

Planning d'activités

AVRIL - MAI - JUIN

SAINT-NAZAIRE

Ateliers individuels

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE	Les mardis, 9h - 16h	Se munir d'une grande serviette et d'un plaid . Espace Ligue Océanis 43 Bd de l'Université
-------------------------------	----------------------	---

GUÉRANDE

Ateliers de groupe

GYM	Les lundis, 10h-12h Sur prescription médicale Se munir d'un tapis de sol	Complexe sportif de Kerbiniou Salle de danse Avenue Gustave Flaubert
MARCHE	Les vendredis, 14h-16h Sur prescription médicale	Lieu de rendez-vous communiqué chaque semaine par le professeur

PORNIC

Ateliers de groupe


MARCHE	Les mercredis, 10h-12h Sur prescription médicale	Lieu de rendez-vous communiqué chaque semaine par le professeur
---------------	---	---


Nos Espaces Ligue


Ces activités sont **réservées aux personnes malades touchées par un cancer et domiciliées en Loire-Atlantique**. L'inscription se fait **sur rendez-vous** dans nos **Espaces Ligue**. Les activités sont **gratuites** grâce à la générosité de nos donateurs.


Vous pouvez vous aussi nous **soutenir** et permettre la **continuité des activités** en faisant un don au **comité de Loire-Atlantique de la Ligue contre le cancer**.

ESPACE LIGUE NANTES


 Contactez l'Espace Ligue de Nantes pour prendre rendez-vous pour les activités à Nantes, Ancenis et Pornic


 9 rue Paul Pélisson (Quartier Madeleine, proche du CHU de Nantes)


 Accueil du **lundi** au **vendredi** de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h (16h30 le vendredi)


 02 40 14 00 14

ESPACE LIGUE SAINT-NAZAIRE

 Contactez l'Espace Ligue de Saint-Nazaire pour prendre rendez-vous pour les activités à Saint-Nazaire, Guérande et Pornic

 Clinique Mutualiste de l'Estuaire
11 bd Georges Charpak

 Accueil du **mardi** au **vendredi** de 11h à 16h (15h30 le vendredi)

 02 72 27 53 66

SOINS À DOMICILE PROXILIGUE

Pour les **personnes en incapacité de se déplacer ou isolées**, certaines activités peuvent être **proposées à domicile via le dispositif Proxiligue**.

LES MISSIONS DE LA LIGUE :

- **CHERCHER POUR GUÉRIR**
- **PRÉVENIR POUR PROTÉGER**
- **ACCOMPAGNER POUR AIDER**
- **MOBILISER POUR AGIR**

LOIRE-ATLANTIQUE Planning d'activités

AVRIL - MAI - JUIN

2024



LA LIGUE
CONTRE LE CANCER

LOIRE-ATLANTIQUE

f @ t in

www.liguecancer44.fr

LA LIGUE
CONTRE LE CANCER
LOIRE-ATLANTIQUE

Planning d'activités

AVRIL - MAI - JUIN

NANTES

Ateliers de groupe

GYM	Les mardis, 11h15-12h30 ou 14h-16h Sur prescription médicale	Maison de quartier Madeleine 22 rue Émile Péhant
MARCHE BÂTONS	Les lundis, 10h-12h Sur prescription médicale	Lieu de rendez-vous communiqué chaque semaine par le professeur
PISCINE	Les lundis, 11h20-11h50 (hors vacances scolaires) Sur prescription médicale	Rendez-vous 11h à la piscine Jules Verne Rue Jules Grandjouan
RETOUR AU TRAVAIL	Coaching individuel et collectif	Pour plus d'information contacter : patricia.audureau@ligue-cancer.net

Ateliers individuels

SOCIO-ESTHÉTIQUE	Les mercredis, 9h15 - 16h30	Sur inscription. Se munir d'une serviette Atelier du 6 6 Bd François Blancho Quartier Beaulieu
COIFFURE	Conseils et soins capillaires	Sur rendez-vous , nous contacter
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE	Les mardis, 9h - 16h30	Sur rendez-vous , nous contacter Se munir d'une grande serviette et d'un plaid Atelier du 6 6 Bd François Blancho Quartier Beaulieu

Planning d'activités

AVRIL - MAI - JUIN

NANTES

Ateliers individuels

CONSULTATION DIÉTÉTIQUE	Conseils personnalisés pour mieux s'alimenter pendant et après les traitements	Sur rendez-vous , nous contacter
ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE	Pour les malades et pour les proches avant, pendant et après la maladie	Sur rendez-vous , nous contacter
CONSULTATION ONCO-SEXOLOGIE ET INTIMITÉ	Sur rendez-vous par téléphone ou visio	Sur rendez-vous , nous contacter
ÉQUITHÉRAPIE	Thérapie reposant sur le trio : cheval, patient, thérapeute Il ne s'agit pas d'équitation	Uniquement sur proposition d'un de nos psychologues
PATIENT RESSOURCE	Échange sur le vécu de la maladie avec une personne ayant eu un cancer	Sur rendez-vous (en présentiel ou par téléphone) nous contacter

ANCENIS

Ateliers de groupe

MARCHE	Les lundis, 10h-12h. Sur prescription médicale	Rendez-vous au Camping de l'Île Mouchet
GYM	Les mardis, 10h-12h. Sur prescription médicale	Complexe des abattoirs, 72 Rue Saint-Fiacre

NOS ATELIERS EN DISTANCIEL

ATELIER COGNITIF ONCOGITE	Des ateliers pour lutter contre les troubles cognitifs après un cancer	Atelier en visio sur inscription : celia.masse@ligue-cancer.net
AIDE À L'ARRÊT DU TABAC	Groupe d'entraide à l'arrêt du tabac Tous les mercredis, 18h30 - 20h, en visio	Sur inscription : prevention.cd44@ligue-cancer.net
CONSULTATION FATIGUE	Un questionnaire à remplir en amont du rendez-vous pour établir le diagnostic Un bilan avec des recommandations d'actions à mettre en place	Un rendez-vous d'une heure avec un spécialiste (en visio ou par tel) Sur inscription nous contacter

Planning d'activités

AVRIL - MAI - JUIN

SAINT-NAZAIRE

Ateliers de groupe

SOPHROLOGIE	Les jeudis, 11h-12h Se munir d'un tapis de sol	Espace Ligue Océanis 43 Bd de l'Université
GYM	Les vendredis, 10h-12h Sur prescription médicale Se munir d'un tapis de sol	Période scolaire : Maison de quartier de la Chesnaie 1, rue des Ajoncs Vacances scolaires : salle des Hibiscus Rue des Hibiscus
RETOUR AU TRAVAIL	Coaching individuel et collectif	Pour plus d'information contacter : patricia.audureau@ligue-cancer.net
MARCHE	Les mercredis, 14h-16h Sur prescription médicale	Lieu de rendez-vous communiqué chaque semaine par le professeur

SAINT-NAZAIRE

Ateliers individuels

PATIENT RESSOURCE	Échange sur le vécu de la maladie avec une personne ayant eu un cancer	Sur rendez-vous (en présentiel ou par téléphone) nous contacter
SOCIO-ESTHÉTIQUE	Les vendredis, 9h - 16h	Se munir d'une grande et petite serviette et d'un plaid. Espace Ligue Océanis 43 Bd de l'Université

Contactez votre Espace Ligue pour vous inscrire, c'est gratuit !

