

Pour mieux vivre avec le cancer



L'ESPACE LIGUE CONTRE LE CANCER

Bienvenue  
dans UN LIEU  
pense pour  
VOUS



*de s'informer, d'échanger, de se ressourcer*

**Conditions d'accès :**

- Les différentes activités proposées par le Comité du Val-de-Marne sont en accès libre.
- **L'inscription aux ateliers est OBLIGATOIRE** en appelant le **01 48 99 48 97**.
- Les participants qui souhaitent adhérer à la Ligue recevront les informations du Comité du Val-de-Marne

**Comité du Val-de-Marne  
de la Ligue contre le cancer**

**1, rue de Paris**  
(au dessus de la Poste)  
**à Créteil**

**Onco 94 Ouest**  
dans l'Hôpital de Chevilly-Larue  
**24, rue Albert Thuret**  
**à Chevilly-Larue**



Accès par les transports en commun :

M8 station Créteil-L'Échat (Hôpital Henri Mondor)  
puis autobus

RER A station Saint-Maur Créteil puis autobus  
AUTOBUS : TWM, 104, 217 et 317 (Eglise de Créteil)

 [www.facebook.com/laliguecontrelcancer94](http://www.facebook.com/laliguecontrelcancer94)

Site web: [www.ligue-cancer.net/cd94](http://www.ligue-cancer.net/cd94)

Tél. : 01 48 99 48 97

email : [cd94@ligue-cancer.net](mailto:cd94@ligue-cancer.net)

Accès par les transports en commun :

AUTOBUS : 184 (Bergère) / 131 – 186 – 286 (Croix  
Sud – Centre de pneumologie)

Site web: [www.onco94.org](http://www.onco94.org)

### L'accompagnement psychologique



- Groupe de paroles pour les patients**, animé par un psychologue clinicien
- 1 fois par mois au Comité à Créteil
  - 1 fois par mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue

### Des échanges autour de la nutrition



- Atelier – Groupe d'échanges**, animé par une diététicienne-nutritionniste – 3 séances offertes
- 1 fois par mois au Comité à Créteil
  - 1 fois par mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue
- Thèmes : **Une alimentation équilibrée / Connaissance des aliments et composition de menus équilibrés / La prise poids**

### Des soins socio-esthétiques



- Atelier Bien-être individuel**, animé par une socio-esthéticienne – 3 séances offertes
- 2 fois par mois au Comité à Créteil
  - 2 fois par mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue
- Atelier collectif**, animé par une socio-esthéticienne – 4 séances offertes
- 1 fois par mois au Comité à Créteil
- Thèmes : **Beauté des mains / Soins du visage / Maquillage / Beauté des pieds et automassage**

### De l'activité physique adaptée (APA)



- Atelier Gym douce**, animé par un professeur diplômé – 12 séances offertes
- 2 fois par mois au Comité à Créteil
  - 1 fois par mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue

### Mieux-être physique



- Séances d'ostéopathie**, animé par une ostéopathe – 2 séances offertes
- Prise en charge des effets secondaires pour les femmes opérées pour un cancer du sein et/ou en radiothérapie
- 2 fois par mois au Comité à Créteil
- Atelier Détente et relaxation**, animé par une bénévole – 6 séances offertes
- 1 fois par mois au Comité à Créteil
- Séances de sophrologie**
- 1 fois par mois au Comité à Créteil

### Des réunions d'information



- Information générale sur les droits de l'Assurance Maladie (les aides, le soutien à domicile, l'arrêt de travail, ...)** animé par une assistante sociale - pour les assurés du régime général de la Sécurité Sociale - en partenariat avec le service social de la CRAMIF
- 1 fois par mois au Comité à Créteil
  - 1 fois par mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue

- Information sur les dispositifs d'accompagnement au retour à l'emploi (anticiper les démarches),** animé par une assistante sociale - pour les assurés du régime général de la Sécurité Sociale en arrêt maladie ou en reprise à temps partiel - en partenariat avec le service social de la CRAMIF
- Tous les 2 mois au Comité à Créteil
  - Tous les 2 mois à Onco 94 Ouest à Chevilly-Larue

- Des réunions bilans** sont organisées 2 fois par an (avoir participé au moins à une des deux réunions d'information ci-dessus)