vivre.

LES BIENFAITS DE L'ESCALADE

L'escalade est une activité sportive unique par le nombre de qualités et de bienfaits qu'elle apporte. Elle participe au renforcement musculaire et à l'endurance, stimule les fonctions cérébrales et permet de prendre conscience de son corps. L'escalade véhicule aussi de belles valeurs : détermination, partage, sens du défi, confiance en soi et en les autres, etc.

UN CONSEIL D'ADMINISTRATION DYNAMIQUE

VIE DE L'ASSOCIATION

À Chacun Son Everest ! peut compter sur des administrateurs fidèles et très impliqués qui n'hésitent jamais à donner de leur temps.
Présents lors des conseils d'administration et assemblées générales, ils se mobilisent dès que nous les sollicitons et ne tarissent pas d'idées pour soutenir l'association. Conseils, défis sportifs, bénévolat, ils sont sur tous les fronts avec un engagement sans faille. Chacun d'eux est un maillon précieux et contribue à cette organisation solide qui permet à l'association de grandir et d'apporter toujours plus de magie aux femmes et aux enfants malades en séjour à Chamonix. MERCI à tous !



Philippe Leboeuf



Benjamin Debrosse



Anne Megevand



Edvige Koch du Comité de la Charte du Don en Confiance, Pierre Remise, Carole Herbert et Eric Le Bourgeois du Comité Finance

PHILIPPE LEBOEUF

Le 23 août dernier, Philippe Leboeuf, Président d'A Chacun Son Everest !, a fêté ses 60 ans. Un beau prétexte pour courir au profit des femmes et des enfants malades. Notre Président s'est ainsi lancé le défi de parcourir 500 kilomètres à vélo en quatre jours. Un challenge qui a permis de récolter une belle cagnotte. Merci pour ce cadeau d'anniversaire ! Happy Birthday Mister President !

ANDRÉ BARUCHEL

Conseiller médical de l'association pour les stages enfants, le Professeur André Baruchel a validé cette année, comme il le fait depuis l'origine de l'association, tous les dossiers des stages de l'été. Sa priorité : garantir la bonne prescription des séjours et ainsi assurer la sécurité maximale pour les enfants. Nous savons combien son temps est précieux et lui sommes infiniment reconnaissants pour les nombreuses heures passées à étudier les 4 561 dossiers depuis 25 années.

L'occasion de saluer l'incroyable avancée dans le domaine de la recherche médicale sur les CAR T-Cells (Chimeric Antigen Receptor T cells) qu'il a permise l'an dernier.

MARC ESPIE

Conseiller médical pour les femmes, il a contribué à la mise en place de leurs premiers séjours. Son savoir nous est indispensable, ses conseils et son analyse toujours d'une grande expertise. Malgré son emploi du temps (sur)chargé, Marc répond présent à chacune des sollicitations de l'association.

JEAN-PAUL LAFAY

Président du Club des dirigeants de l'Hôtellerie Internationale et de Prestige, il est toujours disponible pour trouver les lieux de réunion et favoriser nos partenariats. Très impliqué dans la partie notaires et legs, il n'hésite jamais à parcourir des milliers de kilomètres pour notre cause. Jean-Paul est aussi un formidable accompagnateur de voyage pour nos champions de l'été. Cet été il a assuré le voyage de trois enfants de Bordeaux à Paris. Un grand monsieur, une « vraie fée » tous terrains et aux multiples casquettes !

PIERRE REMISE

Trésorier de l'association, Pierre est très impliqué et pilote les réunions mensuelles du Comité Finance.

Un soutien aussi indéfectible que précieux. Disponible, vigilant et bienveillant, depuis l'origine impliqué dans l'association, nous avons la chance de bénéficier de sa précieuse expérience professionnelle d'expert-comptable.

BRUNO MEGEVAND

Bruno, toujours très impliqué à travers ses partenaires, a également su fédérer à la cause d'A Chacun Son Everest ! nombre de soutiens. Ses conseils avisés sont toujours judicieux. D'autre part, Anne son épouse, a accompagné cette année encore avec beaucoup de bienveillance un séjour de femmes.

EVELYNE DEBROSSE

Notre Secrétaire Générale, qu'elle soit à Paris, Amsterdam ou São Paulo est toujours tout près de nous quand il s'agit d'étudier, de valider, de faire avancer les dossiers juridiques, de mettre à jour nos statuts, etc. Un coup de chapeau à son fils Benjamin, bénévole actif (et fidèle) de l'équipe médicale des stages enfants cet été à Chamonix.

ZOOM SUR LA VIE DE LA MAISON



Moments forts en émotions, rencontres ou innovations émaillent la vie de la maison au quotidien. Ces courts focus non exhaustifs, loin de là !, sont l'occasion de rappeler et de partager de jolis souvenirs marquants pour tous.



UNE VISITE DE « CHARME »

Cet été, dans le cadre de la célébration du 70ème anniversaire des relations diplomatiques entre le Népal et la France, nous avons eu l'honneur de recevoir Miss Népal 2018, Shrinkhala Khatiwada. Une belle rencontre suivie d'échanges avec les adolescents de la semaine. Namaste !





Bouquet offert par Sabine Masson fleuriste

LE JARDIN DE L'ASSOCIATION SE FAIT UNE BEAUTÉ.

Un jardin botanique, participatif et thérapeutique conçu et réalisé par Patrick Humblot, architecte-paysagiste, qui s'inscrit dans la complémentarité des installations précédemment créées sur le site de Chamonix et au sein de la maison (Parc Aventure, Salle d'Escalade, Espace Zen...). Par sa fonction thérapeutique mais également récréative, culturelle et pédagogique, le jardin apportera un outil complémentaire et innovant à l'action.

Grâce à une connexion plus intime à la terre et à la présence bénéfique de l'eau, il favorisera les échanges et contribuera à améliorer la qualité et le confort du lieu de vie des femmes et des enfants en séjour (ouverture à la nature, développement des liens...).

Intégré à l'environnement existant, le jardin est conçu avec simplicité, esthétisme et harmonie. Il participera également à l'éveil des sens et au régal de chacun puisqu'il sera à disposition du chef cuisinier. De belles saveurs en perspective !



Thierry, François, Pauline, Nicolas et Eric

L'ÉQUIPE AU SOMMET

Le dernier stage adolescents de l'été fut un moment fort pour toute l'équipe permanente de Chamonix qui a partagé l'émotion du sommet avec les jeunes. **Un élan formidable pour tous.** Un merci tout spécifique à Bikram, Eric, François, Nicolas et Thierry pour leur précieuse aide grâce à laquelle Pauline a pu elle aussi atteindre son Everest en joëlette.



LES 90 ANS DE NOTRE ADMINISTRATEUR ET AMI HUGUES AUFRAY

Happy Birthday Hugues ! Un grand artiste de cœur présent depuis le début de l'aventure en tant qu'ambassadeur et administrateur d'À Chacun Son Everest ! et lors de chaque événement marquant de la vie de l'association. Cette année il a fêté dignement du haut de ses 90 printemps, ses 60 ans de carrière à Sorèze, lors d'un concert géant de 4000 personnes, et lors de deux magnifiques concerts à la Salle Pleyel les 18 et 19 octobre derniers. Salle comble à chaque fois pour un Hugues aussi pétillant qu'au siècle dernier ! D'ailleurs ses tubes résonnent toujours dans les feux de camps. Un grand bravo à notre troubadour au grand cœur, reçu pour l'occasion sur de nombreux plateaux (*Vivement Dimanche de Drucker pour un spécial Hugues Aufray, France 2, BFM, RTL, Europe 1, etc.*).



Léa Vinay



L'équipe au sommet



Emeline Sedjal et Aïto

Merci à **Emeline**, responsable des séjours, qui cette année a guidé tous les enfants et toutes les femmes jusqu'à leur Everest grâce à son énergie lumineuse et sa douce bienveillance.

Merci à **Florence** qui gère toute la logistique des séjours enfants et femmes avec rigueur et réactivité !

Merci à **Fabienne**, qui entretient notre grande maison, la rend accueillante et toujours impeccable.

L'ESPACE EVEREST PREND SON ENVOL ! DE BELLES SYNERGIES

L'association À Chacun Son Everest !, sous l'impulsion énergétique de sa directrice Christine Janin, a œuvré à transformer cette idée en réalité pour disposer d'un lieu où les femmes de la région d'Annecy atteintes d'un cancer du sein puissent prolonger les bienfaits de leur séjour à Chamonix. Un espace où elles échangent, se soutiennent, et rompent la fréquente solitude ressentie face à la maladie.

L'Espace Everest leur permet de garder ce lien et offre à toutes celles en traitement de bénéficier gratuitement de différents ateliers, soins de support, espace de rencontres, coaching, etc., afin de « mieux vivre » la maladie et « mieux se reconstruire ».



Installé à Annecy-Pringy, le centre d'accueil ressource de 275m², est aujourd'hui une réalité en plein épanouissement ! Elles sont déjà une soixantaine de femmes à y venir très régulièrement. D'autre part, les liens entre Chamonix et Pringy sont très étroits; une proximité qui a vite permis de trouver des soignants de grande qualité et parfaitement au fait de l'action À Chacun Son Everest !. Encore un joli cercle vertueux pour de belles synergies !

LA FORMATION CONTINUE DE L'ÉQUIPE « ESPACE EVEREST », GAGE DE QUALITÉ ET DE COMPÉTENCE

Pascale Darsen en est la responsable au quotidien. Cette professionnelle du développement personnel a elle-même suivi un séjour à Chamonix après son cancer. En sa qualité de patiente-experte, elle sait combien il est essentiel d'être soutenu et actif pour « guérir mieux ». Conformément aux orientations du Plan Cancer 3 (qui propose d'intégrer des « patients experts formés » aux équipes soignantes), Pascale a obtenu ce diplôme à la Sorbonne en juin 2019.

Pour la soutenir dans son action au quotidien, l'Espace Everest s'est également doté d'un **Comité de Pilotage** composé de professionnels de la santé à l'écoute des besoins des femmes malades. Réuni pour la première fois le 9 septembre dernier, la mission du Comité est d'échanger sur les actions et d'imaginer des synergies pour que chaque femme bénéficie du meilleur accompagnement possible.

Ses membres : les docteurs Shaghayegh Ameloot (Gynécologue obstétricienne), Angélique Duparc (Radio-oncologue), Laetitia Stefani (Oncologue), Johann Morizot (Nutritionniste) et Magali Perillat (Onco-psychologue).

Merci à ces femmes et à ces hommes de cœur pour s'être engagés à nos côtés.

“

Merci pour ce bel Espace Everest, un cocon douillet et rassurant où on se sent chez nous, dans un monde de bienveillance, où les intervenants sont tous fantastiques. Chaque activité proposée nous apporte beaucoup de bienfaits, de relaxation. Que cet endroit continue sur cette lancée et puisse accueillir toutes celles qui en ont besoin. Merci pour tout le travail réalisé pour créer ce lieu magique.»

Christine B.



L'ESPACE EVEREST EN CHIFFRES*

17

INTERVENANTS
PROFESSIONNELS

9

ACTIVITÉS EN GROUPE
YOGA, MÉDITATION, COACHING,
SOPHROLOGIE, ART-THÉRAPIE,
QI GONG, ATELIER NUTRITION...

120

SÉANCES DE GROUPE
RÉALISÉES

7

ACTIVITÉS EN INDIVIDUEL
SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUE,
MASSAGES DÉTENTE, RÉFLEXOLOGIE
PLANTAIRE, SHIATSU, FASCIA THÉRAPIE,
ENTRETIEN ONCO-PSYCHOLOGUE,
ETC...

266

SÉANCES INDIVIDUELLES
RÉALISÉES

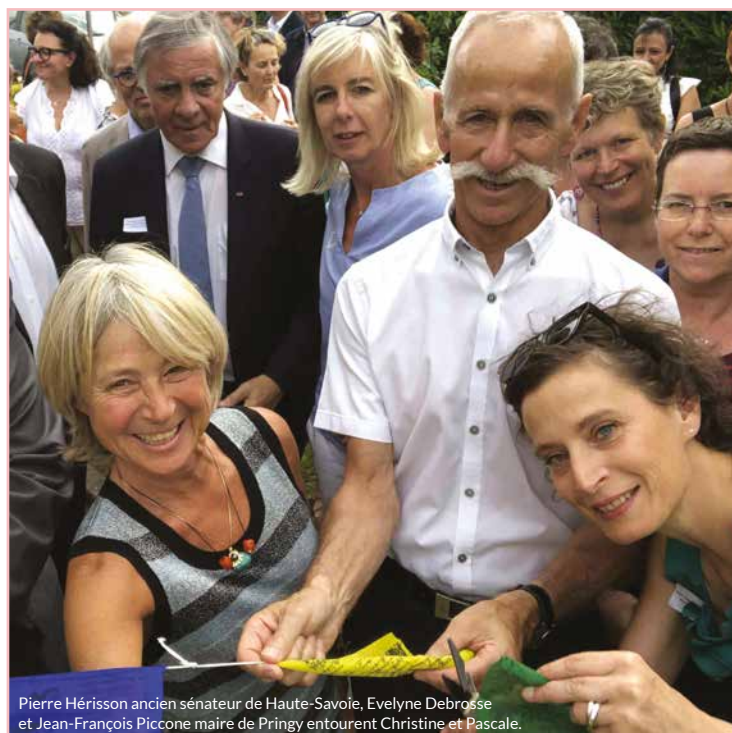
886

PERSONNES
VOLUME PUBLIC TOTAL

* Entre janvier et septembre 2019



Le comité de pilotage



Pierre Hérisson ancien sénateur de Haute-Savoie, Evelyne Debrosse et Jean-François Piccone maire de Pringy entourent Christine et Pascale.



INAUGURATION DE L'ESPACE EVEREST

Le 19 juin 2019, l'Espace Everest était officiellement inauguré en présence des partenaires qui ont permis sa naissance (Région Auvergne-Rhône-Alpes, Ecotel, groupe Dunoyer, Electro Dépôt, Botanic l'association Cœur Vanessa), du Préfet de Haute-Savoie, de soignants (médecins, psychologues, infirmières), d'intervenants, de bénévoles et de nombreuses femmes venues en séjour. L'ambiance était douce, le plaisir de se retrouver palpable. Moment émotion symbolique de l'inauguration, la coupe du ruban multicolore, fait de drapeaux à prières népalais, longuement applaudie par les quelques 160 invités.

NOS "ENFANTS DE L'EVEREST"

DES LIENS POUR LA VIE

La maison, camp de base de l'association, voit chaque année depuis vingt-cinq ans nombre d'enfants et de femmes reprendre confiance et se dépasser pour mieux affronter la vie après l'épreuve de la maladie. Une semaine de stage empreinte de magie, de rencontres et de découvertes, qui reste pour tous un merveilleux souvenir.

Certains reviennent pour revoir et montrer à leurs proches ce lieu si important dans leur parcours ; d'autres pour encadrer et accompagner à leur tour de jeunes malades sur le chemin de leur Everest. Leur présence agit comme une formidable lueur d'espoir et de confiance en l'avenir.

Sans compter que l'équipe de l'association est toujours aussi heureuse de les revoir. Les mois ou les années ont passé mais l'émotion, elle, reste intacte ; toujours.



LES « ANCIENS » SONT NOS MEILLEURS AMBASSADEURS

En 2019 plus de 170 bénévoles ont représenté À Chacun Son Everest ! lors de diverses manifestations. Un grand merci à eux et à leurs familles pour consacrer ce temps à l'association. Leurs parcours de vie sont toujours très émouvants et ils sont nos meilleurs ambassadeurs pour raconter la magie qui opère lors des séjours et inciter toujours plus de bonnes volontés à rejoindre notre cordée du cœur.

Cet été Emilie, Naomi, Sophie, Enora, Matthieu et Jérôme ont accompagné les enfants en tant que soignants ou animateurs. Forts de leur expérience d'« enfants de l'Everest » ils sont un bel exemple de résilience. Nous leur sommes très reconnaissants d'avoir été présents pour nos petits champions.



“

9 Février 1999 - 9 Février 2019,
voilà maintenant 20 ans... 20 ans que j'ai dit adieu
à ce fichu CANCER. Des mois de combat, de
souffrance, d'interrogations. Je suis passé par
une très belle porte. Cette maladie a forgé l'homme
que je suis et le soignant que j'ai toujours voulu être.
Une vie bouleversée pour beaucoup de monde autour
de moi... On relève la tête et on regarde l'horizon...
Merci à ma famille, mes amis. MERCI aux médecins,
Christine JANIN, Wadih mon cher infirmier
depuis médecin et chef de clinique.
La vie mérite d'être vécue à fond... »

Matthieu

UN ÉLAN DE VIE POUR LA VIE ENTIÈRE !

LE BESOIN DE PARTAGER

La semaine de séjour à Chamonix insuffle à tous, enfants et femmes malades, un nouvel élan de vie. Un élan qui emporte dans sa route familles, conjoints, parents et proches. Comme le disent notamment nombre de parents d'enfants venus en stage, ils reviennent différents, transformés, joyeux, avec une confiance nouvelle en eux.

Pour certaines femmes et certains jeunes ce changement se concrétise par le besoin de s'exprimer sur la maladie en couchant par écrit leur parcours ; partager l'épreuve pour tout à la fois mieux vivre avec et la dépasser. La partager aussi en se disant qu'elle pourrait apporter conseil et soutien à d'autres malades dont le combat reste à mener. Cette confiance retrouvée conduit d'autres « anciens de l'Everest » vers de nouveaux sommets, aussi variés qu'admirables. Certains se lancent dans des exploits sportifs, d'autres osent une nouvelle voie professionnelle, etc.

DES LIVRES



Chaque épreuve à son sommet d'Axel GOURIOU avec Valérie MOTTÉ
Diagnostic dès sa naissance de la mucoviscidose, on découvre à Axel une leucémie à l'âge de 7 ans.

Ces épreuves ont façonné sa philosophie de vie et l'ont convaincu que l'être humain est capable de l'impossible car la seule solution est de se relever. Axel, aujourd'hui âgé de 24 ans, livre un témoignage poignant sur la maladie et sa volonté d'expérimenter au maximum ce que lui offre la Vie.

« À Chamonix on arrive en combattant quasi solitaire, on apprend à s'ouvrir, à aimer à nouveau, à partager ce doux cadeau qu'est la Vie ! »



Les zombies parentaux d'Emilie BURNAY-DUTTO

Emilie, maman d'Emma venue en stage adolescents en 2019 a, de par son parcours personnel, beaucoup réfléchi à la notion de « parenté » au travers des épreuves de la vie. Un ouvrage de ressources bienveillantes et de courage.

« À Chacun Son Everest ! est un moyen de développer à nouveau ses capacités personnelles. Notre fille a pu ainsi se redécouvrir, reprendre confiance, se réadapter, se dépasser, digérer son parcours de soins compliqué. Ça peut ressembler à un rituel de passage entre un avant et un après. »



Ma résilience, mes combats contre la maladie d'Alice GROS

Alice, 18 ans lors de son stage à Chamonix en 2006, et 31 ans aujourd'hui, raconte à travers ce livre son combat contre la maladie alors qu'elle n'était qu'adolescente. Un point de vue du malade mais aussi de l'accompagnant puisqu'elle accompagnera sa grand-mère également touchée par cancer.

« À Chacun Son Everest ! a changé ma vie à jamais parce que j'ai repris confiance en mon corps et en ce qu'il pouvait faire. Je l'ai de nouveau utilisé. J'allais au bout de moi ; au bout de mes forces, au bout des choses, en haut de mon Everest. »



Un sein en enfer de Marion FRISON

Marion signe un récit intime, parfois poignant, sans jamais se départir de son sens de l'humour. Du choc du diagnostic à la rémission, elle nous livre ses douleurs, ses doutes, sa culpabilité mais aussi ses découvertes et ses joies dans un témoignage qui résonne comme une ode

à la vie et à l'amitié.

« Un an déjà que j'ai débarqué à Chamonix complètement hébétée, sans imaginer à quel point cela changerait ma vie. [...] À Chacun Son Everest ! m'a permis de retrouver ce que j'avais largué dans mon naufrage : l'envie, la confiance et l'énergie. »



Céline et sa famille en trek au Népal

LES EVEREST PERSONNELS

Un séjour à Chamonix marque souvent le début de nombreuses aventures de Vie ! Ces enfants et ces femmes qui se sont battus contre la maladie osent désormais relever tous les défis ! En plein désert au Rallye des Gazelles, à Millau lors d'une course à pied de 100 kilomètres, à la conquête du sommet du plus haut terroir d'Europe, au Raid Amazonas, ou encore en trek au Népal, tous se dépassent pour atteindre de nouveaux Everest !

ON PARLE D'À CHACUN SON EVEREST !

LES MÉDIAS

Cette année encore, À Chacun Son Everest ! a bénéficié d'une belle couverture médiatique. La visibilité offerte par les médias est un formidable atout pour faire connaître notre action au plus grand nombre et permettre à toujours plus d'enfants et de femmes de gravir leur Everest. Radio, télévision, presse écrite, l'association et sa fondatrice Christine Janin, ont été plus d'une fois mises à l'honneur.

Retrouvez toutes les actualités médiatiques de l'association sur le site www.achacunsoneverest.com rubrique Presse.

PRESSE ÉCRITE

La Nouvelle République - 3 février
Christine Janin, Dame de pics et de cœur

Fondation Air France - 3 février
Zoom sur À Chacun Son Everest !

La tribune Auvergne Rhône-Alpes - 13 juin
Prix Enrichir : Christine Janin l'aventureuse

What's up Doc? Le mag - 30 juin
Christine Janin : « les femmes et les enfants d'abord »

La tribune Auvergne Rhône-Alpes - 27 septembre
Marchez, méditez, vivez ! par Christine Janin

Le Dauphiné Haute-Savoie - 17 octobre
À Chacun Son Everest ! passe la barre des 100 stages pour les femmes

TÉLÉVISION

Le Jour du Seigneur / France 2 - 11 janvier
Himalayiste, elle aide les enfants malades à gravir « leur Everest »

Sénateur à domicile / Public sénat - 11 février
Secours en haute-montagne avec le sénateur Loïc Hervé

La face B de ... / BFM Business - 12 février
La face B de... Philippe Lebœuf

Vis leurs vies / LCI - 22 septembre
L'Ultra-Trail du Mont-Blanc courir solidaire !

RADIO

France Maghreb 2 - 6 octobre
Christine Janin chez Parler Femmes pour l'interview femmes d'influence

Merci



TRANSAT JACQUES VABRE

À Chacun Son Everest ! a participé à la Transat Jacques Vabre 2019 dans la catégorie Class40. Les deux skippers Yves et Renaud Courbon ont vécu une aventure exceptionnelle qui nous a fait voyager du Havre à Salvador de Bahia. Fiers qu'ils aient choisi de naviguer en portant haut et loin nos couleurs. Nous leur adressons toutes nos félicitations pour cette belle 13ème place.

UNE GÉNÉROSITÉ SANS LIMITE

LES INITIATIVES DE COLLECTE

Chaque année le nombre d'actions imaginées et organisées en faveur d'À Chacun Son Everest ! ne cesse de grandir ! L'équipe est toujours très touchée de voir l'ingéniosité et l'énergie mises en œuvre par les organisateurs afin de récolter des fonds et de faire connaître l'association. Ces événements émanent à la fois de particuliers, d'écoles, d'associations, de Clubs services ou encore de nos Cordées.

La force de ces soutiens et la visibilité offerte sont un moteur formidable et nous encouragent dans notre combat.



Hockey Club Mont-Blanc en présence de JM Peillex



Action Haut de France

QUATRE CORDÉES QUI ASSURENT !

À Chacun Son Everest ! bénéficie de formidables relais en régions, nos précieuses Cordées. Nées de la volonté de familles d'enfants et de femmes venus en séjour, elles permettent de favoriser et de maintenir les liens au-delà des séjours. Les Cordées sont aujourd'hui au nombre de quatre : **La Cordée Francilienne** (en Ile-de-France), **La Cordée Bretonne** (en Bretagne), **La Cordée Val de Loire** (en Touraine) et **Cœur Vanessa** (en Rhône-Alpes). Elles agissent comme des antennes locales afin de récolter des fonds et promouvoir l'association. Présentes lors de nombreuses manifestations, elles font un formidable travail de terrain et de sensibilisation.

DES HOMMES ET DES FEMMES DE TOUS HORIZONS UNIS PAR UNE MÊME CAUSE

Les particuliers sont nombreux à se mobiliser pour soutenir notre cause. Artistes peintres, créateurs de bijoux, comédiens, salariés, chefs d'entreprises ou encore étudiants, des femmes et des hommes de tous horizons qui ont en commun générosité et engagement. Attachés à notre action, sensibles à la maladie, ils mettent en place des événements et des collectes de fonds.

Certains soutiens sont de véritables challenges. **Les sportifs solidaires**, tels que nous aimons les appeler, sont nombreux : cette année **116 hommes et femmes** ont relevé des défis sportifs porteurs de sens. Et ils n'ont pas manqué d'énergie ! Nos ambassadeurs ont pour certains participé à des courses, marathons et randonnées solidaires ; d'autres ont choisi des défis sportifs à ski de fond, à vélo ou encore en bateau. Du sommet du Kilimandjaro, aux sentiers de randonnée canadiens, en passant par la Jordanie, notre fanion a voyagé sans relâche et fait rêver petits et grands.

Bravo à tous pour ces défis relevés ! Nous sommes très touchés par cette volonté partagée de promouvoir À Chacun Son Everest !.



ULTRA TRAIL DU MONT-BLANC

40 courageux coureurs ont soutenu À Chacun Son Everest ! sur les sentiers de l'UTMB. Nous saluons la force de l'engagement ainsi exprimé aux enfants et aux femmes de l'association.

Et un grand Merci à l'organisation de l'UTMB et au Rotary Club Chamonix Mont-Blanc-Megève pour promouvoir À Chacun Son Everest ! à l'occasion de cet événement sportif et solidaire.



Rejoignez À Chacun Son Everest !
sur Facebook et Instagram
pour ne rien manquer des actualités
et généreuses initiatives menées
pour soutenir notre action.

NOS PARTENAIRES

DES LIENS DE CŒUR

Une grande partie des ressources de l'association sont issues de partenariats avec des entreprises et des fondations. Des marques de confiance qui garantissent la pérennité de notre action.

Qu'elle soit financière, matérielle ou humaine, chaque aide est précieuse et booste notre envie d'accueillir toujours plus de femmes et d'enfants.

Sans ces entreprises engagées, sans leur générosité et leurs nombreuses initiatives, l'association n'existerait pas.

Un immense merci collectif au nom de toute l'équipe d'À Chacun Son Everest !, et en celui des enfants et des femmes bénéficiaires des séjours.

GPMA, Fondation Coromandel,
Le Laboratoire JANSSEN,
Le groupe JOHNSON&JOHNSON,

April, Auditoire, Au Vieux
Campeur, Brother, Carrefour
Market/Groupe Provincia, C10,
Clarins, Club des Dirigeants de
l'Hôtellerie Internationale et de
Prestige, Cocktail Scandinave,
Ecotel, Electro Dépôt, Espri
Restauration/DLG, Fonds de
Dotation Air France, Groupe
Dunoyer, Prisma Média, Région
Auvergne-Rhône-Alpes, Rolex,
SNCF, Volkswagen Utilitaires.
ACB Xerox, AED, ALP, Béal, Bel,
Boondooa, Botanic, Campanile
Lyon Part Dieu, Canon, Caractère,

CE Pullman, Chalet 4810, Cœur
Vanessa, Compagnie du Mont
Blanc, Conseil Départemental de
la Haute-Savoie, C'Pro, Crambes/
Casse-Tête, Cybergraph,
Dumarest, Emirates, Espoir Santé
Harmonie, Ferrero, Florame,
Fondation DB Groupe, Fondation
Caisse d'Epargne Rhône-Alpes,
Fondation EMV, Fondation
Hermès, France Incendie,
Fresh Influence, Fujifilm, Fusalp,
Generali, GIE Inter-Filiales, Glaces
des Alpes, GTL International,
Holiste, Hôtel Héliopic, Humblot
Patrick, Idéal Sport/Degré 7,
Ingenico, ISETA, Jean Lain, Julbo,
La Maison de Teiss, Lazard, Le
Drapo, Les 2 Marmottes, Lestra,

Mairie de Chamonix, Marais du
Bulloz, Materne, Maxell, Nic
Impex, Ninapharm, Odyssée,
Oxyvie, PGHM de Chamonix,
PNY, Préfecture de Haute-
Savoie, Pyrex, QC Terme, Raffin
& Associés, Reusch, Rotary Club
Chamonix Mont Blanc Megève
avec l'Ultra Trail du Mont
Blanc, Sabine Masson Fleuriste,
Saint-Gervais Mont Blanc,
Schöffel, Signature, SNTPP,
SOFOP, Sogedex, Sotrasign,
Stationnement Ville de Lyon,
Staubli, Sysoco, Tecnica, Temmos,
Thermes de Saint-Gervais Mont
Blanc, Thermocompact, TSL,
UrgoTech, VLAD.

Tous nos remerciements aux nombreux Clubs services qui multiplient les actions pour financer des séjours : Club Inner Wheel, Lions Club, Rotary Club, Agora Club, Soroptimist, etc. Lors de soirées caritatives ou encore de loteries, ils allient convivialité et solidarité. Leur soutien est primordial et nous sommes toujours ravis de les accueillir au sein de notre magnifique camp de base pour échanger sur nos projets communs.

Sans oublier toutes les associations qui nous soutiennent et nos précieuses Cordées.



REJOIGNEZ CETTE BELLE

CORDÉE SOLIDAIRE !



A Chacun Son Everest ! - Journal 2019.
Crédits Photos : Jérôme Gorn, Sébastien Champeaux, Karine Lhéron, Marine Pistien, Gaëtan Haugeard.
Réalisation : Julie Robert - Bang Bang Studio.



> Plus d'infos en ligne sur www.achacunsoneverest.com

> Si vous souhaitez faire un don par chèque, merci de l'établir à l'ordre d'**À Chacun Son Everest !** et de l'envoyer à l'adresse suivante :

À Chacun Son Everest ! - 703 rue Joseph Vallot - 74400 CHAMONIX MONT BLANC

Les dons réceptionnés à partir du 1er Janvier 2020 feront l'objet d'un reçu sur l'année 2020.

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

E-mail :

☐ 20€ ☐ 50€ ☐ 100€ ☐ À ma convenance :

☐ Je souhaite recevoir la newsletter

☐ Don dédié à la mission globale (enfants et femmes)

☐ Don dédié uniquement aux enfants

☐ Don dédié uniquement aux femmes

Par arrêté en date du 4 octobre 2013, l'association peut désormais soutenir les femmes en rémission d'un cancer du sein, en complément de la mission dédiée aux enfants. Sans remarque de votre part, votre don sera affecté indifféremment à l'une ou l'autre mission, en fonction des besoins. Si vous souhaitez que votre don soit réservé aux enfants ou aux femmes, il suffit de le préciser lors de votre envoi. Votre aide sera alors utilisée pour la cause choisie et vos reçus de dons seront clairement établis dans le sens de votre volonté.

Vos coordonnées nous sont indispensables pour vous envoyer votre reçu fiscal et/ou nos communications.
Ces données se limitent aux besoins de l'association pour vous et ne sont conservées que pour le temps de traitement de vos demandes.
Ces informations sont conservées de manière confidentielle et destinées exclusivement à l'Association.
Conformément à la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978 et au règlement Européen sur la protection des données du 27 avril 2016, vous disposez d'un droit d'accès, de suppression et de rectification aux données personnelles vous concernant en nous contactant au 04 50 55 86 97 ou sur chamonix@achacunsoneverest.com.



Vous bénéficiez d'une réduction d'impôt sur le revenu de 66 % de votre don dans la limite annuelle de 20 % de votre revenu net imposable et, si vous êtes une entreprise, d'une réduction d'impôt sur les sociétés de 60 % de son montant dans la limite de 0,5 % du chiffre d'affaire HT.



MERCI À VOUS

POUR TOUT CE QUE VOUS FAITES POUR LES ENFANTS
ET LES FEMMES DE L'ASSOCIATION !

