

## ➤ Ateliers Bien-Être

Ces ateliers gratuits sont proposés sur 14 sites répartis sur tout le département pour apporter une aide de proximité, reprendre une activité adaptée, rompre l'isolement, échanger et rencontrer d'autres personnes touchées par la maladie, le tout dans un esprit de convivialité. Durée des séances : 1h30 à 2h selon l'activité.

### QUI PEUT EN BÉNÉFICIER ?

- Les malades en cours de traitement
- Les anciens malades
- Leurs proches

### Renseignements / inscriptions :

Contactez les "bénévoles référents", dont les noms figurent au verso de ce document. La participation aux ateliers peut se faire dans toutes les villes mentionnées, **sauf à la Chimotaie**.

## ➤ Karaté santé



Tous les lundis hors vacances scolaires et jours fériés de 16h45 à 17h45 du 25 septembre 2017 au 18 juin 2018.  
Maison de quartier de Saint André d'Ornay / La Roche-sur-Yon

Renseignements / inscriptions : **06 26 29 52 98**

## ➤ Ramer contre le cancer

Une pratique adaptée du canoë en équipage sur 4 sites :

### FONTENAY-LE-COMTE\*

Base de loisirs de Mervent - 150 route touristique  
Samedi de 10h00 à 12h00  
Contacter **Mme Joëlle BELAUD** au **06 78 67 55 92**

### SALLERTAINE\*

La Route du Sel - 49 rue de Verdun  
Vendredi de 15h00 à 17h00  
Contacter **Mme Jacqueline AUMONT** au **06 77 59 25 47**

### LA ROCHE-SUR-YON

Lac de Moulin Papon de 16h30 à 18h  
Jeudi pour la période du 16 septembre au 21 octobre 2017  
Vendredi pour la période du 17 mars au 21 octobre 2018  
Contacter **Mme Dominique GAUVRIT** au **06 26 29 52 98**

### OLONNE-SUR-MER

Base de canoë de l'Auzance - rue du Courroux à l'Île d'Olonne  
Jeudi de 15h00 à 17h00 à partir d'avril 2018  
Contacter **Mme Annie MORICHON** au **06 61 15 84 85**

Sur tous les sites, les séances se dérouleront hors vacances scolaires.  
\*Pour les sites de Fontenay-Le-Comte et Sallertaine : licences payantes



## ➤ Soutiens et aides gratuits

### ➤ Soutien psychologique

#### ENTRETIEN INDIVIDUEL :

Une psychologue reçoit sur rendez-vous dans les locaux du Comité les mardis et jeudis.

- **Prise de rendez-vous au 02 51 44 63 28**

#### GRUPE DE PAROLE :

Animé par une psychologue un mercredi par mois de 10h30 à 12h00 dans les locaux du Comité en fonction de la demande.

- **Nombre limité de participants**
- **Inscription obligatoire au 02 51 44 63 28**

#### CANCER & SEXOLOGIE (EN PROJET) :

Entretiens individuels ou collectifs animés par un onco-sexologue. Les personnes intéressées sont invitées à s'adresser au Comité **au 02 51 44 63 28**

### ➤ La parole par l'écrit



#### ÉCRIRE POUR EXPRIMER SON VÉCU DANS L'ÉPREUVE DU CANCER

Une psychologue anime cet atelier une fois par mois de 10h00 à 12h00 dans les locaux du Comité.

- **Nombre limité de participants**
- **Inscription obligatoire au 02 51 44 63 28**

### ➤ Soutien par des bénévoles formés à l'écoute

Ils assurent les visites auprès des malades dans les hôpitaux de la Roche-sur-Yon, des Sables d'Olonne, de Luçon, de Fontenay-Le-Comte (sur demande) et de Cugand (La Chimotaie), ainsi qu'à domicile (à la demande). Des permanences-écoute sont assurées :

- au CHD de la Roche-sur-Yon (Espace des usagers) tous les vendredis après-midi,
- au CH Côte de Lumière des Sables d'Olonne le 1<sup>er</sup> jeudi du mois de 14h30 à 16h30,
- à Fontenay-Le-Comte, à la permanence, 9 bis rue du Port, tous les jeudis de 16h00 à 17h30 (sauf juillet et août).

### ➤ Aide financière ponctuelle

Prise en charge des frais divers liés à la maladie. Se renseigner auprès de l'assistante sociale de votre secteur (CMS, CCAS, CARSAT...). Le dossier sera ensuite examiné en commission.



VENDEE

Nous contacter  
**02 51 44 63 28**  
cd85@ligue-cancer.net

#### Nous écrire et nous rencontrer

CHD Les Oudairies  
Bâtiment de la Direction Générale (au RdC)  
85 925 LA ROCHE SUR YON Cedex 9  
**Horaires d'ouverture**

Du lundi au vendredi  
De 9h à 12h30 et de 14h à 17h



Ligue contre le cancer - comité de la Vendée  
**www.ligue-cancer.net/cd85**

Le Comité de la Vendée étant une association, vous pouvez y adhérer pour 8 € par an.

Des professionnels sont à votre écoute  
du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00

➤ **0800 940 939**

(services et appel gratuits)



- Écoute et soutien psychologique
- Conseils pour accéder à une assurance de prêt
- Permanence juridique

# AIDE AUX MALADES

et à leurs proches

## 2017-2018



VENDEE



### ➤ Ateliers Bien-Être

Prendre soin de son corps et de son esprit

### ➤ Écoute et soutien psychologique

à l'hôpital et à domicile

### ➤ Soutien financier

sur dossier



COMITÉ DE LA VENDÉE - LIGUE CONTRE LE CANCER  
02 51 44 63 28 / cd85@ligue-cancer.net



# Ateliers BIEN-ÊTRE

## 2017 | 2018

### CHANTONNAY Les 4 Vents - rue Voltaire

**SALLE 25 LUNDI 14 H 30** Marie-Luce Basset 06 02 33 86 82  
Yvette Guery 02 51 66 42 01

**YOGA** - Fiodière Céline  
**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick (14 h 15)  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine  
**ESTIME DE SOI** - Grelier Caroline  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor

6/11 - 13/11 - 20/11  
27/11 - 4/12 - 11/12 - 18/12 - 8/01  
15/01 - 22/01 - 29/01  
5/02 - 12/02  
12/03 - 19/03 - 26/03  
9/04 - 16/04  
14/05 - 28/05

### LES HERBIERS rue des Bénédictins

**SALLE DE LA PETITE MAINE (N°3) LUNDI 14 H 30** Michelle Godet 02 51 65 37 30  
Françoise Gauducheau 02 51 66 28 14

**YOGA** - Giustiniani Patricia  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène  
**SHIATSU DO IN** - Olivier Fabienne  
**GYM DOUCE** - Le Roux Nathalie

2/10 - 9/10 - 16/10 - 6/11 - 13/11 - 20/11  
27/11 - 4/12 - 18/12 - 8/01  
15/01 - 22/01 - 29/01 - 5/02  
12/03 - 19/03 - 26/03 - 9/04

### POUZAUGES rue des Courtines

**SALLE DES REMPARTS LUNDI 14 H 30** Hélène Valin 02 51 65 81 57  
Marie Giustiniani 02 51 91 81 80

**GYM DOUCE** - Le Roux Nathalie  
**SHIATSU DO IN** - Olivier Fabienne  
**YOGA** - Giustiniani Patricia  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène

2/10 - 9/10 - 16/10 - 4/12 - 11/12 - 18/12  
12/02 - 19/02  
6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
12/03 - 19/03 - 26/03 - 9/04 - 16/04

### LA ROCHE-SUR-YON Chemin Guy Bourrieau

**MAISON DE QUARTIER ST ANDRÉ D'ORNAY LUNDI 14 H 30** Dominique Gauvrit 06 26 29 52 98  
Annette Micheneau 06 64 09 92 89

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Moulin Papon  
**KARATÉ SANTÉ** - St André d'Ornay  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne  
**CONSEIL IMAGE** - Cadoret Lydia  
**DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE** - Martin Maryse  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine

Voir renseignements au verso  
Voir renseignements au verso  
25/09 - 2/10 - 9/10 - 16/10  
6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
4/12 - 11/12 - 18/12  
8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
5/02 - 12/02 - 19/02  
12/03 - 19/03 - 26/03  
9/04 - 16/04 - 14/05  
28/05 - 4/06 - 11/06 - 18/06

### LUÇON rue du Pont Gentilz

**MAISON DES ASSOCIATIONS LUNDI 14 H 30** Nicole Buton 06 20 99 40 94  
Monique Ehono 02 51 07 30 57

**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle  
**DÉCOUVERTE FLORALE** - Bénévoles  
**ANIMATION** - Bénévoles  
**YOGA** - Fiodière Céline  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne

2/10 - 9/10 - 16/10 - 6/11 - 13/11 - 20/11  
27/11 - 11/12 - 8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
4/12  
18/12  
5/02 - 12/02 - 19/02 - 12/03 - 19/03 - 26/03  
9/04 - 16/04 - 14/05  
28/05

### SAINT-GILLES-CROIX-DE-VIE rue Maréchal Leclerc

**CENTRE SOCIO-CULTUREL PETITE GARE LUNDI 14 H 30 (OU 14 H)** Eliane Mailfer 06 62 46 23 93  
Monique Lepage 02 51 22 59 92

**RELAXATION** - Legay Edith  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte  
**ATELIER CRÉATIF** - Bénévoles  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle  
**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick (14 h 00)

25/09 - 2/10 - 9/10 - 16/10  
6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
4/12 - 11/12 - 18/12 - 8/01  
15/01 - 22/01 - 29/01 - 5/02  
12/02 - 19/02 - 12/03 - 19/03  
26/03 - 9/04 - 16/04 - 14/05  
28/05 - 4/06 - 11/06 - 18/06

### FONTENAY-LE-COMTE 2 rue Louis Fradet

**SALLE DE CHARZAIS MARDI 14 H 30** Brigitte Forestier 02 51 51 92 26  
Louisette Mercier 02 51 69 34 01

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Mervent  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**QI GONG** - Rullier Laurent  
**YOGA** - Grossin Annick  
**ART FLORAL** - Bénévoles  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne  
**RÉFLEXOLOGIE** - Richard Laurette

Voir renseignements au verso  
12/09 - 19/09 - 26/09 - 29/05 - 5/06 - 12/06  
3/10 - 10/10 - 17/10  
21/11 - 28/11 - 5/12 - 12/12  
19/12 - 24/04  
16/01 - 23/01 - 30/01 - 6/02  
13/02 - 15/05  
13/03 - 20/03 - 27/03  
10/04 - 17/04

### MONTAIGU Place de l'Hôtel de Ville

**SALLE DES DOUVES MARDI 14 H 30** Gaby Bonnaudet 06 60 70 28 64  
Evelyne Pichaud 06 65 65 54 56

**RELAXATION DYNAMIQUE** - Galland Isabelle JDVC  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine  
**SOPHROLOGIE** - Galland Isabelle JDVC  
**MARCHE NORDIQUE** - "Les panarenflés"

12/09 - 19/09 - 26/09 - 3/10 - 10/10  
17/10 - 7/11 - 14/11 - 21/11  
28/11 - 13/02 - 20/02  
5/12 - 12/12 - 19/12  
9/01 - 16/01 - 23/01 - 30/01 - 6/02  
13/03 - 20/03 - 3/04 - 10/04 - 17/04  
15/05 - 22/05 - 29/05 - 05/06 - 12/06 - 19/06

### LA CHIMOTAIE - CUGAND

Réservé aux patients de l'établissement et à leurs proches

**SALLE INDIQUÉE SUR PLACE JEUDI 15 H 00** Solange Barneaud  
Marie-Anne Bousseau

**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène  
**SHIATSU DO IN** - Merlet Olivier  
**ESTIME DE SOI** - Grelier Caroline

28/09 - 5/10 - 12/10 - 19/10  
15/03 - 22/03 - 29/03 - 12/04  
9/11 - 16/11 - 23/11 - 30/11  
7/12 - 14/12 - 21/12 - 18/01 - 25/01  
1/02 - 8/02 - 15/02 - 22/02

### CHALLANS 9 rue de la Cité

**CENTRE DE LA COURSAUDIÈRE JEUDI 14 H 30** Edith Legay 06 24 71 35 40  
Simone Vincendeau 06 83 17 00 23

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Sallertaine  
**RELAXATION** - Legay Edith  
**CONSEIL EN IMAGE** - Cadoret Lydia  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène  
**CHANT** - Rabineau Tanya  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne  
**GYM DOUCE** - Réthoré-Séché Mylène  
**GRAVURE / POLYSTYRÈNE** - Villemin Anne  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine  
**BALADE DES 5 SENS** - Bénévoles

Voir renseignements au verso  
28/09 - 16/11 - 7/12 - 22/02  
5/10 - 12/10  
19/10 - 9/11 - 23/11 - 30/11  
14/12 - 21/12  
11/01 - 18/01 - 25/01  
1/02 - 8/02  
15/02  
15/03 - 22/03 - 29/03  
5/04 - 12/04 - 19/04 - 17/05  
24/05 - 31/05  
7/06 - 14/06

### BELLEVIGNY Rue Charette

**ESPACE CHARETTE VENDREDI ( ou JEUDI ) 14 H 30** Josette Brillaud 02 51 41 08 48  
Francesca Morisset 06 33 89 29 80

**PHOTOGRAPHIE** - Pollet Jesse  
**QUILLING** - Nicoleau Danielle  
**ATELIER CRÉATIF** - Dufour Mary-Lise  
**SCRAPBOOKING** - Bénévoles  
**CONSEIL EN IMAGE (JEUDI 14 H 30)** - Cadoret Lydia  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire  
**ATELIER CRÉATIF** - Bénévoles  
**ART FLORAL** - Bénévoles  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles

8/09 - 15/09 - 22/09 - 29/09  
6/10 - 13/10 - 20/10 - 8/12  
10/11 - 17/11 - 24/11 - 1/12  
15/12 - 22/12  
11/01 - 18/01 - 25/01 - 1/02  
9/02 - 16/02 - 23/02 - 16/03  
23/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
20/04 - 18/05 - 25/05  
1/06 - 8/06

### OLONNE-SUR-MER 20 rue Pasteur

**CENTRE JEAN DE LA FONTAINE VENDREDI 14H30** Annie Morichon 06 61 15 84 85  
Jacqueline Saget 06 42 02 58 20

**RAMER CONTRE LE CANCER** - Base de l'Auzance  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte  
**RELAXATION** - Legay Edith  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle  
**GRAVURE / POLYSTYRÈNE** - Villemin Anne  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles

Voir renseignements au verso  
6/10 - 13/10 - 20/10 - 10/11 - 17/11  
24/11  
1/12 - 8/12 - 15/12 - 12/01  
19/01 - 26/01  
2/02 - 9/02 - 16/02 - 16/03  
23/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
18/05 - 25/05  
1/06 - 8/06

### LA CHÂTAIGNERAIE 38 rue de la République

**SALLE DES VOTES VENDREDI ( ou MARDI ) 14 H 30** Mireille Pacteau 02 51 51 65 03  
Marcel Garon 02 51 51 66 84

**GYM DOUCE** - Siel Bleu  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley  
**ESTIME DE SOI** - Richard L & Leriche M (mardi 14h30)  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles

22/09 - 6/10 - 20/10 - 10/11  
16/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
24/11 - 8/12 - 15/12 - 12/01 - 19/01 - 26/01  
6/02 - 20/02  
20/04 - 18/05  
25/05 - 1/06  
8/06 - 15/06

### NOIRMOUTIER 18 rue de la Poste

**ESPACE GRAIN DE SEL VENDREDI 15 H (sauf la pétanque)** Bernadette Bénétreau 02 28 10 52 58  
Thérèse Vignaud 06 81 13 92 20

**RELAXATION** - Legay Edith  
**PÉTANQUE** - Nicol Alain  
(à la Guérinière le jeudi à 14h30)  
**AQUARELLE** - Favreau Martine  
**YOGA** - Gendron Véronique  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène  
**ANTISTRESS/COULEUR** - Piotet Annick  
**DANSE SINGULIÈRE** - Gendron Véronique  
**GYM DOUCE** - Guérin Marie-Cécile

29/09 - 6/10 - 13/10 - 20/10  
12/10 - 19/10 - 9/11 - 16/11 - 23/11  
10/11 - 17/11 - 24/11 - 1/12  
8/12 - 15/12 - 22/12 - 12/01  
19/01 - 26/01 - 02/02 - 9/02  
16/03 - 23/03 - 30/03 - 6/04  
13/04 - 20/04  
18/05 - 25/05 - 1/06 - 8/06

