LA LIGUE CONTRE LE CANCER
VAL-D'OISE

LE COMITE DU VAL-D'OISE

ACCOMPAGNE LES PERSONNES TOUCHEES PAR LE CANCER

Mieux-être moral

Lilia Nabaïs, psychologue, reçoit sur rendez-vous individuel au Comité (pour les patients et pour les proches)

P : 06 51 34 91 68
Jours de consultation, mardi et jeudi de 9h30 à 17h30.

Réunion de convivialité
1 mardi par mois de 14h00 à 16h00, au Comité et à Villiers-le-Bel.

Activité physique

Activité gymnastique adaptée animée par un professeur de Siel Bleu
Les vendredis de 13h30 à 15h00, à Argenteuil
Les vendredis de 14h00 à 15h00, à Villiers-le-Bel

Gym'après cancer en partenariat avec l'EPGV du 95
Les lundis de 14h00 à 15h00, à Baillet en France (gymnastique adaptée)
Les lundis de 18h15 à 19h15, à Domont (gymnastique adaptée)
Les vendredis de 14h00 à 15h00, à Montmorency (gymnastique adaptée)
Les vendredis de 10h45 à 12h00, à Mery sur Oise (acti-marche)

Mieux-être physique

Soins de socio-esthétique

4 heures par semaine dans les 3 établissements, CH René Dubos à Pontoise, Clinique du Parc à Saint-Ouen-l'Aumône, Hôpital Simone Veil à Eaubonne.

2 jeudis par mois de 10h00 à 12h00, au Comité.

Sophrologie
11 séances par session – 3 sessions par an et par commune.
Les mardis de 11h30 à 12h30, à Argenteuil.
Les jeudis de 10h30 à 11h30, à Villiers-le-Bel

Ostéopathie
2 séances offertes par personne.
2 vendredis matin par mois, au Comité.

Vie professionnelle

Atelier d'aide au retour à l'emploi
12 séances par session, alternance de lieu Argenteuil-Osny
2 sessions par an.

Aide financière

Le Comité aide financièrement les personnes malades confrontées à des difficultés à cause de la maladie.

Il propose également une aide au retour à domicile des malades du cancer par le financement d'heures d'aide-ménagère.

Les dossiers sont constitués par le service social de votre choix (service social de l'hôpital, de la CRAMIF, du Conseil Général ou tout autre organisme disposant d'un service social.

Vie quotidienne et activités artistiques

Atelier Nutrition
Sessions de 2 ateliers de 10h00 à 12h00 les mardis, au Comité.

Atelier Tango argentin
Cours assuré par un professionnel, Luis Bruni et co-animé par Lilia Nabaïs psychologue**.** Les jeudis de 14h00 à 15h30, à Argenteuil.

Chorale
Les lundis de 14h00 à 16h00, au Comité.

Atelier d'Art Thérapie
Les vendredis, tous les quinze jours, de 10h00 à 12h00 au Comité.

Atelier Côté Jardin
6 ateliers par session à Beauchamp
(1 session au printemps et 1 session en automne).

Aide au sevrage tabagique

En novembre, animation d'un groupe pour l'aide au sevrage tabagique.

Accueil et informations

La Ligue contre le cancer
Comité du Val-d'Oise
141/145 rue Michel Carré - Immeuble Platon - 95100 Argenteuil
Tél : 01 39 47 16 16.
E.mail : cd95@ligue-cancer.net
Site : www.ligue-cancer.net/cd95
Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h30 à 17h30.

Ecoute, aide, soutien

Le numéro Vert : 0 800 940 939 (numéro, gratuit, anonyme et confidentiel)

Tapez 1 : Service d'écoute et de soutien psychologique

Tapez 2 : Permanence sociale

Tapez 3 : Permanence juridique

Tapez 4 : Service AIDEA / Accompagnement à l'assurance emprunteur.

MAJ 31/01/2025