




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

-  9 rue Paul Péliçon
(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
-  www.liguecancer44.fr

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**.



ESPACE LIGUE SAINT-NAZAIRE

-  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
-  espaceliguestnazaire@ligue-cancer.net
Planning disponible sur demande

LES MISSIONS DE LA LIGUE
CHERCHER POUR GUÉRIR
PRÉVENIR POUR PROTÉGER
ACCOMPAGNER POUR AIDER
MOBILISER POUR AGIR



NANTES ● ANCENIS

Planning d'activités

JANVIER- FÉVRIER- MARS



Planning d'activités

JANVIER- FÉVRIER- MARS

NANTES

Ateliers de groupe

GYM	Tous les mardis, 11h15 - 12h30 ou 14h - 16h . Sur prescription médicale.	Maison de quartier Madeleine 22 rue Émile Péhant
MARCHE BÂTONS	Tous les lundis, 10h - 12h . Sur prescription médicale.	Lieu de départ communiqué chaque semaine par le professeur
PISCINE	Tous les lundis (hors vacances scolaires) de 11h20 - 11h50 Sur prescription médicale.	Rendez-vous 11h à la piscine Jules Verne. Rue Jules Grandjouan, 44300 Nantes
ATELIER COGNITIF ONCOGITE	Ateliers en visio pour lutter contre les troubles cognitifs après un cancer	Sur inscription : celia.masse@ligue-cancer.net
RETOUR AU TRAVAIL	Le mardi 17 janvier (horaires à préciser)	Réunion d'information sur les possibilités d'accompagnement , sur inscription : sandra.emaure@ligue-cancer.net
AIDE À L'ARRÊT DU TABAC	Groupe d'entraide à l'arrêt du tabac Cycle trimestriel, les mercredis, 18h30 - 20h en visio.	Sur inscription : prevention.cd44@ligue-cancer.net

Ateliers individuels

SOCIO-ESTHÉTIQUE	Les mercredis et vendredis matin, 9h - 12h30 (semaines impaires) 18 et 20 janvier 01 / 03 / 15 et 17 février 01 / 03 / 15 / 17 / 29 et 31 mars Les mercredis de 9h-12h30 / 13h30-17h (semaines paires) 11-25 janvier / 8-22 février / 8-22 mars	Sur inscription. Se munir d'une serviette.
COIFFURE	Les mardis, 14h - 16h30, 17-31 janvier / 14-28 février / 14-28 mars	Sur inscription.
MASSAGE ASSIS	Un jeudi par mois, 9h - 16h20	Sur inscription.
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE	Cycle de 6 séances (sur 6 semaines)	Sur rendez-vous, nous contacter. Se munir d'une grande serviette et d'un plaid.

Planning d'activités

JANVIER- FÉVRIER- MARS

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	Le mardi entre 9h - 12h30 24 janvier et 21 mars ou 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 , nous contacter.
DEPISTAGE BUCCO-DENTAIRE	Un vendredi par mois 12h30-13h15 27 janvier / 24 février / 24 mars	Sur rendez-vous , nous contacter.

ANCENIS

Ateliers de groupe

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

