

# Agir ensemble pour améliorer la qualité de vie des personnes malades et de leurs proches

La ligue met à disposition des malades du cancer et de leurs proches de nombreux **soins et ateliers gratuits** dispensés par des professionnels.



N'hésitez plus à venir nous voir.

 Soutien psychologique

 Tabacologue

 Socio-esthétique

 Atelier d'arts plastiques

 Gymnastique adaptée - Yoga

 Conseil diététique

 Qi Kong - Sophrologie

 Groupe de parole



## Vous accompagner avec des solutions adaptées et personnalisées.

Les soins et les ateliers s'adaptent aux besoins des malades et de leur entourage.

### Soutien psychologique

Le travail du professionnel est fondé sur l'écoute. Il peut entendre toutes les souffrances et toutes les angoisses. L'objectif est d'échanger ensemble. Le soutien psychologique peut se dérouler sur une courte période ou sur une plus longue durée, selon les personnes, leurs attentes et leurs besoins.

### Socio-esthétique

L'objectif est d'apporter des réponses concrètes et performantes, avec une professionnelle spécialisée, pour aider les personnes malades à retrouver l'estime d'elles-mêmes, réapprendre peu à peu la sensation agréable d'être touchée et accepter son corps. Les soins de socio-esthétique s'adressent aux femmes mais aussi aux hommes.

### Atelier d'arts plastiques

L'art est souvent un très bon moyen de s'évader, de sortir de la maladie ou encore de s'exprimer avec d'autres moyens que les mots. Les séances se déroulent en groupe.

### Tabacologue

Des entretiens individuels et personnalisés à chacun.

### Gymnastique adaptée - Yoga

L'activité physique adaptée s'effectue progressivement, en douceur, grâce à des mouvements et des efforts adaptés en fonction de chaque personne. Les séances s'effectuent en petits groupes, ce qui permet le contact avec les autres tout en favorisant l'individualisation de l'accompagnement.

### Conseil diététique

Se nourrir constitue l'un des plaisirs de la vie. Or, avec la maladie, il peut devenir difficile de conserver un bon appétit. Adapter son alimentation aux difficultés rencontrées contribue au bien-être en améliorant la tolérance des traitements et donc la qualité de vie.

### Qi Kong - Sophrologie

Ils sont des outils qui favorise le développement personnel en travaillant sur le plan émotionnel, physique et spirituel.

### Groupe de parole

Ce sont des espaces libres de parole, d'échange, de partage d'expériences communes vécues par les patients qui ont été ou sont confrontés à un cancer animés par un professionnel.

### Aide sociale et financière

Une commission sociale se réunit tous les mois.

N'hésitez pas à nous contacter

5 chemin du Moulin de la Ribère 32000 AUCH - 05 62 61 24 24  
du lundi au vendredi de 8h à 17h - le mercredi de 9h à 12h