



# BULLE DE CANCER

LE PREMIER CARNET DE BORD DESTINÉ AUX FEMMES ATTEINTES D'UN CANCER

Je l'ai créé en 2020, à la suite de mon cancer.

J'ai voulu offrir aux femmes atteintes d'un cancer un moyen agréable et efficace d'affronter leur maladie avec plus de sérénité.

## 1 PRINCIPES

### ORGANISATION

Les premières pages de Bulle de cancer sont consacrées à l'organisation et "l'état des lieux" :

- Calendrier perpétuel
- Répertoire
- Visualisation des rendez-vous à venir
- Rubrique carnet de bord spécifique pour chaque type de traitement (chimiothérapie, radiothérapie, chirurgie, autres traitements)
- Ressources personnelles et extérieures
- Besoins spécifiques
- Budget

### EXPRESSION

Bulle de cancer invite à s'exprimer et à explorer sa créativité

- Ressentis
- Émotions
- Gratitude
- Souhaits en cas de décès
- Lettre à ses proches

Tous les aspects sont évoqués

- Image personnelle
- Modifications corporelles
- Activités et soins de support

SCANNEZ-MOI



## 2 CARACTÉRISTIQUES

- Outil unique d'accompagnement personnel
- Objet-témoin à conserver ou à transmettre
- Support d'accompagnement
- Journal intime

Format 140x200  
130 pages  
imprimé en France  
15 euros

1 euro reversé à La Ligue contre le Cancer de l'Hérault sur chaque exemplaire vendu

2 versions :  
illustrée ou minimaliste

Créé, édité et diffusé par Claudine Wanda Bernat

Diffusé uniquement sur le site  
bulledecancer.fr

contact@bulledecancer.fr

bulle de cancer est une marque déposée

### VISUALISATION

Visualiser son cancer comme une étape dans sa vie permet de l'affronter de manière plus déterminée.

- Visualisation du parcours dans son ensemble de manière sincère et honnête
- Visualisation de l'après-cancer
- Visualisation d'un projet post-cancer

### SÉRÉNITÉ

Bulle de cancer est un compagnon bienveillant et attentif, qui permet de se sentir mieux.

Le rituel de la prise de notes au quotidien matérialise le temps qui passe et l'évolution vers la guérison.

Le fait que ce soit un objet en papier qui nécessite l'écriture manuscrite (et non une application à télécharger sur le téléphone) favorise l'introspection.

Toujours à portée de main, Bulle de cancer rassure, défoule et atténue les angoisses.

## 3 RÉSULTATS

Organisation = Tranquillité d'esprit

Expression et créativité = Confiance en soi

Visualisation = Courage et détermination

Sérénité = Meilleures conditions



Claudine Wanda BERNAT  
bulledecancer.fr  
contact@bulledecancer.fr