

COMPTE RENDU DE L'ATELIER MEDECIN MALADE DU 21 Avril 2022

Emmanuelle Nouet amène une amie : Françoise que nous accueillons avec joie.

J'invite Marion Peruchon amie psychanalyste qui était à la Réunion Générale le matin et va participer ponctuellement à notre Atelier.

Monique Cambier et Claudine Brisset ont été invitées à visiter les Laboratoires Chibray (spécialistes des médicaments ophtalmo) à Clermont Ferrand et nous'font part de leurs visite.

Composition des Collyres, de leur conservation, du prix de la recherche.
L'histoire des Chibray.

Je demande à Monique un petit papier écrit et très clair pour le mettre sur le site afin que tout le monde en profite.

Suzy avait suggéré d'aborder le problèmes **du Sommeil**.

Chacun chacune s'implique et raconte sa façon de vivre cette grande question dont dépend l'équilibre de la journée, le fonctionnement cérébral, l'activité intellectuelle la créativité, l'énergie vitale.

On est du soir ! on est du matin ! chacun chacune s'écoute sans se donner de « trucs » de conseils » respect de la parole, du biorythme des uns et des autres. Des questions autour de l'hypnose, de la sophrologie.

Faut-il faire une micro sieste ?

Les insomniaques en profitent pour lire, ou écrire. Transformer l'insomnie en quelque chose d'heureux .

Une information sur le sommeil des animaux : Un hémisphère dort pendant que l'autre hémisphère veille..

Nous terminons l'atelier ou l'expression a été d'une grande richesse par une intervention excellente bien que très rapide sur l'écoute, ce qui implique de se mettre entre parenthèse soi-même.

Place de l'empathie ce qui permet de comprendre sur le moment le ressenti d'autrui. Être capable de ressentir ce qui se passe dans la tête de l'autre sans s'impliquer soi-même dans son ressenti.

L'écoute suppose une capacité à soutenir l'autre, de contenir sa détresse.

Établir un dialogue à la hauteur de ce qui se joue dans la relation.

Les participantes sont ravies et remercient Marion.