

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 et psychologiques, 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 prise en charge et votre qualité de vie pendant et après les traitements.



ÉCHANGER, SE CONFIER

Les Espaces Ligue sont des lieux de rencontre favorisant les échanges entre personnes malades, proches et professionnels. Les ateliers de groupe contribueront à rompre l'isolement entraîné par la maladie et à retrouver sa place dans le groupe social. Les ateliers individuels permettront de verbaliser le vécu de sa maladie en toute confidentialité.

SE RESSOURCER, SE RÉAPPROPRIER SON CORPS ET SON IMAGE

Les Espaces Ligue sont des lieux pour retrouver bien-être et confiance en soi ainsi que vitalité et énergie nouvelle.

*Les ateliers sont gratuits.
 Adhésion à la Ligue
 contre le cancer de
 10€ par an.*



Votre espace de Nice

3 RUE ALFRED MORTIER - 06000 NICE

i Accueil, information, services

Les équipes de la Ligue contre le cancer sont à votre disposition pour vous renseigner et vous orienter dans le choix de vos soins de support. **Tous les ateliers sont animés par des professionnels dans leur domaine d'activité et interviennent sur rendez-vous individuels ou en groupe.**



Aide administrative

Un soutien pour la rédaction de courriers difficiles d'élaboration.



Gymnastique

Des séances de remise en forme douces qui contribuent à diminuer la fatigue et retrouver du tonus musculaire.



Soutien psychologique

Des entretiens individuels pour verbaliser le vécu de la maladie.



Théâtre

Des ateliers café-théâtre ludiques pour libérer ses émotions par le rire.



Soins socio-esthétique

Des soins esthétiques personnalisés pour retrouver l'estime de soi et de son image.



Mémoire

Des séances d'exercices en groupe afin de stimuler ses fonctions cognitives.



Sophro-Relaxation

Des techniques de relaxation et de respiration pour se libérer des angoisses et du stress.



Qi Gong

Des exercices physiques doux pour favoriser la concentration et faire circuler les énergies.



Réflexologie

Des massages des « zones réflexes » pour stimuler les fonctions vitales, soulager les douleurs et se relaxer.



Yoga

Des postures simples et des exercices de respiration pour trouver l'harmonie entre le corps et l'esprit.



Conseil alimentaire

Des conseils pour faire face aux troubles alimentaires dus aux traitements.



Art-Thérapie et Modelage

Des ateliers de groupe pour utiliser l'expression artistique à des fins thérapeutiques.



Consultations juridiques

Des informations pour utiliser les bonnes voies de recours face à un problème rencontré.

Votre espace d'Antibes

44 BOULEVARD MARÉCHAL FOCH - 06600 ANTIBES



Accueil, information

Les équipes de la Ligue contre le cancer sont à votre disposition pour vous renseigner et vous orienter dans le choix de vos soins de support. **Tous les ateliers sont animés par des professionnels dans leur domaine d'activité et interviennent sur rendez-vous individuels ou en groupe.**



Soutien psychologique

Des entretiens individuels pour verbaliser le vécu de la maladie.



Soins socio-esthétique

Des soins esthétiques personnalisés pour retrouver l'estime de soi et de son image.



Sophro-Relaxation

Des techniques de relaxation et de respiration pour se libérer des angoisses et du stress.



Réflexologie




Des massages des « zones réflexes » pour stimuler les fonctions vitales, soulager les douleurs et se relaxer.

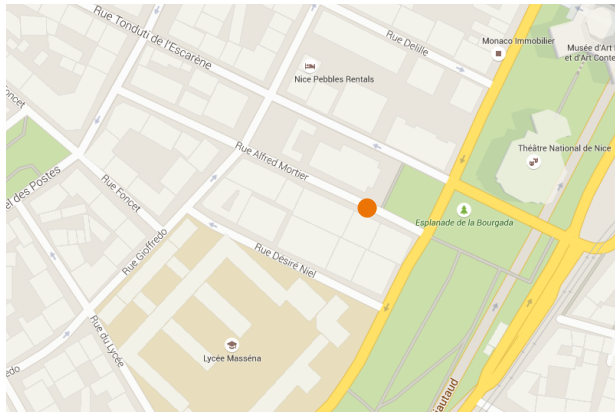


*Informations, inscriptions, rendez-vous,
 un seul numéro pour l'ensemble des centres :*
04 93 62 13 02

Espace Ligue Nice


3 rue Alfred Mortier - 06000 NICE

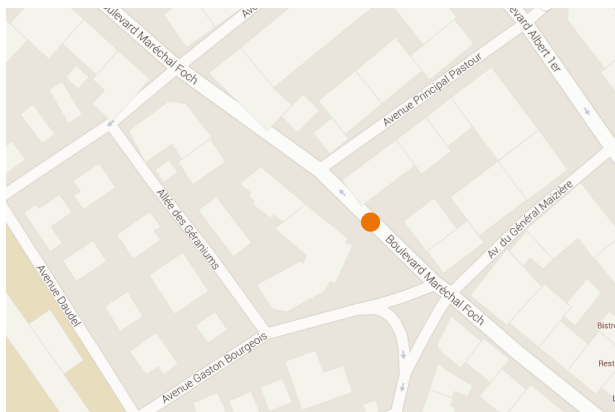
-  Adapté aux personnes à mobilité réduite
-  T 1 arrêt « Cathédrale Vieille Ville »
-  Parkings à proximité : Promenade des Arts, Marshall



Espace Ligue Antibes

44 Boulevard Maréchal Foch - 06600 ANTIBES

-  Bus 2,31 arrêt « Maiziere »



LIGUE CONTRE LE CANCER COMITÉ DES ALPES-MARITIMES

Tél.: 04 93 62 13 02
cd06@ligue-cancer.net
www.ligue-cancer.net/cd06

 laliguecontrelcancer06



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



Espaces Ligue

Nice - Antibes

Bienvenue dans des lieux pensés pour vous



Ligue contre le cancer - Comité des Alpes-Maritimes

CONTRE
LE CANCER

LA LIGUE