

Hôpital de La Tour
Service de la communication

Chiara di Lella
Responsable de la
communication

T +41 (0)22 719 76 43
chiara.di_leva@latour.ch

Association Heureuse qui
comme...

Elisabeth Thorens-Gaud

Secrétaire
+ 41 79 464 88 75
elisabeth.thorens-gaud@bluewin.ch

Communiqué de presse

Genève, le jeudi 27 mai 2021

La voile au bénéfice de la santé et de la qualité de vie des femmes touchées par le cancer du sein

L'Hôpital de La Tour devient coach sport et santé pour le projet r'Ose Marines

L'Hôpital de La Tour et l'association *Heureuse qui comme...* fondent un partenariat pour les projets r'Ose Léman et r'Ose Marines, dont l'objectif est d'embarquer des femmes touchées par le cancer du sein dans l'aventure de la navigation. Il est basé sur une philosophie commune qui ancre l'activité physique régulière comme vecteur de santé, de qualité de vie et de confiance en soi, aidant ainsi à surmonter l'épreuve du cancer et à lutter contre la récurrence. Le soutien de l'Hôpital de La Tour se traduit en particulier par un accompagnement des équipières de r'Ose Marines en tant que coach sport et santé.

L'activité physique pour tenir le cap après un cancer du sein, la vision commune des deux partenaires

Dans le cadre du projet r'Ose Marines, des femmes touchées par le cancer du sein partiront pour un stage d'une semaine en mer. L'objectif est d'encourager la pratique d'une activité physique régulière reconnue comme bénéfique pour lutter contre les effets secondaires des traitements, diminuer le risque de récurrence et améliorer la qualité de vie des patientes et des patients. Une vision en adéquation avec celle de l'Hôpital de La Tour qui intègre systématiquement le mouvement à la prise en charge globale du cancer, notamment à travers des programmes de réhabilitation ou un suivi par les équipes du centre de médecine du sport. C'est fort de cette certitude commune qu'est né ce partenariat et que l'Hôpital de La Tour devient le coach sport et santé des équipages r'Ose Marines pour 2021 et 2022.

Le Dr Boris Gojanovic, médecin du sport et référent pour le projet, confirme d'ailleurs : « Nous sommes convaincus de la place essentielle que la santé physique et psychique joue dans le bien-être de nos patientes et patients. Au-delà de la prise en charge médicale, la qualité de vie passe par la confiance en soi et en son corps. La pratique d'une activité physique régulière permet de développer les capacités de résilience, d'affronter les événements imprévus de la vie et d'aborder de nouveaux défis ».

Les équipières de r'Ose Marines, encadrées par une skipper professionnelle, partageront la vie commune à bord du voilier dans un esprit d'aventure. Elisabeth Thorens-Gaud, fondatrice et secrétaire de l'association, souligne encore que « la pratique de la voile, sport d'équipe et d'entraide, permet aux navigatrices de vivre des moments d'échanges et de solidarité dans un environnement propice au partage ».

L'expertise du centre de médecine du sport de l'Hôpital de La Tour pour préparer les navigatrices

L'expertise des équipes du centre de médecine du sport de l'Hôpital de La Tour permettra aux navigatrices de réaliser leurs objectifs en toute sécurité et dans le respect de la santé avant tout.

Dans le cadre de ce coaching, les équipières bénéficient d'un accompagnement dans le domaine de la préparation physique et mentale et de la médecine du sport. Cela comprend notamment des tests et évaluations de santé et de performance, des consultations individuelles avec une diététicienne spécialisée en nutrition du sport, une consultation de groupe avec un psychologue, ainsi que l'établissement d'un programme d'entraînement personnalisé et un suivi médical jusqu'à la fin du stage en mer.

La préparation a déjà débuté pour les navigatrices qui mettront les voiles depuis la Bretagne le 5 juin prochain.

Coach sport et santé pour deux ans

L'Hôpital de La Tour accompagnera les aventurières de r'Ose Marines sur deux stages en mer en 2021 ainsi que deux en 2022.

A PROPOS

L'Hôpital de La Tour

L'Hôpital de La Tour est un établissement de soins aigus de haut niveau, privé, indépendant et à dimension humaine. Ancré dans sa mission de restaurer la meilleure qualité de vie possible pour ses patientes et patients, l'Hôpital de La Tour a placé l'amélioration continue et le développement de l'excellence médicale au cœur de ses priorités. Des médecins attachés à l'institution et un personnel soignant compétent ainsi qu'une infrastructure équipée des dernières technologies soutiennent ces objectifs. Il est le seul établissement privé en Suisse Romande disposant d'un service d'urgences ouvert 7j/7, 24h/24, de soins intensifs et de soins continus, ainsi que de services de médecine interne et de pneumologie pour les soins aigus. Il dispose également d'une unité de soins intermédiaires de néonatalogie et d'un centre de médecine du sport Swiss Olympic Medical Center.

L'Hôpital de La Tour est reconnu dans la planification hospitalière du canton de Genève et accueille également des patientes et des patients sans assurance complémentaire dans certains cas précis. Les consultations ambulatoires, sont, quant à elles, accessibles à tous les assurés au bénéfice de l'assurance maladie de base (LAMal).

L'Hôpital de La Tour en chiffres par année: 7'500 patients hospitalisés ● 339'000 prises en charge ambulatoires dont 39'000 urgences ● 6'600 interventions chirurgicales ● 52 médecins formés dans 11 disciplines médicales ● 1'100 collaboratrices et collaborateurs ● 511 médecins agréés actifs.

Plus d'informations: www.latour.ch

Les projets r'Ose de l'association *Heureuse qui comme...*

L'association *Heureuse qui comme...* œuvre pour le bien-être à travers des projets sportifs, artistiques et socio-culturels - en lien notamment avec l'écriture, la montagne et la voile - pour soutenir les personnes qui ont traversé une épreuve de la vie. C'est dans ce contexte qu'elle lance en 2019 le projet r'Ose Transat qui avait amené six femmes touchées par le cancer du sein à se lancer dans la traversée de l'Atlantique à la voile. r'Ose Marines et r'Ose Léman s'inscrivent dans sa continuité.

r'Ose Léman se compose de cours de voile sur le lac durant l'été et r'Ose Marines propose deux stages en mer d'une semaine, l'un au mois de juin en Bretagne, et l'autre au mois de septembre en Méditerranée. Ces aventures maritimes et lacustres doivent permettre aux femmes qui en profitent de vivre une expérience enrichissante sur le plan humain, afin notamment de leur redonner confiance et de les aider à traverser la maladie.

Plus d'informations : [Association Heureuse qui comme...](#) / Projet [r'Ose Léman](#) / Projet [r'Ose Marines](#)