




ESPACE LIGUE NICE

3 RUE ALFRED MORTIER - 06000 NICE

-  Adapté aux personnes à mobilité réduite
-  T1 arrêt «Cathédrale vieille ville»
-  Parking à proximité : Promenade des Arts, Marshall



LIGUE CONTRE LE CANCER COMITÉ DES ALPES-MARITIMES

3 rue Alfred Mortier - 06000 NICE
Tél.: 04 93 62 13 02 - Fax : 04 93 13 44 91
cd06@ligue-cancer.net
www.ligue-cancer.net/cd06

 laliguecontrecancer06



Les Espaces Ligue ont pu voir le jour et fonctionnent grâce à nos donateurs et à l'aide de divers organismes et entreprises.

Voir la liste de nos partenaires sur :
www.ligue-cancer.net/cd06



ESPACES LIGUE

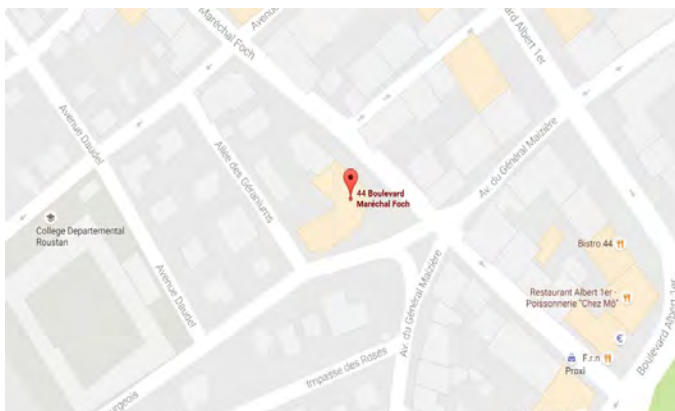
NICE - ANTIBES



ESPACE LIGUE ANTIBES

44 BOULEVARD MARECHAL FOCH - 06600 ANTIBES

 Bus 2 et 31 arrêt «Maiziere»



ALPES-MARITIMES

BIENVENUE DANS DES LIEUX
PENSÉS POUR VOUS

ESPACES LIGUE

DES LIEUX À VOTRE SERVICE
ET À VOTRE ÉCOUTE

Que vous soyez atteint de cancer ou proche d'une personne malade, les professionnels et les bénévoles formés par la Ligue contre le cancer vous accueillent dans des espaces conviviaux et non médicalisés.

Parce que la maladie cancéreuse a des retentissements physiques et psychologiques, la Ligue contre le cancer vous propose des soins de support adaptés à vos besoins et déclinés en activités pluridisciplinaires.

L'objectif des Espaces Ligue est de donner les outils nécessaires pour améliorer votre prise en charge et votre qualité de vie pendant et après les traitements.



ÉCHANGER, SE CONFIER

Les Espaces Ligue sont des lieux de rencontre favorisant les échanges entre personnes malades, proches et professionnels. Les ateliers de groupe contribueront à rompre l'isolement entraîné par la maladie et à retrouver sa place dans le groupe social. Les ateliers individuels permettront de verbaliser le vécu de sa maladie en toute confidentialité.

SE RESSOURCER, SE RÉAPPROPRIER SON CORPS ET SON IMAGE

Les Espaces Ligue sont des lieux pour retrouver bien-être et confiance en soi ainsi que vitalité et énergie nouvelle.



*Les ateliers sont gratuits.
Adhésion à la Ligue contre le cancer de 10€ par an.*

VOTRE ESPACE DE NICE

3 RUE ALFRED MORTIER
06000 NICE

Accueil, informations

i Les équipes de la Ligue contre le cancer sont à votre disposition pour vous renseigner et vous orienter dans le choix de vos soins de support. Tous les ateliers sont animés par des professionnels dans leur domaine d'activité et interviennent sur rendez-vous individuels ou en groupe.

Soutien psychologique

i Des entretiens individuels pour verbaliser le vécu de la maladie.

Groupes de parole

i Des échanges pour partager ses expériences et son ressenti.

Soins socio-esthétique

i Individuels ou en groupe, ces ateliers permettent de retrouver l'estime de soi et de son image.

Sophro-relaxation

i Des techniques de relaxation et de respiration pour se libérer des angoisses et du stress.

Réflexologie

i Des massages des « zones réflexes » pour stimuler les fonctions vitales, soulager les douleurs et se relaxer.

Conseils alimentaires

i Des conseils pour faire face aux troubles alimentaires dus aux traitements.

Aide administrative

i Un soutien pour la rédaction de courriers difficiles d'élaboration.

Consultations juridiques

i Des informations pour utiliser les bonnes voies de recours face à un problème rencontré.

Gymnastique

i Des séances de remise en forme douces qui contribuent à diminuer la fatigue et retrouver du tonus musculaire.

Théâtre

i Des ateliers café-théâtre ludiques pour libérer ses émotions par le rire.

Mémoire

i Des séances d'exercices en groupe afin de stimuler ses fonctions cognitives.

Hypnothérapie

i Des séances d'exercices en groupe afin de stimuler ses fonctions cognitives.

Qi Gong

i Des exercices physiques doux pour favoriser la concentration et faire circuler les énergies.

Yoga

i Des postures simples et des exercices de respiration pour trouver l'harmonie entre le corps et l'esprit.

Art-thérapie

i Des ateliers de groupe pour utiliser l'expression artistique à des fins thérapeutiques.

VOTRE ESPACE D'ANTIBES

44 BOULEVARD MARÉCHAL FOCH
06600 ANTIBES

Accueil, informations

i Les équipes de la Ligue contre le cancer sont à votre disposition pour vous renseigner et vous orienter dans le choix de vos soins de support. Tous les ateliers sont animés par des professionnels dans leur domaine d'activité et interviennent sur rendez-vous individuels ou en groupe.

Soutien psychologique

i Des entretiens individuels pour verbaliser le vécu de la maladie.

Soins socio-esthétique

i Individuels ou en groupe, ces ateliers permettent de retrouver l'estime de soi et de son image.

Sophro-relaxation

i Des techniques de relaxation et de respiration pour se libérer des angoisses et du stress.

Réflexologie

i Des massages des « zones réflexes » pour stimuler les fonctions vitales, soulager les douleurs et se relaxer.

