



Charte institutionnelle

Association *Ramer en Rose® Lausanne (ReRL)*

Raison d'être

Cette charte s'applique à tous les encadrants du programme Ramer en Rose® Lausanne, qu'ils soient réguliers ou ponctuels.

Les études scientifiques les plus récentes ont mis en évidence l'efficacité de l'activité physique dans la lutte contre les effets secondaires des traitements et le risque de récurrence du cancer.

Après une phase pilote qui en a prouvé la pertinence spécifique en cas de traitement du cancer du sein, le programme Ramer en Rose® Lausanne, pionnier de l'aviron rose en Suisse, se constitue en association indépendante du Rowing-Club Lausanne (RCL) pour assurer la mise en œuvre et optimiser la pérennisation du programme Ramer en Rose® Lausanne à moyen et long terme.

La vision

Répondre à un enjeu de santé publique majeur induit par la prévalence du cancer du sein en inscrivant l'aviron rose dans la palette des moyens efficaces pour lutter contre le cancer du sein.

Les valeurs

Respect : reconnaître et apprécier la dignité, les besoins, les expériences et les limites de chaque personne participante, s'engager à l'entendre, la soutenir et la valoriser, indépendamment de son niveau physique ou émotionnel.

Confidentialité : s'engager à respecter la plus stricte confidentialité de toutes les informations personnelles relatives aux participantes, qu'elles soient orales, écrites, digitales et numériques partagées dans le cadre du programme. Les encadrants impliqués sont sensibilisés aux règles du secret professionnel et à l'importance de la confidentialité dans ce cadre particulier.

Équité : offrir l'accès au programme à toutes les personnes concernées par le cancer du sein qui répondent aux prérequis mentionnés, et ce, sans distinction d'origine et de statut économique.

Égalité : veiller à ce que chaque personne participante bénéficie des mêmes droits, du même respect et des mêmes opportunités (matériel, conseils, temps d'encadrement et possibilités de participation) indépendamment de ses caractéristiques physiques et émotionnelles ou de son parcours de santé.

Empathie : faire preuve d'empathie dans toutes les interactions avec les personnes participantes, en accueillant les émotions de chacune avec bienveillance, en écoutant sans juger, et en soutenant chaque parcours avec humanité.

Solidarité : constituer, avec les personnes participantes, une équipe unie où l'entraide, le soutien moral et l'encouragement mutuel sont essentiels. Chaque effort est encouragé.

Exigence bienveillante : assurer un encadrement techniquement rigoureux dans un environnement chaleureux et sécurisant, où chaque personne participante peut s'exprimer librement, progresser à son rythme et gagner en autonomie. L'exigence bienveillante reconnaît la dignité des personnes participantes comme facteur de motivation dans le but de favoriser l'atteinte des bénéfices physiques et psychologiques visés par le programme.

Responsabilisation : encourager chaque personne participante à prendre une part active dans son parcours de réadaptation en s'investissant dans les séances avec toute la régularité possible, en respectant les consignes d'apprentissage et de sécurité, et en contribuant à la dynamique du groupe.

Autonomisation : encourager chaque participante à reprendre confiance en ses capacités physiques et émotionnelles dans son parcours de santé et à retrouver le pouvoir d'agir en conséquence dans sa vie quotidienne. A terme, favoriser la pratique de l'aviron avec la même autonomie que les membres de la section loisirs qui peut être rejointe par les personnes participantes lorsqu'elles atteignent un niveau technique suffisant pour devenir membres du Rowing-Club Lausanne.

La mission

Poursuivre et pérenniser le programme Ramer en Rose® après en avoir vérifié la pertinence et l'efficacité pendant 7 ans auprès d'un effectif de près de 250 personnes qui en ont bénéficié.

Ramer en Rose® Lausanne offre la possibilité aux personnes de la région lausannoise, atteintes par un cancer du sein, de vivre une expérience collective qui dépasse celle du combat individuel contre la maladie. Les bénéficiaires prennent progressivement appui sur un nouveau réseau, des coéquipières et de nouvelles sensations physiques leur permettant d'aller vers une meilleure qualité de vie, davantage de bien-être et de santé, pendant et à l'issue de leur traitement. La réalisation de challenges partagés fédère leur capacité à se battre à titre personnel, en plus d'agir de manière collective, au nom de l'esprit d'équipe.

Tels sont les principes d'action qui guident l'encadrement du programme Ramer en Rose® Lausanne, qu'il soit bénévole ou professionnel.