



NOS SOINS DE SUPPORT  
POUR LES PERSONNES MALADES  
ET LEURS PROCHES

Tous les soins sont gratuits  
grâce à la générosité des donateurs





## ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

**Au Comité : Gymnastique adaptée**

**Dans le département : Aviron - Cyclisme - Escalade - Escrime - Marche nordique - Musculation - Randonnées pédestres ...**

Retrouver un équilibre de vie, réduire l'impact des effets liés à la maladie, améliorer son état psychologique et relationnel



## ACTIVITÉS THÉRAPEUTIQUES

### **Art-thérapie**

Un temps pour soi, pour se (re)découvrir par le biais de la créativité, s'exprimer autrement, se faire plaisir

### **Groupe de parole**

Accompagnement pour libérer la parole, exprimer ses inquiétudes et mettre des mots sur ses émotions

### **Sevrage tabagique**

Accompagnement personnalisé à l'arrêt du tabac

### **Soutien psychologique**

Consultation d'écoute et de soutien individuel pour les malades

**Ces activités thérapeutiques sont également proposées aux proches aidants**



## RELAXATION ET BIEN-ÊTRE

### **Réflexologie plantaire**

Technique d'acupression pour agir sur le stress, les troubles du sommeil, les tensions internes ou les effets secondaires des traitements

### **Socio-esthétique**

Un moment pour prendre soin de soi en douceur, dans une dynamique de bien-être physique et psychique, pour se reconnecter avec son corps

### **Socio-coiffure**

Accompagnement durant la chute et repousse des cheveux, conseils de soins et prestations de coiffure dans un moment de détente

### **Sophrologie**

Pratique douce et dynamique pour apprendre et aider à relâcher ses tensions physiques, mentales et émotionnelles

### **Yoga relaxation**

Séance de yoga adapté, avec des temps de relaxation, pour apprendre à se détendre et à prendre du recul



## GROUPES DE CONVIVIALITÉ

### Atelier culinaire

Ateliers de cuisine pour découvrir des recettes gourmandes, favorables à la santé et respectueuses de l'environnement

### Atelier floral

Apprendre à créer des compositions florales : une activité relaxante et créative

### Jeux de mémoire

Un travail sur sa mémoire, ses capacités d'attention et son agilité mentale

### Sorties conviviales

Un temps pour s'évader lors d'une sortie culturelle, d'une visite ou d'une promenade

### Théâtre forum

Atelier de théâtre interactif pour travailler sur des situations vécues



## AUTRES ACCOMPAGNEMENTS

Aide et médiation administrative

Atelier d'aide au retour à l'emploi

Atelier de remédiation cognitive avec l'association oncoGITE

Soutien financier

## ESPACE ACCUEIL CANCER

La Ligue contre le cancer du Rhône propose tous les après-midi sur place ou au téléphone des permanences d'écoute qui ont pour but d'accompagner au mieux les personnes atteintes de cancer et leurs proches.

*"Grâce aux soins de support, j'ai bénéficié d'un accompagnement précieux qui m'a aidé à mieux gérer les aspects émotionnels et physiques de la maladie.*

*Ce soutien constant a été d'une grande aide et m'a permis de traverser cette période avec plus de sérénité."*



## LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Une association indépendante reconnue d'utilité publique regroupant 103 comités départementaux et 13 800 bénévoles engagés.

### SES 4 MISSIONS MAJEURES



ACCOMPAGNER  
POUR AIDER



CHERCHER  
POUR GUÉRIR



PRÉVENIR  
POUR PROTÉGER



MOBILISER  
POUR AGIR

### TOUS CONCERNÉS !

Faire un don à la Ligue contre le cancer du Rhône, c'est contribuer à la gratuité des accompagnements à destination des personnes malades et des proches aidants.

Faites votre don en ligne  
ou par chèque à l'adresse postale du Comité du  
Rhône.



Les fonds collectés sont utilisés avec le souci d'une efficacité optimale en toute transparence et font l'objet d'un contrôle par un commissaire aux comptes. La Ligue contre le cancer est labellisée «Don en Confiance». Votre don est déductible de votre impôt sur le revenu à hauteur de 66%.

## LA LIGUE CONTRE LE CANCER - COMITÉ DU RHÔNE

Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h

75 cours Emile Zola . 69100 Villeurbanne

[www.ligue-cancer.net](http://www.ligue-cancer.net) . 04 78 24 14 74

