

CTANGOPSY

UN DISPOSITIF INNOVANT AU COMITE 95 DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

LE TANGO ARGENTIN : UNE DANSE A DEUX

AU SERVICE D'UN PROCESSUS D'ACCOMPAGNEMENT A VISEE THERAPEUTIQUE

Lilia Nabaïs - Psychologue clinicienne

5^{ème} Colloque international sur la recherche interventionnelle en santé des populations

INCa

COMITE DU VAL D'OISE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

❖ 4 MISSIONS

- Informer et développer des actions de prévention.
 - Soutenir la recherche médicale.
 - Promouvoir les droits des patients.
 - Proposer des soins de supports : améliorer la qualité de vie des personnes malades et de l'entourage.
-
- Un comité par département (103 comités).
 - Une fédération : Ligue nationale contre le cancer.
 - Association loi 1901.

ATELIER TANGOPSY

- Dispositif clinique créé en 2018.
- Prend en considération les conséquences de la maladie.
- La danse tango mise au service d'un processus d'accompagnement à visée thérapeutique.
- Psychologue clinicienne : démarche d'observatrice et de participante : phase exploratoire de 2 ans.

POURQUOI LA DANSE, POURQUOI LE TANGO ?

- Littérature scientifique : effets bénéfiques reconnus.
- La danse : fonction socialisante, intégrative, communicative.
- Le tango : vertus thérapeutiques physiques, neurocognitives, psychologiques, sociales.
- Inscrit au patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO en 2009.
- La pratique du tango nommée au patrimoine culturel immatériel en France en 2020.

TANGOPSY

- Choix de la danse tango : potentiel thérapeutique
 - Pour des patients impactés dans leur organisme et leur subjectivité,
 - Atteints dans leur image du corps,
 - Traversés par des angoisses de mort récurrentes.
- **Trajectoire** du processus d'accompagnement psychique TangoPsy :
 - du corps médicalisé
 - au corps en mouvement dansé
 - vers une relation à soi et à l'autre

MODALITES DE L'ATELIER TANGOPSY

- Gratuit, durée 1h30, proposé à des adultes en traitement ou en rémission.
- Accompagnés ou non par un(e)partenaire non malade : proche, aidant.
- Cours assuré par un danseur professionnel de tango, coanimé avec la psychologue.
- Hebdomadaire, groupe fermé, mixte, sans exigence de parité, 14 participants maximum.
- Entretien préalable avec la psychologue.

MODALITES DE L'ATELIER TANGOPSY

- Durée de 6 mois, hors vacances scolaires.
- ✓ Un espace de danse gracieusement mis à disposition par la municipalité d'Argenteuil.
- Proposition de découverte d'un spectacle de tango et d'une milonga (bal tango).
Accompagnement des participants par la psychologue.
- Soutien psychologique des patients possible, entretiens individuels pendant la durée de l'atelier et à l'issue des 6 mois.
- Bienveillance, sans jugement, écoute et discrétion.

WISEES THERAPEUTIQUES

- Relancer le plaisir de mettre le corps en mouvement.
- Favoriser le maintien de la posture, de l'équilibre, de l'activité musculaire.
- Stimuler l'attention, la concentration, la mémoire.
- Vitaliser la confiance en soi, oublier la maladie.
- Retrouver des ressentis agréables, stimuler la sensorialité.
- Restaurer une dynamique relationnelle, affective dans le couple.
- Maintenir le lien social, le favoriser ou le développer.

DEROULEMENT DE TANGOPSY

- **Trois temps** : Occultation du miroir
 - La **préparation corporelle** : éveil sensoriel du corps.
 - Le **cours de tango** : apprentissage des pas fondamentaux, chorégraphie individuelle, à deux ; stimulation de la motricité, des processus cognitifs, de la sensorialité.
- **Danse à deux** : « **el abrazo** » : Enlacement, étreinte, engage vers une relation à soi et à l'autre.
- Stimule les interactions sensorielles, motrices, cognitives.
- Le **cours de révisions** : Soutenir le narcissisme des sujets, favoriser leur ressenti.

EVOLUTION

- Accueil favorable de TangoPsy depuis sa création en 2018.
- Prix « Innovations sociales et maladies neurodégénératives et chroniques » par le groupe HUMANIS, thématique activité physique, en 2018.
- Expérience partagée au 36^{ème} congrès de la Société Française et Francophone de Psycho-Oncologie en 2019. Article publié dans la revue de Psycho-Oncologie en 2020. (Volume 14 : La relation au cœur des innovations en cancérologie).
- Candidate au prix Galien : dispositif retenu dans la sélection officielle 2021.