

**LIGUE CONTRE LE CANCER
DU TARN-ET-GARONNE**

140, Avenue de l'Europe
ALBASUD

82000 Montauban

Tél : 05 63 63 52 39

cd82@ligue-cancer.net

Mardi au Jeudi : 9h - 12h/14h - 17h

N° Vert 0800 940 939

www.ligue-cancer.net/cd82/



TARN-ET-GARONNE



TARN-ET-GARONNE



La **Maison** de la **Ligue**

vous présente

Un **ESPACE LIGUE**

Pensé pour **VOUS**



Les Actions du Comité du Tarn-et-Garonne

Que vous soyez porteur d'un cancer ou proche d'une personne malade, les professionnels et les bénévoles formés par la Ligue contre le Cancer vous accueillent dans un lieu chaleureux et non médicalisé.



Atelier Chant

Venez vous évader avec nous en chantant !
Le mardi de 14h à 15h avec Colette.



Atelier ART

S'exprimer, partager, créer...
Tout ça dans la joie et la bonne humeur !
Le vendredi après-midi de 14h à 16h
tous les 15 jours
avec Annie et Marie-France.



Atelier Lecture

Mémorisez, concentrez-vous,
partagez vos impressions lors de
l'atelier lecture.



Echange et Convivialité

Ces rencontres conviviales offrent
l'occasion de se réunir pour échanger
autour d'un thé, d'un café... le mercredi
Le mercredi matin tous les 15 jours
avec Sylvaine.



Musicothérapie

Deux mardis matin par mois,
Nicole B, vous invite à
explorer les bienfaits de la
musique pour vous
ressourcer.



Une oreille attentive et un accompagnement

Une écoute attentive et confidentielle
régulière pour les personnes malades
et les aidants pour les soutenir, les
accompagner, les aider
dans leur demande.
Avec Claude D. et Nicole D,

BIENVENUE

DANS VOTRE ESPACE LIGUE

Accueil, Information, accompagnement, soutien.



Accueil, information

Des ligueurs sont présents pour
vous apporter des renseignements
et répondre à vos questions et
celles de vos familles.



Sophrologie

Séance collective avec une
sophrologue diplômée
sur rendez-vous le jeudi matin.

TABAC : Aide à l'Arrêt

Séances d'aide au sevrage
tabagique animées par
une tabacologue diplômée.
Sur rendez-vous.

Soutien psychologique et Groupe de parole

Notre psychologue clinicienne
vous accompagne, vous et vos
aidants, en entretien individuel
ou collectif.
Le jeudi sur rendez-vous.

Activité Physique Adaptée

En cours de traitement ou en rémission,
un professeur spécialisé vous établit un
programme d'exercices pour améliorer
les capacités physiques et diminuer la
fatigue et l'anxiété.

Soins socio-esthétiques

Notre socio-esthéticienne accompagne
les personnes malades ainsi que les
aidants par une écoute non
médicalisée, des conseils et soins
esthétiques. Ces derniers sont adaptés
à leurs besoins et à leurs traitements
afin de valoriser leur image et estime
de soi.

Diététique

Une diététicienne effectue avec
vous un bilan personnalisé et
vous apporte tout conseil
alimentaire adapté.

Séances individuelles sur RDV les
mardis et jeudis après-midi.
Ateliers collectifs à thèmes sur
inscription.

Le mercredi matin
sur rendez-vous.