

LES ESPACES LIGUE

Comment participer
aux *ateliers* ?

La Ligue contre le cancer des Alpes-Maritimes vous propose **un parcours gratuit, coordonné et individualisé** pour vous accompagner au mieux pendant la maladie.

Afin d'y participer, un rendez-vous individuel préalable vous est proposé. Nous établissons, ensemble, un programme d'activités personnalisé et adapté à vos besoins.



Les ateliers et activités sont dispensés dans plusieurs lieux du département :

Espace Ligue de Nice

3, rue Alfred Mortier, 04 93 62 13 02

Espace Ligue d'Antibes

44, bd Maréchal Foch, 04 93 65 52 86

Espace Ligue de Menton

06 58 22 47 14

mais aussi à Grasse

(contacter l'Espace Ligue de Nice)

LIGUE CONTRE LE CANCER COMITÉ DES ALPES-MARITIMES

3 rue Alfred Mortier, 06000 NICE
Tél.: 04 93 62 13 02
cd06@ligue-cancer.net
www.ligue-cancer.net/cd06

RETROUVEZ-NOUS
sur les différents réseaux sociaux



Sept. 2021 - Ne pas jeter sur la voie publique

Les **Espaces Ligue** ont pu voir le jour et fonctionnent grâce à nos **donateurs** et à l'aide d'**organismes** et **entreprises partenaires**.



Conception : Ligue contre le cancer - Crédits Photos : iStockphoto, Getty Images, AdobeStock - Imprimeur : FacImprimeur.

ESPACES LIGUE

DES ESPACES DÉDIÉS
AU *bien-être*
ET À LA *santé*
DES PERSONNES
ATTEINTES DE CANCER
ET À LEURS PROCHES



LES ESPACES LIGUE

Des lieux *à votre service*
et *à votre écoute.*

Que vous soyez atteint de cancer ou proche d'une personne malade, les professionnels et les bénévoles formés par la Ligue contre le cancer vous accueillent dans des espaces conviviaux et non médicalisés.

Parce que la maladie cancéreuse a des retentissements **physiques, psychologiques, administratifs et juridiques**, la Ligue contre le cancer vous propose des **soins de support adaptés à vos besoins et déclinés en activités pluridisciplinaires**. L'objectif des Espaces Ligue est de donner les outils nécessaires pour **améliorer votre qualité de vie pendant et après les traitements**.

Les ateliers sont gratuits.
Cotisation annuelle 10 €.

DES ACTIVITÉS « THÉRAPEUTIQUES »

Accompagnement psychologique
Groupes de parole
Conseils alimentaires
Onco-sexologie

se ressourcer

DES ATELIERS BIEN-ÊTRE

Soins onco-esthétiques
Sophro-relaxation
Réflexologie

*se réappropriier
son corps*

DES ACTIVITÉS SPORT SANTÉ

Activité physique adaptée
Qi Gong
Yoga
Aquasanté
Randonnées / Marche Nordique
Longe-côte

s'exprimer

DES ATELIERS CRÉATIFS

Atelier musical
Atelier créatif et de convivialité

se confier

DE L'AIDE & DES CONSEILS

Informations sur le parcours de soins
Aide administrative et juridique
Coaching professionnel : aide au retour à l'emploi,
orientation, conseils en formation

être conseillé