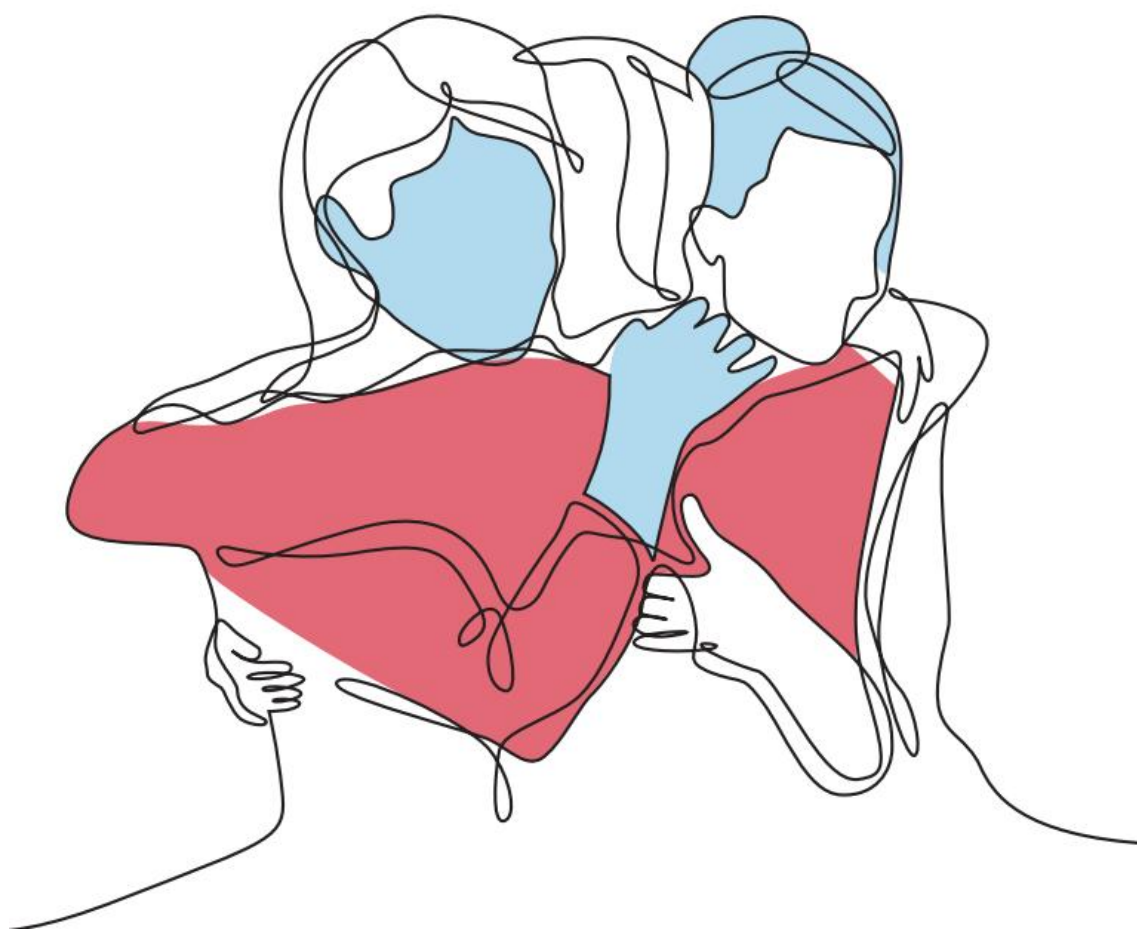


RECHERCHE - SOCIÉTÉ ET POLITIQUES DE SANTÉ -
ACTIONS POUR LES PERSONNES MALADES - PRÉVENTION ET PROMOTION DU DÉPISTAGE

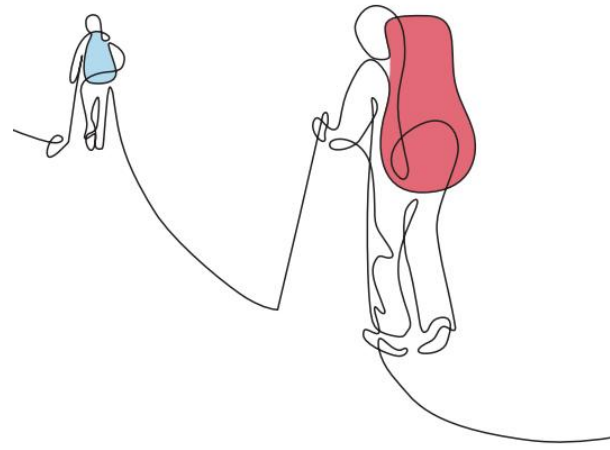
Rapport d'activité Comité du Val-d'Oise

2025



SOMMAIRE

INTRODUCTION	page 3
LE COMITE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER	page 4
RECHERCHE	pages 5-6
ACCOMPAGNER POUR AIDER	pages 7-20
TEMOIGNER	page 21
MOBILISER POUR AGIR	page 22
AIDES FINANCIERES ATTRIBUEES A DES ORGANISMES	page 23
PREVENIR POUR PROTEGER	pages 24-32
COMMUNICATION	pages 33-34
PERSPECTIVES	page 35



INTRODUCTION

Chaque année, notre Comité poursuit son engagement essentiel dans la lutte contre une maladie qui demeure l'un des principaux enjeux de santé publique.

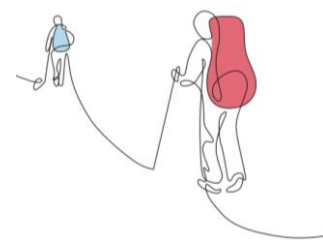
En 2025, nous avons réaffirmé notre engagement au service des personnes touchées par la maladie, de leurs proches et de l'ensemble de la société.

Fidèle à nos valeurs de solidarité, de proximité et d'indépendance, nous poursuivons notre mission : prévenir, accompagner, soutenir et faire avancer la recherche afin que chacun puisse faire face au cancer avec dignité et espoir.

Ce rapport d'activités retrace les initiatives menées au cours de l'année écoulée, mettant en lumière les projets soutenus, l'implication constante de nos salariées, bénévoles, partenaires et donateurs.

Présenter ces réalisations, c'est aussi rappeler que la lutte contre le cancer est un effort collectif. Chaque geste, chaque engagement, chaque projet renforce notre capacité à agir. Ce rapport témoigne de cette dynamique et ouvre la voie aux actions futures que nous continuerons à mener avec détermination.

LE COMITE DU VAL-D'OISE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER



Partout en France, la Ligue est sur tous les fronts de la maladie : elle initie et finance des projets de recherche ; informe, sensibilise, participe à la prévention des risques de cancers ; apporte des aides concrètes aux personnes malades et à leurs proches et œuvre auprès des institutions et des entreprises afin de promouvoir les droits des usagers du système de santé et l'éducation à la santé.

Membre de la Ligue Nationale, le Comité du Val-d'Oise est autonome et indépendant financièrement et contribue à l'ensemble des missions de la Ligue en menant des actions de terrain dans son département. Le Comité du Val-d'Oise est dirigé par un Conseil d'administration composé de bénévoles élus par l'Assemblée Générale des adhérents-donateurs.

Au 31 décembre 2025, le Conseil d'administration est composé de :

Présidente :	Ethel de La Rochefordière
Vice-Président :	Michel Veyrières Jean-Paul Collard
Secrétaire Générale :	Agnès Rousseau
Trésorier :	Stéphane Chambaudet
<u>Membres élus :</u>	Chafia Amiche Corinne Beauvois Thérèse Carbillet Brigitte Ghemrani Mireille Lebeaux François Morvan Emmanuel Ricard Isabelle Rieucan Florence Rodde Eric Teillol
<u>Membre de droit, représentant :</u>	Edwige Rivoire Directrice CPAM Val-d'Oise

4 695
adhérents

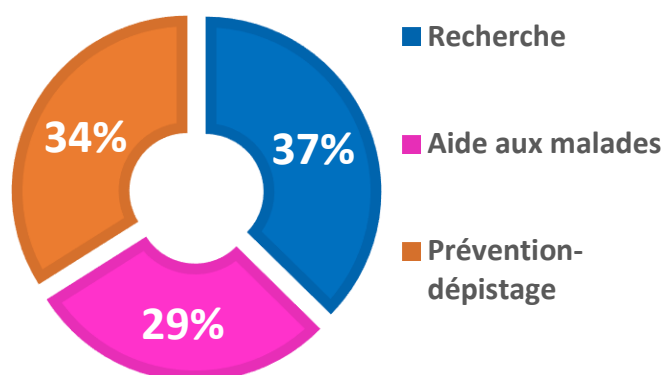
15
administrateurs

25 bénévoles
1 Mécénat de compétence

8 salariées
soit 5,26 ETP

FINANCEMENT DES MISSIONS SOCIALES

RECHERCHE	225 833 €
AIDE AUX MALADES ET AUX PROCHES	173 308 €
PREVENTION-DEPISTAGE	205 243 €
TOTAL	604 384 €



RECHERCHE



La Ligue contre le cancer est le premier financeur associatif indépendant de la recherche sur les cancers en France. Elle finance la recherche fondamentale, la recherche clinique, la recherche translationnelle et la recherche en santé des populations via un ensemble d'appels à projets et de partenariats complémentaires.

La Ligue alloue en moyenne chaque année près de 44 M€ au financement de la recherche.

EN ILE-DE-FRANCE, UN APPEL D'OFFRES COMMUN

Comme chaque année, les Comités d'Ile-de-France ont lancé un appel d'offres commun pour les subventions de recherche et le Comité régional d'évaluation, composé exclusivement de scientifiques travaillant hors de la région parisienne (à l'exception du Président, le Dr. Olivier Delattre), a étudié l'ensemble des dossiers.

En 2025, Le Comité n'a pas participé au financement, il n'y avait pas d'équipe de recherche dans le département du Val-d'Oise à financer.

LES EQUIPES LABELLISEES

La recherche fondamentale constitue le socle de toutes les avancées en matière de traitement des cancers. La Ligue a fait du soutien à la recherche fondamentale en cancérologie une de ses priorités.

L'appel à projets « Équipes labellisées » constitue une contribution majeure à l'amélioration des connaissances sur la biologie des cancers. Il apporte à des équipes scientifiques d'excellence des moyens pour conduire sur le long terme des projets de recherche ambitieux, sources de progrès diagnostiques et thérapeutiques

Le Comité a soutenu quatre équipes de recherche labellisées en 2025

Equipe de Recherche : Madame Chantal DESDOUETS

Projet : Altérations du génome, immunité et cancer du foie : mécanismes moléculaires et applications thérapeutiques.

Equipe de Recherche : Madame Virginie PENARD-LACRONIQUE

Projet : Contrôle transcriptionnel de la différenciation hématopoïétique dans les leucémies aiguës myéloïdes (LAM), en en réponse aux thérapies ciblées.

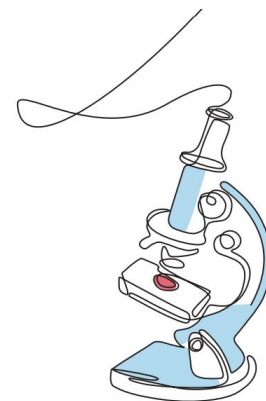
Equipe de Recherche : Madame Marion CORTET

Projet : Étude APIS : Essai clinique randomisé évaluant l'effet d'un programme d'activité physique adaptée personnalisé, initié précocement dans le parcours de soins, sur les douleurs musculosquelettiques induites par les inhibiteurs de l'aromatase dans le cancer .

Equipe de Recherche : Monsieur Yves JACQUOT

Projet : Synthèse et étude pharmacologique de nouveaux modulateurs de la protéine GPER sur les douleurs métastatiques osseuses et neuropathiques chimioinduites, dans le contexte du cancer du sein triple négatif.

RECHERCHE



RECHERCHE CANCER ENFANTS, ADOLESCENTS ET JEUNES ADULTES

La Ligue contre le cancer est en partenariat avec les Magasins E. Leclerc depuis 22 ans sur tout le territoire français pour l'opération « tous unis contre le cancer » qui permet de financer une importante partie du programme « enfants, adolescents et jeunes adultes et cancer ».

Cette opération consiste principalement à collecter des dons auprès des clients des magasins E. Leclerc partenaires. Les magasins E. Leclerc s'ils le souhaitent peuvent faire un don en complément.

L'objectif : mieux connaître les cancers des jeunes, améliorer la vie quotidienne du jeune malade, vivre après la maladie, comprendre ce qui déclenche les cancers de l'enfant et identifier des cibles thérapeutiques, accélérer l'innovation thérapeutique et concevoir des candidats-médicaments.

21 358 euros ont été collectés grâce à l'opération tous unis contre le cancer menée par les magasins E. Leclerc sur le département du Val-d'Oise.



Colloque scientifique

Le Comité de Paris organise chaque année un colloque ayant pour objet d'informer le grand public sur un sujet majeur de lutte contre le cancer.

Le Colloque « L'oncogénétique » s'est déroulé à la Maison de l'Océan à Paris le 29 avril 2025.

ACCOMPAGNER POUR AIDER



NOTRE COMBAT : ACCOMPAGNER LES PERSONNES MALADES AVANT, PENDANT ET APRÈS LA MALADIE

Parce que la maladie cancéreuse a des retentissements physiques, psychologiques, économiques et sociaux, le Comité du Val-d'Oise, engagé quotidiennement aux côtés des patients, propose des services adaptés aux personnes malades et à leurs proches. Cet accompagnement vise à améliorer la prise en charge personnalisée et la qualité de vie pendant et après la maladie.

L'INFORMATION DES MALADES ET DE LEURS PROCHES

La Ligue contre le cancer propose :

Un numéro vert pour l'information des malades et de leurs proches : 0 800 940 939

Ce service est gratuit, anonyme et confidentiel.

Après avoir composé le 0 800 940 939

Tapez 1 : Service d'écoute et de soutien psychologique

Tapez 2 : Permanence socio-juridique

Tapez 3 : Service AIDEA / Accompagnement à l'assurance emprunteur.

Un site d'information et d'accompagnement « Mes droits, mes démarches »

Si vous souhaitez être informé en tant que personne malade du cancer ou proche afin de mieux faire valoir vos droits, connaître les dispositifs sociaux existants et identifier vos interlocuteurs, n'hésitez pas à consulter le site d'information et d'accompagnement qui facilitent vos démarches :

www.ligue-cancer.net/mes-droits-mes-demarches.

LES AIDES SOCIALES

LES AIDES FINANCIERES

La commission sociale attribue des secours financiers aux personnes économiquement fragilisées par la maladie, de façon ponctuelle et complémentaire aux dispositifs légaux ou pour pallier l'absence d'aides.

LE DISPOSITIF D'AIDE AU RETOUR A DOMICILE

Il a pour but de faciliter les activités de la vie courante des personnes malades (l'aide à la toilette et à l'habillage, la préparation des repas, l'entretien du logement, l'aide aux déplacements ...) grâce à l'intervention d'une auxiliaire de vie sociale.

Pour effectuer une demande d'aide financière pour le quotidien ou pour de l'aide à domicile, la personne prend contact avec un travailleur social qui va l'accompagner pour élaborer le dossier de demande auprès du Comité.

En 2025, 19 678 € pour soutenir plus de 55 familles

ACCOMPAGNER POUR AIDER



ACTION SOCIALE INDIVIDUELLE

L'année 2025 fut une année bien remplie pour le Comité, en ce qui concerne l'accompagnement social des malades, que ce soit au titre de l'action sociale individuelle ou dans le cadre du volet collectif, dont Claire Cohin est chargée.

Depuis le début de son engagement comme bénévole, en octobre 2021, Claire Cohin observe une progression constante du volume de son activité qui, en 2025, avoisine + 10% par rapport à l'année précédente. Cette progression est peut-être due à plusieurs facteurs :

- à une meilleure visibilité et à une plus forte attractivité du Comité, depuis son retour dans son quartier d'origine, en plein centre-ville d'Argenteuil, à proximité de la gare principale et de la gare routière, dans des locaux tout neufs, spacieux, joliment aménagés,
- au formidable dynamisme qui anime l'équipe des salariés, les administrateurs, les prestataires et les bénévoles, mais aussi aux compétences indéniables des différents intervenants et à la diversité de l'offre, en matière de soins de support, tous largement plébiscités,
- au bouche-à-oreille entre malades qui semble fonctionner à merveille,
- au nouveau site internet, à la présence du Comité sur les réseaux sociaux, régulièrement actualisés, ou encore à la nouvelle Newsletter,
- à un nombre croissant de personnes atteintes de cancers, de plus en plus jeunes,
- à la méconnaissance des personnes malades concernant la législation sociale et/ou des professionnels susceptibles de les accompagner tout au long de leurs parcours, en pareilles circonstances ou encore à des difficultés d'accès aux services (administratifs, sociaux), notamment pour prendre un rendez-vous ou obtenir une réponse aisément compréhensible.

Toujours est-il que depuis plus de 4 ans, après une longue expérience d'assistante sociale au sein de la CRAMIF, un service social spécialisé en santé, Claire Cohin est heureuse de se rendre utile, en apportant son concours au Comité, en mettant à sa disposition et à celle des malades, sa connaissance du terrain et du réseau institutionnel local pour soutenir, accompagner dans des démarches administratives, souvent complexes, orienter vers les services compétents un nombre croissant de personnes atteintes de cancer et, dans une moindre mesure, quelques proches.

Ainsi, au cours de l'année qui vient de s'achever, elle a réalisé :

254 entretiens individuels pour 70 malades (61 femmes, 5 hommes, et 4 proches aidants), parmi lesquels 40 n'avaient encore jamais « poussé la porte » du Comité. Ces 254 entretiens se répartissent majoritairement en entretiens téléphoniques (221), mais également en réceptions au Comité (11) ou en visites à domicile (22).

- 29 évaluations circonstanciées, principalement à destination de la MDPH.
- 60 démarches écrites, par courriers et/ou courriels.
- 13 démarches téléphoniques.

Après évaluation des situations et accord préalable des intéressés, elle a effectué 10 orientations circonstanciées vers le service social CRAMIF et 1 vers le service social CAF. Elle observe, à regret, que la réciproque n'est pas vraie. 17 personnes ont bénéficié d'un accompagnement social individualisé.

Suite à ses interventions, 11 dossiers ont reçu une réponse positive : obtention de droits et/ou règlement de litiges (CPAM, MDPH, CAF, CNAV, CRAMIF).

ACCOMPAGNER POUR AIDER



ACCOMPAGNEMENT EN SOINS DE SUPPORT, SOUTIEN MORAL ET BIEN-ÊTRE

Parce que la prise en charge d'un cancer ne s'arrête pas au traitement de la seule maladie, le Comité a mis en place des soins de support en proposant à la personne malade un accompagnement global et coordonné pour améliorer la qualité de vie.

Les soins de support sont toujours complémentaires et non alternatifs aux traitements médicaux. Ils peuvent être proposés pendant et après le traitement de la maladie mais également lorsque les traitements du cancer n'ont plus d'effet.

En 2025, le Comité a proposé des soins de support et de bien-être à Argenteuil et à Villiers-Le-Bel.



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Suivi individuel par une psychologue
réunion de convivialité



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

gymnastique adaptée



NUTRITION



SOINS SOCIO-ESTHETIQUES



RELAXATION - BIEN-ÊTRE

Reprendre confiance en son image,
sophrologie, ostéopathie, Côté Jardin,
lecture



EXPRESSION ARTISTIQUE

Art thérapie, chorale, tango argentin

128 personnes ont bénéficié d'un
soutien psychologique

38 personnes ont pratiqué de
l'activité physique adaptée

13 personnes ont participé à des
ateliers nutrition

437 personnes ont bénéficié de
soins socio-esthétiques

115 personnes ont bénéficié
d'ateliers bien-être

75 personnes ont bénéficié
d'ateliers d'expression artistique

ACCOMPAGNER POUR AIDER



Accompagnement psychologique

L'année 2025 est une année marquée par le déménagement du Comité dans ses anciens locaux désormais rénovés. Lilia Nabaïs travaille au Comité deux jours par semaine, les mardi et jeudi.

En 2025, elle a soutenu psychologiquement 73 patients dont 1 adolescent, 5 aidants (conjoint, fratrie, enfants adultes). Les consultations psychologiques ont été sollicitées par 7 hommes et 61 femmes.

Dans le cadre de ses interventions dans le dispositif Patient Témoin, Lilia Nabaïs a reçu 5 femmes touchées par la maladie, désireuses de témoigner de leur parcours.

Sur les rendez-vous convenus, 56 ont été annulés. Cela représente une activité de 189 consultations annuelles en présentiel. Au regard de l'évaluation psychologique, de l'étape de leur parcours de soins, des attentes des patients, ces consultations donnent lieu à un entretien, à une orientation, un soutien ponctuel ou un accompagnement psychologique.

Par ailleurs, Lilia Nabaïs intervient dans le dispositif Retour à l'Emploi au cours de 2 sessions :

- Faire connaissance : parole aux participants,
- L'impact psychique de la maladie depuis l'annonce jusqu'à la reprise de travail. Elle participe en coanimation à un groupe de convivialité mensuel. Elle coanime un atelier tango argentin hebdomadaire sur une durée de 6 mois avec un danseur professionnel de tango.

Dans le cadre d'instances de réflexion, Lilia Nabaïs participe aux réunions trimestrielles d'analyse des pratiques organisées par la Ligue Nationale contre le cancer.

Réunion de convivialité

Le Comité du Val-d'Oise propose des réunions de convivialité à Argenteuil et à Villiers-le-Bel pour les personnes malades, anciens malades et proches de malades. Les réunions de convivialité sont des lieux d'écoute et d'échanges où chacun peut s'exprimer librement et en toute confidentialité. Ce ne sont pas des groupes de parole, ni des réunions à visée thérapeutique, mais cela permet aux personnes malades et proches de malades de se retrouver afin d'échanger sur la maladie et ses conséquences.

Agnès Rousseau, Secrétaire Générale et Responsable des actions pour les personnes malades, co-anime ces réunions avec Lilia Nabaïs, Psychologue, une fois par mois au Comité à Argenteuil et avec Zorica Spasevska, Psychologue coordinatrice chez Opalia Dac santé95 Est, une fois par mois à Villiers-le-Bel dans une salle prêtée par la commune.

En 2025, 55 personnes ont participé à ces réunions dont 1 proche.

ACCOMPAGNER POUR AIDER



L'activité physique adaptée (APA)

Il est bien démontré que l'activité physique et sportive joue sur la qualité de vie, la tolérance aux traitements en particulier face à la fatigue et sur le risque de récurrence dans des localisations tumorales parmi les plus fréquentes.

C'est pourquoi, le Comité du Val-d'Oise propose des séances d'activité physique adaptée aux personnes malades ou en rémission d'un cancer ainsi qu'aux proches aidants, une fois par semaine hors vacances scolaires. Les séances sont dispensées par un coach sportif de l'association Siel Bleu.

Les séances de gymnastique ont été animées à Argenteuil et à Villiers-le-Bel dans des salles municipales prêtées gratuitement par les communes.

En 2025, 38 personnes dont 2 proches aidants ont bénéficié des séances de gymnastique adaptée.

D'autre part, le Comité du Val-d'Oise en partenariat avec l'EPGV 95 propose des séances de « gym après cancer » sur les communes de Baillet-en-France, Domont et Montmorency ainsi que de l'acti-marche sur la commune de Méry-sur-Oise.

Ateliers nutrition

L'atelier Nutrition est animé par Stéphanie HUBCH, diététicienne-nutritionniste.

Chaque petit groupe (6-7 personnes) est invité à participer à 2 ateliers de 2 heures dans les locaux du Comité autour des thèmes suivants :

- Croyances et idées reçues alimentaires dans un contexte de cancer.
- Connaissance des aliments et notion d'équilibre alimentaire.
- Aliments Ultra-Transformés : comment les repérer et par quoi les remplacer.
- Troubles alimentaires liés au cancer et aux traitements : astuces et conseils.
- Prévention et lutte contre la dénutrition.
- Statistiques, facteurs de risque et facteurs protecteurs.
- Toute autre question posée par les participants.

Ces ateliers sont l'occasion de répondre au mieux aux problématiques alimentaires rencontrées par chacun. Les participants pourront, s'ils le souhaitent, échanger librement sur ce sujet de l'alimentation : leur vécu, leurs ressentis et leur expérience personnelle dans un contexte d'écoute, d'ouverture et de bienveillance.

En 2025, 2 sessions de 2 ateliers ont été réalisées et 13 personnes au total ont bénéficié de ces ateliers.

ACCOMPAGNER POUR AIDER



La socio-esthétique

Lucie Borde, socio-esthéticienne, intervient auprès des patients sur trois centres de soins, à raison de 4 heures par semaine sur chaque centre.

A l'hôpital René Dubos de Pontoise :

Nombre de patients pris en charge : 161

Nombre de soins : 300 (sur 172 heures)

A l'hôpital Simone Veil d'Eaubonne-Montmorency :

Nombre de patients pris en charge : 99

Nombre de soins : 187 (sur 168 heures)

A la Clinique Médicale du Parc à Saint-Ouen-l'Aumône :

Nombre de patients pris en charge : 140

Nombre de soins : 281 (sur 172 heures)

Lucie Borde intervient également dans les locaux du Comité du Val-d'Oise, 2 heures par semaine tous les quinze jours. Les personnes malades ou en rémission ont bénéficié de séances individuelles d'une heure. Un atelier collectif a été proposé à un groupe de 8 personnes.

Nombre de patients, inscrits au Comité, pris en charge : 37

Nombre de soins individuels : 42

Reprendre confiance en son image

Laura Bathilde, Conseillère en image et fondatrice d'Image et Résilience a proposé des ateliers de conseil en image pour les personnes touchées par le cancer en fin de traitement ou en rémission.

Ces ateliers, pensés pour accompagner la reconstruction de l'image de soi après les traitements, se veulent complémentaires aux soins de socio-esthétique, en mettant l'accent sur l'expression personnelle, la mise en valeur de sa silhouette et la redécouverte de son style.

4 ateliers de 2 heures ont été proposés. Les ateliers se déroulent en groupe au Comité, dans une atmosphère conviviale et bienveillante, tout en permettant à chacune des participantes de recevoir des conseils personnalisés.

En 2025, un groupe de 5 personnes en fin de traitement ou en rémission a bénéficié de ces ateliers.

(RE)TROUVER CONFIANCE EN SON IMAGE
MERCREDI 10H-12H

4 THÉMATIQUES
COULEURS - MORPHOLOGIE
STYLE - CONFORT

En petit groupe, dans un espace bienveillant pour :

- renouer avec son corps
- retrouver confiance
- s'habiller selon ses envies et sa nouvelle réalité

POUR LES PERSONNES EN FIN DE TRAITEMENT

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU 01 39 47 16 16

Image Résilience

ACCOMPAGNER POUR AIDER



Sophrologie

La sophrologie aide à trouver un équilibre entre le corps et le mental. C'est une méthodologie qui propose des outils afin de dynamiser de façon positive les qualités et ressources dont nous disposons. Elle est basée sur des mouvements doux, des exercices de respiration et des exercices de visualisation positive.

La sophrologie est proposée aux personnes malades par session de dix séances d'une heure, plus une séance offerte par la sophrologue pour clore la session, à un groupe fermé d'une douzaine de personnes. Les séances sont hebdomadaires.

En 2025, Nathalie Bonmatin, sophrologue, a animé les séances de sophrologie à Argenteuil au premier semestre dans une salle prêtée par la mairie d'Argenteuil et ensuite dans les nouveaux locaux du Comité dans la salle aménagée par "au fil de la Ligue".

Mélanie Venchiarutti, sophrologue, a animé les séances de sophrologie proposées dans l'est du Val-d'Oise dans une salle prêtée par la mairie de Villiers-le-Bel.

En 2025, 30 personnes malades et 1 proche aidant ont bénéficié de séances de sophrologie à Argenteuil et 11 Personnes malades ont bénéficié de séances de sophrologie à Villiers-le-Bel.

Ostéopathie

Le Comité offre deux séances d'ostéopathie aux personnes en traitement ou en fin de traitement.

L'ostéopathie est une médecine qui propose une vision globale du corps et qui dispense un soin par le biais de différentes techniques aussi bien structurelles impliquant des manipulations que des techniques crâniennes ou des techniques tissulaires travaillant sur les organes et les fascias. Ce sont justement ces dernières qui vont présenter le plus d'intérêt aux patients car en travaillant les fascias, il est possible d'apporter un soulagement et un confort de vie qui contribueront à diminuer les douleurs liées au traitement et améliorer leur récupération.

Karim Mokhtari, ostéopathe, intervient deux vendredis par mois au Comité, à raison de trois séances par vendredi.

Les séances sont individuelles et durent une heure.

En 2025, 44 personnes ont bénéficié d'une ou deux séances d'ostéopathie.

ACCOMPAGNER POUR AIDER



ATELIERS LECTURE/ÉCRITURE

Le Comité du Val-d'Oise de La Ligue contre le cancer en partenariat avec la médiathèque Elsa Triolet Aragon d'Argenteuil a mis en place depuis octobre 2025 un atelier de lecture et d'écriture pour les personnes malades en traitement ou en rémission. Les ateliers se tiennent tous les 15 jours, le vendredi matin de 10h à 11h30 au Comité.

Animés par les médiathécaires, ces rendez-vous proposent un temps de lecture à partir d'un choix de textes et d'extraits de livres. Chacun est libre de lire pour soi et/ou à voix haute, afin de partager avec le groupe.

L'atelier se poursuit par un temps d'écriture, individuel ou collectif, décliné sous différentes formes. Ces moments d'échange et de création se déroulent dans une atmosphère chaleureuse, placée sous le signe de la bonne humeur et de la bienveillance.

D'octobre à décembre 2025, 10 personnes ont bénéficié des ateliers lecture/écriture

onCOGITE

La Ligue contre le cancer et l'association onCOGITE ont signé un partenariat en janvier 2024.

Grâce à ce partenariat, La Ligue offre, à toute personne atteinte d'un cancer et présentant des troubles cognitifs liés aux traitements, le parcours de stimulation et de remédiation cognitive proposé en distanciel par onCOGITE. Plus précisément, elle prend en charge l'accompagnement et le coût de l'adhésion de chaque personne malade orientée par le Comité départemental de la Ligue contre le cancer vers la plateforme onCOGITE.

Le parcours propose aux patients 22 séances à raison d'une séance de 1h30 par semaine avec une ou un neuropsychologue, en groupe de 8 à 12 personnes. Ces séances se déroulent en visio. De plus les patients ont accès à la web-application onCOGITiel, qui permet d'intensifier le travail de manière autonome grâce à des exercices adaptés.

En 2025, 8 personnes malades orientées par le Comité se sont inscrites au parcours onCOGITE.

ACCOMPAGNER POUR AIDER

Tango Argentin

Depuis 2018, dans le cadre de l'accompagnement psychologique global des personnes malades, le Comité propose un Atelier Tango Argentin. Il vise à répondre aux conséquences de la maladie, en contribuant à améliorer la qualité de vie des patients et de leur entourage. Lilia Nabaïs a retenu le Tango Argentin pour les nombreuses vertus thérapeutiques qui lui sont reconnues : physique, cognitive, psychologique et sociale, ce dont témoignent études et travaux. C'est une activité physique pensée pour relancer le plaisir de mettre le corps en mouvement, favoriser le maintien de la posture, de l'équilibre et de l'activité musculaire. Il permet également de stimuler la concentration, la mémoire, vitaliser la confiance en soi, restaurer une dynamique relationnelle, une image de soi autre que celle d'un corps malade.

Ce dispositif est destiné à toute personne adulte touchée par le cancer, quelle que soit l'étape de son parcours de soins. Les participants peuvent venir seuls ou accompagnés d'un(e) partenaire de danse : conjoint(e), un(e) aidant(e), un(e) proche, un(e) ami(e). Les cours de tango hebdomadaires, sont assurés par Luis Bruni, un professionnel natif d'Argentine, et coanimés avec Lilia Nabaïs, sur une durée de 6 mois. Ils se déroulent dans une salle gracieusement mise à disposition par la commune d'Argenteuil.

De janvier à juin 2025, l'atelier tango a accueilli 14 participants inscrits lors de 15 ateliers tango dont une après-midi de découverte.



Chorale

La chorale "Chantons la joie !" du Comité du Val-d'Oise a été créée en septembre 2022.

Les choristes se réunissent tous les lundis après-midi pendant 2 heures au Comité. Elles sont très assidues et ne manquent que en cas de très grosse fatigue liée aux traitements ou en cas de conflit de date avec des traitements.

La séance commence par des exercices de respiration et de détente, des étirements et tout ce qui permet de se retrouver connectées ensemble et à son corps pour pouvoir chanter au mieux et oublier les soucis ! La cheffe de chœur propose ensuite des vocalises pour leur apprendre à placer leur voix, utiliser leurs résonateurs et améliorer leur justesse et leur aisance vocale.

Ensuite, elles (car nous n'avons pour l'instant que des femmes !) chantent un répertoire très varié : des chansons françaises et des chants traditionnels du monde entier, dans de nombreuses langues différentes, parfois à une voix, parfois à 2 voix. Les chants joyeux et entraînants sont mis à l'honneur pour réveiller la joie de chanter ensemble et oublier le temps de quelques heures la maladie et l'isolement. Au milieu de la séance, il y a une pause conviviale autour d'un thé ou d'un café et de petits gâteaux. C'est l'occasion de se donner des nouvelles, des conseils en lien avec la maladie ou organiser des sorties communes.

En juin 2025, la chorale de Paris et la chorale du Val-d'Oise se sont réunies pour chanter ensemble lors d'un concert qui s'est tenu dans les nouveaux locaux du Comité de Paris. L'entrée gratuite était ouverte au public sous réservation et le public, composé de proches et d'amis des proches, de bénévoles et de personnel de la ligue, était très nombreux à venir les acclamer.

En 2025, 23 personnes en cours de traitement ou en rémission et 1 personne aidante ont participé à la chorale. Elles disent toutes à quel point la chorale est devenue un rendez-vous fondamental dans leur semaine, pour trouver le soutien du groupe qui est devenu "comme une famille" et faire du bien à leur moral.



ACCOMPAGNER POUR AIDER

Atelier Côté Jardin

En collaboration avec la Résidence autonomie Eugène Robin de la Ville de Beauchamp, le Comité du Val-d'Oise propose des ateliers bien-être autour du jardinage et de la nature (hortithérapie).

Animé par Stéphanie Personne, hortithérapeute, ces ateliers ont pour objectif de permettre aux personnes malades ou en rémission de partager un moment dans la nature, de retrouver des repères sereins en étant au contact de la vie, du cycle des saisons et du temps qui passe. Les ateliers ont lieu dans le jardin ou en intérieur selon conditions météo.



Deux sessions de 7 ateliers ont été réalisées. A chaque session le 7^{ème} atelier a été offert par l'hortithérapeute pour permettre aux absents « un rattrapage ».

- 11 personnes étaient inscrites à la session « Côté Jardin » printemps été 2025 (d'avril à septembre). La majorité des personnes étaient en début de traitement, ce qui fait que deux personnes ne sont pas venues et deux autres sont venues juste au début des ateliers.
- 8 personnes étaient inscrites à la session « Côté Jardin » automne 2025 (de septembre à décembre).



Les ateliers ont été très appréciés et ont répondu aux attentes des participantes.

Les temps de parole et d'écoute au début et à la fin des ateliers sont particulièrement appréciés.

Toutes ont répondu avoir trouvé leur place dans le groupe : « bonne cohésion, échange d'expérience, solidarité, groupe sympathique ».

Les participantes ont déclaré avoir ressenti un mieux-être pendant/ou après l'activité. Certaines ont ressenti que les ateliers leurs apportaient des stimulations sensorielles particulières principalement par le toucher, l'odorat, mais aussi le goût.



Certaines personnes ont ressenti une amélioration de la qualité de leur sommeil la nuit suivant l'atelier.

Tous les participants ont apprécié le lieu de résidence pour le cadre, le calme et le très bon accueil.

Ils ont apprécié rapporter quelque chose chez eux (plantes, graines, réalisation) pour continuer de prendre soin des plantes, pour échanger avec leurs proches, se souvenir de l'agréable moment passé pendant l'atelier.

En 2025, 15 personnes malades ont bénéficié des ateliers Côté Jardin.

ACCOMPAGNER POUR AIDER

Art Thérapie

Les Libellules proposent un atelier d'art thérapie un vendredi matin tous les 15 jours hors vacances scolaires. Les ateliers sont ouverts jusqu'à 10 personnes maximum, une personne pouvant participer à plusieurs ateliers. Les ateliers comptent en moyenne 8 à 10 personnes.

En 2025, 15 ateliers ont été réalisés dont 4 ateliers de 2h30 (2x2h30) dans le cadre des sessions de retour à l'emploi : ateliers ouverts aux participants du groupe constitué par Claire Cohin.

Nous avons noté en revanche que le changement d'adresse du siège du Comité du Val-d'Oise de La Ligue contre le cancer, désormais aisément accessible, permet une meilleure participation.

L'art thérapie invite les participants à prendre un vrai temps pour soi et à faire une pause dans les traitements, les difficultés et le quotidien.

Lors des ateliers, les thèmes proposés permettent de « plonger » à l'intérieur de soi, de faire émerger et d'accueillir, en toute sécurité, les émotions, les pensées, les difficultés qui traversent le cœur et l'esprit. Les ateliers sont un espace d'expression créative et de transformation en utilisant des techniques créatives apaisantes et diversifiées : peinture, collage, modelage, musique, écriture, art floral, poésie...

Les animatrices s'attachent à ancrer les esprits dans le présent, à aider les participantes à exprimer ce qu'elles ne peuvent ou ne savent pas dire et à extraire les messages qui leur importent. En réveillant leur créativité, en mettant en œuvre des techniques artistiques sans s'attacher au résultat, les participants retrouvent instantanément une joie venue de l'enfance, et ce, en dépit de la maladie.

Quelque soit le thème traité, les participants quittent systématiquement l'atelier avec une réalisation concrète.

En 2025, nous avons dessiné, peint sur des galets, collé, découpé, modelé, sculpté, réalisé des couronnes de fleurs, des fresques, fait des mandalas à partir des sujets suivants : « Ecouter son intuition », « identifier ses forces », « l'amour de soi », « faire de la place à l'intérieur de soi », « mon paysage intérieur se voit à l'extérieur », « je suis un musicien, un peintre et un poète », « Jouer », « rencontrer ma créativité et la protéger », « septembre zen », « 2026, l'année qui fait scintiller mes intentions », « trouver mon ikigai avec le journal Creatif », « créer et rencontrer mon ami imaginaire ».

Le questionnaire d'évaluation de l'activité envoyé aux participants, très positif, ne permet pas à lui seul de considérer les retours comme significatifs (8 retours seulement).

Les répondants disent cependant y trouver une source de meilleure confiance en soi, une meilleure image de soi, une amélioration de leur bien-être et parfois, un moindre ressenti des douleurs dans les jours qui suivent un atelier.

Ils apprécient de pouvoir travailler sur les émotions en toute sécurité, la facilité d'échange en groupe, l'accueil de la Ligue et des animatrices, la fréquence, les horaires, la disponibilité, la compétence et la bienveillance des intervenantes.

38 personnes différentes ont pris part aux ateliers d'art thérapie.



ACCOMPAGNER POUR AIDER



L'APRÈS-CANCER

LE RETOUR A L'EMPLOI DES MALADES APRES UN CANCER

Au cours de l'année 2025, nous avons organisé 2 sessions de nos ateliers de préparation au retour à l'emploi après un cancer.

Celle du printemps, la 38^{ème}, a réuni, entre le 13 mars et le 17 juin, 6 participantes. Ce groupe, exclusivement féminin, a bénéficié de 12 séances + 4 séances de coaching, animées par Marie-Christine DIARRA. Quant au choix du nom du groupe, les participantes ont décidé de mettre à l'honneur le parcours du journaliste sportif, grand spécialiste du rugby sur France Télévision, Mathieu LARTOT, traité pour un cancer du genou à l'adolescence et qui a dû se résoudre à une amputation, après une récurrence, peu avant les JO de Paris. Invité à participer à la dernière séance, il n'a pu répondre positivement à notre invitation, mais il a pris la peine d'adresser au groupe un petit message de soutien.

Celle d'automne, la 39^{ème}, a rassemblé, entre le 23 septembre et le 16 décembre, un groupe, cette fois encore exclusivement féminin, 11 participantes, lesquelles ont également bénéficié du même programme de remobilisation socioprofessionnelle. Ce groupe a choisi de rendre hommage à Clémentine VERGNAUD, journaliste à France Info qui, durant sa maladie, un cancer rare, a tenu un Podcast intitulé « Le journal de Clémentine », par le biais duquel elle a décidé de partager son vécu avec ses auditeurs. Son époux, qui œuvre désormais en sa mémoire pour soutenir la recherche, nous a félicitées pour notre démarche.

Nous avons également eu le plaisir de retrouver, 6 mois après leur participation aux ateliers, les participantes de la 37^{ème} édition (janvier 2025), puis celles de la 38^{ème} édition (décembre 2025), nous permettant de faire le point de leur actualité et de répondre à leurs questions. Toutes savent que nous restons à leur disposition.

A l'issue des ateliers, au cours desquels se forgent une incroyable complicité et des liens étroits d'amitié, nous ne pouvons qu'être admiratives et nous réjouir de ce formidable élan de vie qui anime désormais les participantes, y compris les plus réservées d'entre elles. Le partage d'émotions fortes, conséquences d'une expérience de vie commune, l'entraide mutuelle qui se met rapidement en place, mais aussi le soutien et la bienveillance des professionnelles qui constituent l'équipe d'animation ont largement contribué à l'atteinte de nos objectifs, au-delà même de nos espérances.

Désormais, les groupes continuent à fonctionner activement, en totale autonomie, mettant à profit leur indispensable convalescence pour consolider durablement leur rétablissement, avant de reprendre leur/une activité professionnelle ou commencer à élaborer de nouveaux projets, alignés sur les transformations, physiques et/ou psychiques, induites par la maladie.

Ces ateliers ont pu être organisés grâce au partenariat entretenu avec différents professionnels œuvrant dans le champ de la P.D.P. (médecin du travail, psychologue, conseillère handicap de la M.D.P.H., conseillère en évolution professionnelle du Cap Emploi, conseillère en reclassement professionnel de l'A.P.A.S.-B.T.P., psychologues du travail de France Travail, D.R.H.), le succès de cet accompagnement collectif ne se dément pas.

ACCOMPAGNER POUR AIDER

Partenariat avec le P.L.I.E. Argenteuil-Bezons

A l'initiative du PLIE Argenteuil-Bezons, le Comité a, pour la 3^{ème} année consécutive, été associé à l'opération Noël Rose, réunissant des femmes, jusque-là éloignées de l'emploi, parfois en situation de précarité, désireuses de se former aux métiers de la restauration collectives et une dizaine d'autres, en rémission de cancer. Toutes ont accepté de partager, durant 3 semaines, des activités ludiques et de bien-être, telles que sport adapté, boxe, conseil en image, soins socio-esthétiques, sorties culturelles ou encore art-thérapie.

Outre la sélection des personnes en rémission d'un cancer, qu'il convenait de renouveler, le Comité a animé des ateliers de prévention (dépistages des cancers du sein, HPV) et des ateliers d'art-thérapie.

Au terme de ce programme, prônant à sa manière les valeurs d'égalité et de solidarité, participantes, équipes du PLIE-AB, représentantes du Comité, partenaires associés et représentants des 2 municipalités se sont retrouvées dans le majestueux carrousel du moulin d'Orgemont, tout de rose habillé, autour d'un festival de saveurs salées et sucrées.

Aux traditionnels discours de félicitations et de remerciements, au cours duquel le Comité s'est vu remettre un chèque de 1000 €, par les représentantes de la Société de transport Kéolis, a suivi le défilé des 20 participantes, lesquelles ont reçu, de la part du magasin Intermarché de Bezons, un coffret beauté et une boîte de chocolats, avant de s'éparpiller dans la vaste salle, de se réunir devant la machine à photos ou de se défier au karaoké.

Après l'édition 2024, marquée par la « résurrection » d'un Mickaël Jackson, presque aussi vrai que feu l'original, toutes, nous étions curieuses de découvrir quelle serait la surprise de l'édition 2025. Nous avons été agréablement surprises devant les tours et illusions fascinantes de Pascal, le mentaliste au grand cœur, qui nous a permis de nous reconnecter, l'espace de quelques instants, à notre « enfant intérieur ».

Un grand merci à l'équipe du PLIE-AB.

ACCOMPAGNER POUR AIDER

PARCOURS DE SOINS APRES-CANCER

Le parcours de soins après le traitement d'un cancer propose à des patients un bilan d'activité physique adaptée ainsi qu'un bilan et des consultations de suivi diététique et psychologique sur prescription médicale, au plus près de leur domicile.

Nous pouvons compter sur plus de 70 partenaires, diététiciennes, psychologues ou éducateurs sportifs spécialisés sur tout le département du Val-d'Oise.

Le faible recours au parcours post-cancer est une réelle source de regret. Nous avons pourtant un outil précieux mais encore trop sous exploité.

LA LIGUE CONTRE LE CANCER
VAL-D'OISE

PARCOURS DE SOINS APRES TRAITEMENT D'UN CANCER

Vous avez terminé votre traitement "actif" de cancer (chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie,...) depuis moins d'1 an ?
Sur prescription médicale, vous pouvez bénéficier gratuitement de soins de support :

- Un bilan d'activité physique adaptée
- ET/OU Un bilan avec ou sans suivi diététique
- ET/OU Un bilan avec ou sans suivi psychologique

MONTANT MAXIMUM PAR PATIENT ET PAR AN DE 180€

3 ETAPES

- 1 Je prends RDV avec mon médecin traitant ou cancérologue pour obtenir une prescription personnalisée selon mes besoins.**
- 2 Je transmets la prescription à la Ligue contre le cancer**
141-145 Rue Michel Carré - Immeuble Platon 1er étage
95 100 Argenteuil
✉ postcancer.cd95@ligue-cancer.net
☎ 01 39 47 16 16
- 3 Je réalise mon parcours individualisé au plus près de chez moi sans avance de frais.**

Accédez à la prescription en ligne en scannant le QR Code

Dispositif soutenu financièrement par l'ARS Ile-de-France

En 2025, seuls 24 patients ont bénéficié d'un suivi.

- 28 ne l'ont pas démarré
- 13 ont renoncé à en bénéficier
- 9 sont restés sans réponse

Nous avons prévu d'intégrer 100 personnes dans ce parcours pour l'année 2026. Au 1^{er} mars, nous n'avons reçu que quatorze prescriptions.

74 patients ont été adressés au Comité dans le cadre du Parcours de soins après cancer.

Témoigner



"Le Patient ressource peut devenir un maillon fondamental entre le soignant et le patient"

DISPOSITIF PATIENT RESSOURCE

En 2023, le Comité a mis en place le dispositif « Patient ressource témoin ». Le Patient ressource est une personne qui témoigne de son expérience de la maladie et de son parcours de soins auprès de professionnels de santé en formation (Université, IFSI... ou dans les établissements de soins pendant les stages).

Le Patient ressource bénévole doit suivre :

- des entretiens psychologiques,
- deux formations proposées par l'école de formation de La Ligue Nationale contre le cancer.

Il intervient en binôme devant un groupe restreint d'auditeurs avec l'appui d'un modérateur formé qui organise, sécurise et fluidifie les échanges.

En 2025, nous continuons sur notre lancée et recherchons à diversifier nos interventions.

12 Patients ressources
Formés et motivés

Les interventions

En 2025 :

- IFSI et IFAS de Pontoise
- IFAS de Beaumont-sur-Oise
- IFSI La Verrière
- Faculté de pharmacie à Paris
- Faculté de médecine de Montigny-le-Bretonneux.

En cible :

- Développer les interventions toute l'année
- Mixer les projets Lig'Entreprise et Patients ressource pour diversifier les activités.



DEVENEZ PATIENT RESSOURCES



Soutenir les patients à différentes étapes de la maladie

**Vous avez été soigné(e) pour un cancer ?
Faites de votre vécu de la maladie
une force pour les autres.**

- En témoignant de votre vécu de la maladie devant des étudiants infirmiers, médecins, pharmaciens pour redonner la dimension humaine de la maladie
- En transmettant votre expérience de personne malade aux soignants
- En accompagnant d'autres patients dans leur parcours de soins en lien avec les équipes soignantes

« Je suis devenue Patient ressource car je veux aider les autres, ce que je n'ai pas trouvé lorsque j'étais malade »
Cécilia (Département du Val)

Comment devenir Patient ressource

- Prenez contact avec le Comité du Val-d'Oise de la Ligue contre le cancer
- Suivez une formation

Un Patient ressource n'agit pas seul. Il est accompagné par un référent de la Ligue contre le cancer et bénéficie d'échanges d'expériences avec d'autres Patients ressources et le soutien de la psychologue de la Ligue.

Contact :
Comité 95 de la Ligue contre le cancer
2 boulevard Jean Allemane
95100 Argenteuil
01 39 47 16 16
cd95@ligue-cancer.net



MOBILISER POUR AGIR

LA REPRÉSENTATION DES USAGERS

En 2025, nos représentants dans les Comités des usagers (CDU) se sont efforcés de rester en lien avec leurs établissements de soins et le Conseil territorial de santé pour constater l'impact de la crise sur la qualité des prises en charge et, les éventuelles déprogrammations.

Deux représentants bénévoles du Comité du Val-d'Oise sont présents dans les établissements de soins suivants :

Ethel de La Rochefordière à la Clinique du Parc de Saint-Ouen-l'Aumône,

Agnès Rousseau au Groupement hospitalier Intercommunal du Vexin de Magny en Vexin.

Autres instances où le Comité est représenté :

A la CPTS d'Ermont par Emmanuelle Pesez,

Au Conseil d'Administration du DAC Sud Joséphine par Claire Cohin,

Au Conseil d'Administration du DAC Nord Ouest Coordinov et Opalia par Agnès Rousseau.

Agnès Rousseau représente la Ligue Nationale au CDS (Comité Démocratie Sanitaire de l'INCA) et à la Commission d'expertise du CNSPFV (Centre Nationale des Soins Palliatifs et de la Fin de Vie).

LE COLLECTIF DE PERSONNES MALADES ET AIDANTES

La Ligue contre le cancer a souhaité offrir aux personnes touchées par le cancer - en tant que patient(e) ou proche aidant(e) - un nouvel espace d'échanges, de co-construction et d'implication dans ses actions : le Collectif de personnes malades et aidantes ligüées contre le cancer.

Cette initiative, lancée en janvier 2025, permet de valoriser son expérience et son expertise de la maladie cancéreuse, en s'impliquant bénévolement, en présentiel ou à distance, dans des projets permettant de faire progresser la lutte contre le cancer et améliorer les politiques de santé.

Une proche aidante et bénévole au Comité a participé à la relecture de documents liés aux différentes missions proposées par le Collectif.

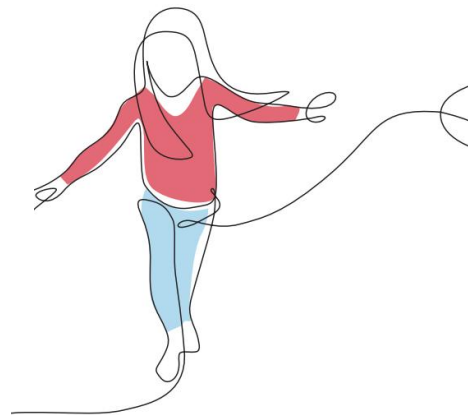
4 personnes malades et 2 proches aidantes du Comité du Val-d'Oise ont rejoint le collectif.

LES AIDES FINANCIERES ATTRIBUEES A DES ORGANISMES EN 2025

- Après expertise des dossiers reçus :

Objet	Montants accordés	Bénéficiaires
Ateliers Art Thérapie animés bénévolement par Les Libellules au Comité. Ateliers proposés aux personnes malades ou en rémission. Achat de fournitures et de matériel nécessaires à la réalisation des ateliers.	900 €	Les Libellules
Le soutien, l'entraide, l'incitation à l'apprentissage d'une voix de remplacement, l'aide morale à la réinsertion et à la réadaptation familiale, sociale et professionnelle, la défense des intérêts et des droits des Laryngectomisés et autres mutilés de la voix.	500 €	Association Laryngectomisés et Mutilés de la Voix Ile-de-France (LMVIF)
Accompagne les familles d'enfants atteints de cancer ou leucémie, en leur proposant du soutien psychologique et des activités de bien-être. Présente dans divers centres hospitaliers et dispose d'une Maison d'accueil à l'Isle Adam.	7 500 €	SOURCE VIVE
Ateliers Qi Gong pour les patients atteints d'un cancer à la Maison Médicale Sainte Marie à Osny	2 200 €	MAISON DES TULIPES
Offre de l'activité physique adaptée sur les communes de Baillet-en-France, Domont, Méry-sur-Oise et Montmorency aux personnes malades ou en rémission.	5 400 €	EPGV Val-d'Oise
Offre divers soins de support pour les patients dont des ateliers d'art thérapie.	4 500 €	COORDINOV

PRÉVENIR POUR PROTÉGER



POUR TOUS

ABONNEMENT AU MAGAZINE CLAP'SANTE

Chaque trimestre, Clap'santé, le magazine de prévention santé pour les jeunes (9 à 13 ans) édité par la Ligue, présente des actus santé, des reportages sur des actions de terrain, des informations et des zooms sur la prévention des cancers, des articles sur l'alimentation, l'activité physique, le tabagisme ou encore le soleil. Sans oublier des jeux et bandes dessinées pour se détendre, des fiches pratiques détachables pour la vie de tous les jours, et des témoignages de jeunes pour savoir « ce qu'ils en pensent ... ».

272 abonnés

24488 exemplaires
diffusés

PRÊT DES JEUX GEANTS ET OUTILS DE SENSIBILISATION

Tout au long de l'année, nous proposons aux structures du département, particulièrement les établissements scolaires, une mise à disposition de matériel de sensibilisation en éducation à la santé (dépliants d'informations, affiches, expositions, jeu de l'Oie géant, Twist & Move sur l'alimentation, Escape Game sur le tabac...).

Nous dispensons des temps de formation à l'utilisation de nos outils sur demande.

18 prêts d'outils

Remise gratuite de
documentation sur
demande

EN PRIMAIRE

L'AGENDA SCOLAIRE

Le Comité du Val-d'Oise édite un agenda scolaire, porteur de messages de prévention pluri-thématiques (alimentation, activité physique, tabac et autres dépendances, soleil, sommeil et sécurité), diffusé aux élèves de CM2.

Sa conception est coordonnée au niveau de la région Ile-de-France, avec la participation des comités 75, 78, 91, 92, 93, 94 et 95.

Son objectif est d'amener les enfants à **réfléchir aux moyens de préserver leur santé**. Cette action s'inscrit dans une démarche participative : les enfants créent eux-mêmes les messages de prévention et les illustrations à la suite d'animations qui leur sont proposées, ou de façon autonome dans le cadre d'un concours de dessins. L'agenda permet également de faire le lien entre l'école et la maison.

En 2025, **5 classes ont participé à la création de l'agenda** : l'école Jules Guesdes 2 à Argenteuil, l'école Anatole France à Garges-lès-Gonesse, l'école Simone Veil à Persan, l'école Jean Mermoz 2 à Persan et l'école Paul Langevin 1 à Villiers-le-Bel.

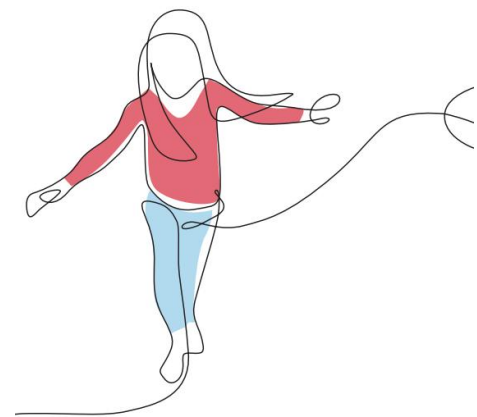
19500 agendas
offerts

Le site www.lig-up.net
pour les élèves et les
enseignants

Avec le soutien financier de l'Agence régionale de santé (ARS95), de la Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (MILDECA), du Service Départemental d'Incendie et de Secours du Val-d'Oise (SDIS95) et de plusieurs communes du Val-d'Oise.



PRÉVENIR POUR PROTÉGER



DANS LE SECONDAIRE

LA PRÉVENTION DU TABAGISME - EXPLOR'TABAC

Explorant 9 thématiques déclinées en 29 ateliers, **Explo'tabac** vise à développer une démarche interactive afin de faire réfléchir collectivement les élèves de 9 à 13 ans à la question du tabac dans notre société et de les amener à résister aux pressions. Explo'tabac est construit sous forme de parcours pédagogique, ludique et interactif.

En 2025, nous sommes intervenus au sein des établissements suivants :

- Collège Paul Eluard à Garges
- Collège Les touleuses à Cergy
- Collège Louis Hayet à Cormeilles-en-Parisis
- Collège Voltaire à Sannois
- Collège Les coutures à Parmain

669 collégiens
sensibilisés
(28 classes)

17 membres des
équipes éducatives
formés à
l'utilisation de
l'outil Explo'tabac

PRÉVENTION DE L'EXPOSITION PRÉCOCE ET EXCESSIVE AUX ÉCRANS

En 2025, notamment grâce au soutien financier de l'ARS, nous avons poursuivi la mise en œuvre de notre projet de sensibilisation des enfants, des familles et des professionnels à l'exposition précoce et excessive aux écrans.

LE SOMMEIL ET LES ÉCRANS : jeu de l'Oie au collège

Nous sommes intervenus sous forme ludique auprès de l'ensemble des classes de 6^{ème} ou de 5^{ème} dans le cadre du parcours santé proposé aux élèves en animant un jeu de l'oie géant sur le sommeil et les écrans, alternant questions, quizz et ateliers pratiques.

- Collège Claude Monet à Argenteuil
- Collège Eugénie Cotton à Argenteuil
- Collège Les Hautiers à Marines
- Collège Les Touleuses à Cergy
- Collège Pierre Curie à Goussainville
- Collège George Brassens à Persan
- Collège Marie José Percé à Osny
- Collège Langevin Wallon à Saint Gratien
- Collège Sainte Apolline à Courdimanche
- Collège Saint Exupéry à Villiers le Bel

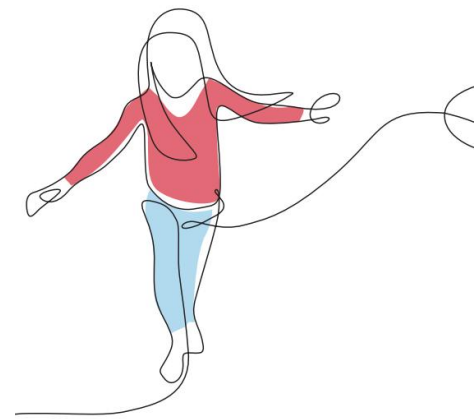


10 collèges

1217 élèves

55 classes

PRÉVENIR POUR PROTÉGER



CAFÉS PARENTS SUR LE SOMMEIL ET LES ÉCRANS

L'entourage familial, et en particulier les parents, joue un rôle essentiel dans la manière dont les enfants utilisent les écrans. Souvent peu ou mal informés, beaucoup se retrouvent démunis face à ce sujet et manquent de repères pour accompagner leurs enfants.

En partenariat avec les établissements scolaires, nous avons donc animé plusieurs temps de sensibilisation à destination des parents d'élèves, en écoles élémentaires comme en collèges, sous la forme de cafés parents. Ces rencontres ont eu lieu à Marines, Sarcelles, Argenteuil, Gonesse, Garges les Gonesse et Éragny.



6 Cafés parents

80 parents

FORMATION DES PROFESSIONNELS SUR LES ÉCRANS

Nous organisons des sessions de formation à destination des professionnels de l'enfance et des professionnels de santé, consacrées aux enjeux liés à l'exposition précoce et excessive aux écrans. Chaque séance, d'une durée de trois heures, est animée par Barbara Mouret, psycho-praticienne spécialiste de cette thématique et membre de l'association Alerte Écran.

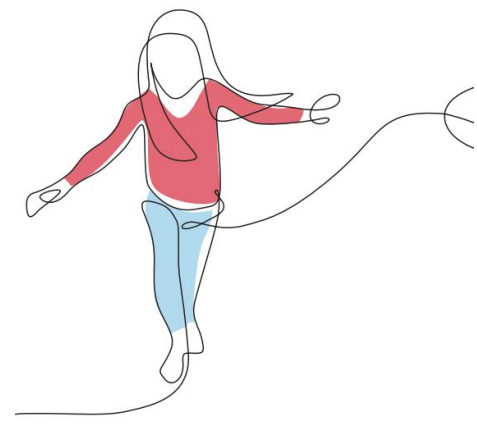
En 2025, quatre sessions ont été proposées aux professionnels du département, dans les villes de Beauchamp, Argenteuil, Bezons et Villiers-le-Bel.

4 sessions de
formation

115
professionnels



PRÉVENIR POUR PROTÉGER



PRÉVENTION AUPRES DES PUBLICS VULNERABLES

PREVENTION DES RISQUES LIES A L'EXPOSITION AU SOLEIL

Les familles et les enfants

Entre mai et août 2025, le Comité du Val-d'Oise a participé à plusieurs actions de sensibilisation aux risques du soleil et de prévention solaire, à la demande de plusieurs communes du département dans le cadre des dispositifs mis en place l'été. Les salariés et bénévoles ont animé des stands, des ateliers et des jeux ludiques de prévention autour des risques liés à l'exposition solaire en extérieur : dans les parcs et jardins : Argenteuil, Beaumont, Bezons, Cergy, Gonesse, Goussainville, Survilliers, et Villiers-le-Bel.

544 enfants et parents ont pu apprendre à se protéger du soleil à travers nos stands ludiques.



9 actions de prévention solaire

Les séniors

En partenariat avec Opalia, une conférence à destination des séniors a été organisée le 21 juillet par l'intermédiaire du CCAS de la ville de Villiers-le-Bel au sein du Foyer Raymond Labry. Une quinzaine de séniors ont ainsi pu être sensibilisés aux risques liés à l'exposition au soleil, aux facteurs protecteurs et aux gestes à adopter en période de canicule.



15 séniors sensibilisés au risque canicule

Les professionnels

Grâce au partenariat établi avec la coordinatrice du CLS de Goussainville, nous avons également animé une formation sur les dangers du soleil et les moyens de protection en direction des responsables et animateurs des services périscolaires de la ville le 23 juin à la salle Michel Colucci. Les participants ont également pu être formés à l'utilisation de nos jeux ludiques afin d'être relai du sujet auprès de leurs publics (enfants, jeunes et familles).



46 animateurs sensibilisés aux risques solaires

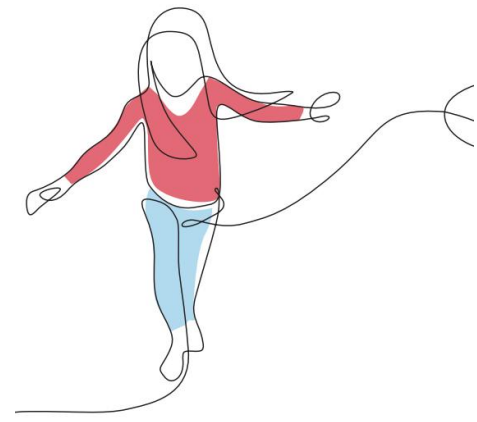
NUTRITION ET HYGIENE DE VIE PENDANT LA GROSSESSE

Grâce à un partenariat établi avec le Réseau Périnatal du Val-d'Oise (RPVO), le service prévention a co-animé des séances en visioconférence sur Teams sur la nutrition et l'hygiène de vie (tabac, alcool notamment) avec les diététiciennes partenaires du réseau.

**25 femmes
enceintes**

4 séances

PRÉVENIR POUR PROTÉGER



PRÉVENTION AUPRES DES PUBLICS VULNERABLES

NUTRIWAY 2025



En 2025, grâce à un double financement de la Ligue nationale contre le cancer et du Comité du Val-d'Oise, le projet Nutri'Way a été reconduit pour la **troisième année consécutive**. Le volet de recherche interventionnelle a été mis en retrait afin de privilégier l'accompagnement des bénéficiaires dans l'amélioration de leurs pratiques alimentaires. Au-delà de faciliter l'accès à une alimentation favorable à la santé, le projet vise également à sensibiliser et à éduquer les participants aux enjeux de la santé nutritionnelle.

Concrètement, nous avons accompagné trois groupes d'habitants, un à Goussainville et deux à Bezons, sur une année. Cet accompagnement comprenait :

- La distribution hebdomadaire d'un panier de 4 à 5 kg de fruits et légumes via l'application Potager City ;
- Dix ateliers de cuisine mêlant pédagogie, échanges et mise en pratique.

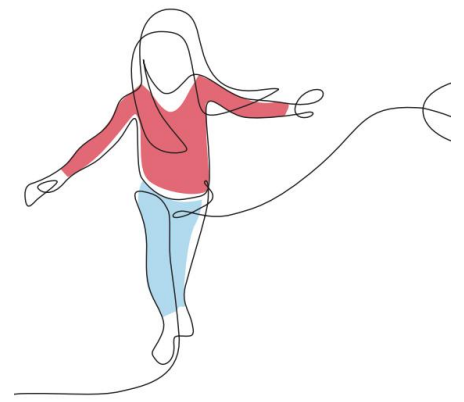
**3 groupes
accompagnés**

37 participants

**29 ateliers
(cuisine et éducation
nutritionnelle)**



PRÉVENIR POUR PROTÉGER



PRÉVENTION AUPRES DES PUBLICS VULNERABLES

ESPACES SANS TABAC

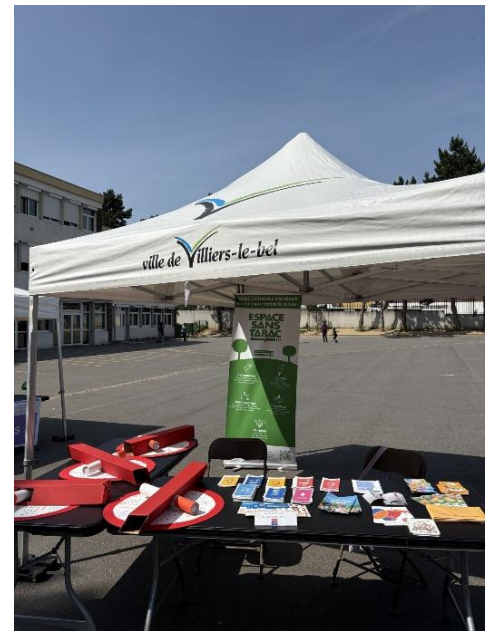
Le Comité, grâce notamment à un financement de l'ARS, continue de développer des Espaces sans tabac en partenariat avec les communes, dans des parcs et aux abords des écoles.

En 2025, le Comité a mis en place ces espaces à :

- **Argenteuil** : 3 espaces
- **Courdimanche** : 3 espaces
- **Groslay** : 5 espaces
- **Pontoise** : 10 espaces
- **Villiers le Bel** : 2 espaces

**23 nouveaux
Espaces sans tabac
inaugurés en 2025**

L'objectif des Espaces sans tabac est de dénormaliser le tabagisme, encore perçu comme un acte banal s'inscrivant dans la vie quotidienne et de protéger les plus jeunes en limitant leur exposition au tabac.

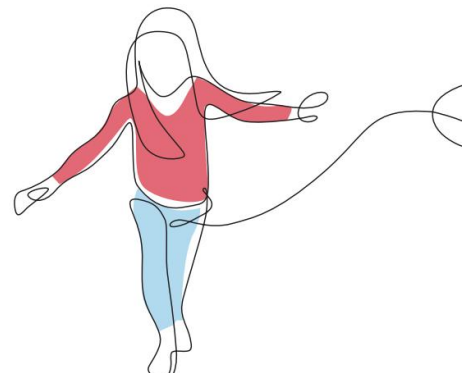


PUBLICATION D'UN DECRET GENERALISANT LES ESPACES SANS TABAC (1ER JUILLET 2025) :

Au second semestre 2025, la généralisation des Espaces Sans Tabac par un décret national a entraîné une forte sollicitation des communes, qui ont demandé l'appui du Comité du Val-d'Oise pour comprendre le nouveau cadre et adapter leurs dispositifs. Nous avons fourni un accompagnement technique, notamment via des autocollants à apposer sur les panneaux existants, permettant une transition cohérente et la valorisation des communes déjà engagées.



PRÉVENIR POUR PROTÉGER



PRÉVENTION AUPRES DES PUBLICS VULNERABLES

MOIS SANS TABAC

En 2025, a eu lieu la 10^{ème} édition du « Mois sans tabac » mis en place par Santé Publique France.

En Ile-de-France, 6 organismes (les Comités d'Ile-de-France de la Ligue contre le cancer, l'ANPAA IDF, la Fondation du Souffle, le RESPADD et la Fédération Addiction et Ile-de-France Prévention Santé Sida), se sont mobilisés autour du « Mois sans tabac » piloté par l'ARS Ile-de-France, avec le soutien de l'assurance maladie et coordonné par l'ambassadrice régionale recrutée par le Comité de Paris de la Ligue contre le cancer.

Un site internet moisanstabac-idf.com a été créé à destination des partenaires franciliens.

Pour cette année 2025, le Comité du Val-d'Oise comptabilise:

- 23 actions "Mois sans tabac" organisées
- 17 partenaires impliqués dans la campagne (communes, missions locales, associations...)
- 937 personnes sensibilisées au risque du tabac par des chargées de prévention ou un tabacologue
- 132 kits ont été distribués, dont 68 pour des fumeurs et 64 pour des proches de fumeurs
- 12 personnes reçues individuellement par un tabacologue

Dont 9 personnes ont eu des substituts nicotiniques distribués par le tabacologue

Dont 5 personnes ont demandé une ordonnance au tabacologue pour des substituts



23 actions

937 participants

132 kits distribués



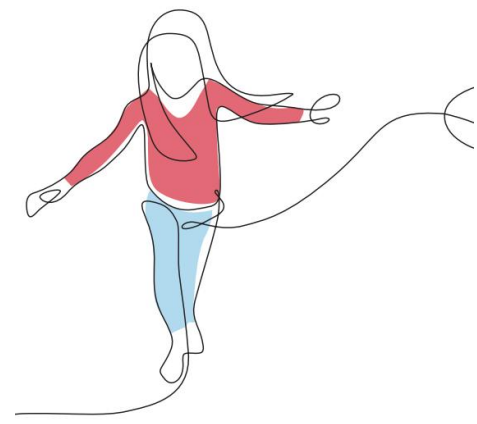
PREVENTION DES RISQUES LIES AUX CONSOMMATIONS DE SUBSTANCES ADDICTIVES

Tout au long de l'année, le service prévention accompagne les communes et structures du département dans la construction d'actions de sensibilisation, de prévention ou d'aide au sevrage des substances addictives (tabac, alcool, puff, autres drogues : cannabis, PTC, protoxyde d'azote...)

Le Comité a ainsi animé des actions en direction du grand public ou des jeunes sur les addictions et/ou sur la prévention des facteurs de risque de cancer plus largement. Un tabacologue partenaire, Monsieur DAVIGNON Sébastien a été missionné par le Comité pour sensibiliser un groupe de 15 jeunes de l'Aide Sociale à l'Enfance aux dangers des consommations de substances addictives. La séance s'est tenue au sein de la Maison départementale de l'Enfance à Cergy.

En 2025, **291 personnes** ont ainsi pu être sensibilisées sur les addictions par notre équipe prévention.

PRÉVENIR POUR PROTÉGER



PRÉVENTION AUPRES DES PUBLICS VULNERABLES

ESCAPE TABAC

En 2025, grâce à un financement de l'ARS et de la MILDECA, le Comité a pu proposer à différents établissements la formation et l'animation de l'Escape Game Tabac (outil créé par le CD75).

Les objectifs des Escapes Tabac sont : d'identifier les conséquences du tabagisme sur sa santé et les bénéfices de l'arrêt ; d'identifier les étapes vers l'arrêt du tabac et l'importance du soutien des proches et des professionnels et d'échanger sur le #moisanstabac et les moyens d'arrêter de fumer.

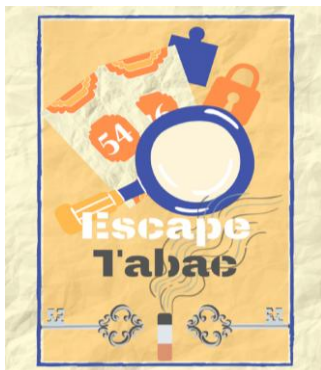
En 2025, le Comité a animé ces escapes tabac à :

- L'E2C de Cergy : 4 Groupes - 49 participants
- Lycée Romain Rolland à Goussainville : 6 Groupes – 139 participants
- L'E2C de Sarcelles : 2 Groupes - 23 participants
- L'E2C d'Argenteuil : 1 Groupe – 9 participants
- Lycée Jacques Prévert à Taverny : 4 groupes – 50 participants

Il a également pu organiser 4 formations : à la Journée dédiée à la santé des jeunes à Magny-en-Vexin , à l'ESRP/SAMSAH Belle Alliance à Groslay, au Lycée Romain Rolland à Goussainville ainsi qu'au Collège Langevin-Wallon à Saint Gratien.

263 jeunes
sensibilisés

47
professionnels



DRY JANUARY

La consommation d'alcool constitue le 2^{ème} facteur de risque de cancer évitable et entraîne plus de 41 000 décès par an en France dont 16 000 par cancers.

Face à ces chiffres, le Comité a décidé de relayer la campagne Dry January, le Défi de janvier, qui invite les personnes à faire une pause dans leur consommation d'alcool.

Le Comité n'a pas organisé d'action de sensibilisation en 2025 mais a relayé la communication nationale de cette campagne.

PRÉVENIR POUR PROTÉGER



LES DEPISTAGES

Le Comité a poursuivi sa collaboration avec le site départemental du CRCDC afin de promouvoir les dépistages du cancer colorectal, du sein et du col de l'utérus.

En 2025, 15 actions ont été menées dans le cadre de **Mars Bleu** : 12 stands, dont 2 avec le Côlon Tour®, et 3 ateliers collectifs.

La mobilisation a été de nouveau très forte pour **Octobre Rose**, avec 39 actions déployées sur le département, majoritairement sous forme d'actions d'« aller-vers » (cafés-santé, stands).

Dans le cadre de **Juin Vert**, le Comité a également conduit 6 actions, dont 2 stands et 4 ateliers collectifs.

Pour la première fois, des **ateliers de sensibilisation à la vaccination contre le papillomavirus** ont été proposés aux élèves de 5^e de deux collèges du Val-d'Oise (collège Suzanne-Lenglen à Persan et collège Jean-Moulin à Sannois). Parallèlement, 3 cafés parents ont été organisés et ont permis d'informer les familles et de répondre à leurs interrogations.

Le Comité a également organisé 2 sessions de **formation d'ambassadeurs relais** du dépistage, à **Cergy** et **Bezons**.

Le Comité s'efforce de proposer des actions territorialisées, tout au long de l'année, en ciblant les quartiers où les taux de participation sont les plus faibles.



86 actions

dont

15 actions « Mars bleu »

6 actions « Juin Vert »

39 actions « Octobre rose »

237 élèves
sensibilisés HPV

1866 personnes
sensibilisées

14 ambassadeurs
du dépistage formés

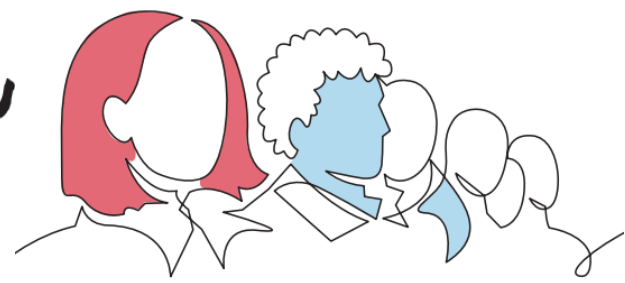
INTERVENTIONS SPECIFIQUES AU SEIN DES RESIDENCES SOCIALES ADEF

La sensibilisation des publics vulnérables demeure une priorité du Comité, dans un contexte marqué par l'aggravation des inégalités sociales. Pour répondre aux besoins des personnes hébergées dans les résidences sociales et foyers de travailleurs migrants d'ADEF Habitat du Val-d'Oise, une **convention pluripartenaire** a été signée entre **ADEF Habitat**, le **CRCDC-IDF**, le **Comité du Val-d'Oise de la Ligue contre le cancer** et la **Fondation Léonie Chaptal**. En 2025, le **Centre départemental de dépistages et des soins (CDDS)** a rejoint ce partenariat.

Un programme annuel d'actions de promotion de la santé a ainsi été déployé dans les établissements ADEF Habitat du département, intégrant notamment la thématique des dépistages organisés des cancers.

En 2025, **65 résidents** (sur l'ensemble des résidences ADEF du Val d'Oise au cours de l'année) ont pu être sensibilisés sur la thématique du dépistage du cancer du sein, du cancer colorectal et du col de l'utérus.

COMMUNICATION ET MARKETING



LIG'ENTREPRISES

En 2025, le Comité a continué de mener le projet Lig'Entreprises qui a un double objectif :

- changer le regard porté sur le cancer en entreprise, en sensibilisant les collaborateurs aux implications de la maladie et à ses répercussions éventuelles sur l'emploi ;
- déployer des actions de prévention.

8 entreprises
partenaires

Le Comité a accompagné les entreprises suivantes :

- Le Conseil départemental
- La Mutualité Française
- 1Glink
- Sisley
- Safran
- GEB
- La Fondation Santé Service
- Les pompiers de l'aéroport de Paris

13 actions

Au total, **275 collaborateurs** ont pu bénéficier d'une sensibilisation à la prévention des cancers et aux dépistages organisés.

CANCER ET EMPLOI

A l'aide d'un **Serious Game** intitulé « **Cancer et emploi** », le Comité propose de sensibiliser les salariés et collaborateurs aux problématiques liées à l'accueil d'un salarié malade, tant dans la phase de l'annonce, des traitements que du retour à l'emploi.

Le Comité propose également aux entreprises des **formations à destination des managers** sur sensibiliser à la problématique d'accompagner un collaborateur atteint de cancer, donner des pistes de réflexion et lever le tabou du cancer. Chacune des 3 étapes du parcours d'un malade sont abordées : annonce, traitement, reprise du travail. Le témoignage d'un patient ayant vécu cette situation complètera la formation et permettra aux managers de poser des questions.



En 2025, le Comité n'a pas animé de séance sur le volet cancer et emploi.

PRÉVENTION ET PROMOTION DU DÉPISTAGE

Dans le cadre des grandes campagnes nationales et tout au long de l'année, nous avons mis en place **13 actions** (stands ou ateliers) dont 9 actions de sensibilisation au dépistage du cancer du sein, 2 actions de sensibilisation au dépistage des cancers masculins et 2 actions d'accompagnement au sevrage tabagique dans le cadre du Mois sans tabac en direction des collaborateurs et collaboratrices des entreprises partenaires. Le buste de démonstration des techniques d'autosurveillance mammaire a été très plébiscité par les participant.e.s lors de nos interventions.

Nous mettons également des brochures d'informations à disposition ainsi que des goodies (sur facture à l'entreprise).



Suivez-nous sur les réseaux sociaux !



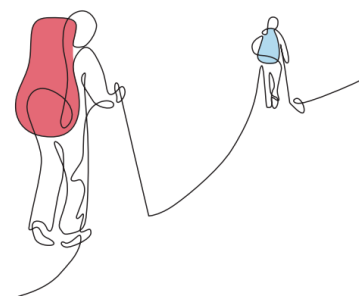
www.facebook.com/laliguecontrecancer95



[Liguecancercomite95](https://www.instagram.com/Liguecancercomite95)



[Comité du Val-d'Oise de La Ligue contre le cancer](#)



PERSPECTIVES 2026

En 2026, nous avons l'intention d'intensifier nos actions de prévention et de sensibilisation auprès du grand public, de renforcer l'accompagnement des personnes malades et de leurs proches, de poursuivre notre soutien à la recherche, de développer le bénévolat et consolider les partenariats locaux et également de moderniser la communication et les outils numériques afin de toucher un plus large public et à moindre frais.

