

COORDINATION DOMICILE / HÔPITAL



La Ligue contre le cancer et les réseaux de santé tri-thématiques (NÉPALE au nord et SPES au sud) accompagnent les patients atteints de cancer, dont le maintien sur son lieu de vie nécessite une coordination et un appui spécialisé, avec l'ensemble des professionnels de soins primaires, du médico-social et du social.

MIEUX-ÊTRE PHYSIQUE



Sophrologie (prise en charge sur une année)

Briis-sous-Forges : lundi de 17h15 à 19h15 au Comité

Qi Gong (prise en charge sur une année)

Montgeron : vendredi de 14h30 à 16h

Gif-sur-Yvette : mercredi de 10h à 11h

Ostéopathie (prise en charge de 3 séances sur rendez-vous)

Briis-sous-Forges : mardi de 9h30 à 12h30 au Comité

Corbeil-Essonnes : mardi de 9h30 à 12h30 au Centre Hospitalier Sud-Francilien



Belle et Bien (atelier pédagogique de soin et maquillage)

Briis-sous-Forges : 1 fois/mois au Comité (2 heures)

Socio-esthétique (pour les patients hospitalisés dans les centres de soins ci-dessous. Inscription auprès des infirmières)

Briis-sous-Forges : 2 jours/mois au CH Bligny

Corbeil-Essonnes : 2 jours/mois au CH Sud-Francilien

Dourdan/Étampes : 2 jours/mois au CH Sud-Essonne (en alternance)

Quincy-sous-Sénart : 1 jour/mois à l'Hôpital Privé Claude Gallien

ACTIVITÉS ARTISTIQUES



Cartonnage

Saint-Michel-sur-Orge : 2 lundi/mois de 13h à 17h

Tricot

Montgeron : 2ème mardi du mois de 14h à 16h

Art Floral

Montgeron : 6 à 7 fois par an

Atelier Créatif

Mennecy : 2ème mardi du mois de 14h30 à 17h30

ACTIVITÉ PHYSIQUE



Gym Après Cancer en partenariat avec l'EPGV 91 (prise en charge sur une année)

Briis-sous-Forges : vendredi de 10h30 à 11h30 au Comité

Courcouronnes : mercredi de 14h à 15h

Dourdan : jeudi de 14h à 15h

Draveil : lundi de 10h30 à 11h30 et le mercredi de 11h à 12h

Étampes : mardi de 18h à 19h

Longpont-sur-Orge : mardi de 10h30 à 11h30

Massy : vendredi de 9h30 à 10h30

Mennecy : lundi de 11h à 12h

Morsang-sur-Orge : mercredi de 11h à 12h

Palaiseau : mardi de 12h à 13h

Aviron santé

Base nautique de Draveil : lundi à 9h45, en partenariat avec l'EPGV 91 (Inscription au 01 69 23 44 11)

Base nautique du Coudray-Montceaux : samedi à 14h (inscription au 06 84 64 44 31)

Rugby à 5 (Inscription au 01 60 91 16 91)

Centre National de Rugby de Marcoussis : mardi et vendredi de 12h30 à 13h30

Club de Gif-sur-Yvette : dimanche matin

Briis-sous-Forges : mercredi de 12h45 à 14h

Tennis Santé (Inscription au 06 09 52 21 67)

Ligue de Tennis de l'Essonne de Sainte-Geneviève-des-Bois : vendredi de 12h à 13h

Randonnée Santé (Inscription au 06 61 84 48 11)

Brunoy Rando Club : 3 fois /mois le samedi ou le mercredi de 9h30 à 12h

Triathlon Santé (Inscription au 06 88 78 05 54)

Union Sportive Palaiseau Triathlon : mercredi de 17h30 à 18h30
samedi de 10h15 à 12h

Initiation et découvertes sportives (Inscription au 01 69 25 96 48)

Boxe, Hockey, Tennis, Basket, Jeux de ballons ...

Union Sportive de Ris Orangis : mardi de 10h à 11h ou de 11h à 12h
jeudi de 10h à 11h et de 11h à 12h

Aqua Santé (Inscription au 01 69 25 96 48)

Union Sportive de Ris Orangis : lundi de 18h15 à 19h15

Marche Nordique (Inscription au 01 69 25 96 48)

Union Sportive de Ris Orangis : mardi de 14h à 15h30
vendredi de 10h à 11h30

Gym Douce (Inscription au 01 69 25 96 48)

Union Sportive de Ris Orangis : lundi de 10h à 12h
jeudi de 11h30 à 13h

MIEUX-ÊTRE MORAL



Service d'écoute et de soutien psychologique

Des psychologues cliniciens vous proposent une écoute ponctuelle, attentive et active. Vous pouvez les contacter au 0 800 940 939 (1).



Espace Ligue / Écoute par des bénévoles

Clinique Pasteur (Ris-Orangis), Clinique du Mousseau (Evry), Clinique de l'Yvette et Groupe Hospitalier Nord-Essonne (Longjumeau), Groupe Hospitalier les Cheminots (Ris-Orangis), Centre Hospitalier Sud-Francilien (Corbeil-Essonnes), Centre Hospitalier Sud-Essonne (Étampes), Centre Hospitalier de Bligny (Briis-sous-Forges).

Groupes de convivialité

Breuillet/Saint-Chéron : 1er jeudi du mois de 14h à 16h30

Mennecy : 2ème mardi du mois de 14h30 à 16h30

Montgeron : 3ème mardi du mois de 14h à 17h

Palaiseau : 2 vendredis /mois de 15h à 18h

Ris-Orangis : 2 jours /mois de 14h à 17h (jeudi et vendredi)

MIEUX-ÊTRE SOCIAL



Démarches juridiques et administratives

Pour toute question d'assurabilité ou juridique, contactez la plateforme téléphonique de la Ligue contre le cancer au 0 800 940 939 (1).

Démarches sociales

Un accompagnement dans les démarches auprès des différentes administrations et dans la reconstruction d'un projet de vie au domicile ou dans un autre lieu de vie adapté, est proposé en partenariat avec le service social de la cramif (contactez le 3646).

Une aide financière est proposée par le biais de la commission sociale de la Ligue contre le cancer.

MIEUX-ÊTRE PROFESSIONNEL



Accompagnement Cancer et Emploi

Accompagnement et soutien au retour à l'emploi sur 6 mois pour développer les ressources personnelles et professionnelles. Diagnostic individuel, bilan professionnel, plan d'action personnel, préparation aux entretiens, coaching sont assurés par une équipe d'experts (coach, sophrologue, psychologue, médecin du travail...) alternant séances individuelles et collectives.

(1) Service accessible du lundi au vendredi de 9h à 19h appel gratuit à partir d'un poste fixe ou d'un portable.

INFORMATIONS



Activités gratuites pour toute personne atteinte du cancer.

Renseignements et inscriptions au 01 64 90 88 88 ou cd91@ligue-cancer.net
ou au numéros précisés dans les activités



Retrouvez toutes nos activités, notre agenda et nos actualités sur :
www.ligue-cancer.net/cd91



www.facebook.com/liguecontrecancer91



www.twitter.com/liguecancer91



ESSONNE

**Ligue contre le cancer
Comité de l'Essonne**

Centre Hospitalier de Bligny
91640 BRIIS-SOUS-FORGES

Contact Comité :
Tél : 01 64 90 88 88
cd91@ligue-cancer.net