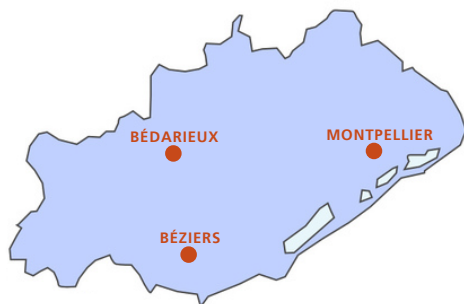


ESPACE LIGUE ESCALE BIEN-ÊTRE
Trois adresses dans l'Hérault



BÉDARIEUX

LIGUE CONTRE LE CANCER - ESCALE BIEN-ÊTRE
51 rue Saint Alexandre - 34600 BEDARIEUX
04 67 23 69 60
el34.bedarieux@ligue-cancer.net
Tous les jours de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h

BÉZIERS

LIGUE CONTRE LE CANCER - ESCALE BIEN-ÊTRE
Rés. Chapat - 1 avenue Président Wilson - 34500 BEZIERS
04 67 21 12 55
el34.beziers@ligue-cancer.net
Tous les jours de 9 h 30 à 16 h 30

MONTPELLIER

LIGUE CONTRE LE CANCER - ESCALE BIEN-ÊTRE
9 rue des Volontaires - 34000 MONTPELLIER
04 67 58 35 60
el34.montpellier@ligue-cancer.net
Tous les jours de 10 h à 17 h

SIÈGE

LIGUE CONTRE LE CANCER - COMITÉ DE L'HERAULT
Espace Epidaure
1 rue des Apothicaires
34298 MONTPELLIER cedex 5
04 67 61 31 31
cd34@ligue-cancer.net

www.ligue-cancer.net



HÉRAULT

Ligue contre le cancer
ESPACE LIGUE ESCALE BIEN-ÊTRE

Parce que la Personne atteinte d'un cancer doit retrouver la confiance dans la vie, la Ligue contre le cancer crée des Espaces d'accompagnement et de Bien-être



Tout ce qu'il est possible de faire contre le cancer, la Ligue le fait



Escale Bien-être

Une passerelle pour se ressourcer
et retrouver la confiance en soi

*L'Escale Bien-être de la Ligue contre le cancer est
un lieu non médicalisé ouvert gratuitement aux
personnes atteintes de cancer et leurs proches.*

Socio-esthétique

La socio-esthétique utilisée
comme soin de support
est un précieux soutien
pour se réapproprié
son image et retrouver
l'estime de soi.



C'est également un soin
personnalisé et un temps
d'écoute privilégié.

Il permet l'amélioration de l'aspect physique, la diminution
du stress ainsi qu'une meilleure acceptation du traitement.

Soutien psychologique et social

Le soutien psychologique apporte une aide pour traverser
l'épreuve de la maladie et de la souffrance.

Cet accompagnement permet à la personne atteinte
de cancer tout comme à ses proches d'avoir le soutien
d'un professionnel, une écoute, des
réponses à leurs questionnements
ainsi qu'un sentiment de
mieux-être.

Aide pour le retour
à domicile après
hospitalisation,
accompagnement dans
les démarches sociales et
pour le retour à l'activité
professionnelle.



Conseil
Epanouissement
Détente
Convivialité

Accueil, écoute, information,
échanges et rencontres conviviales et chaleureuses.
La vocation de l'Escale Bien-être est de rassembler
en un lieu unique, animé par des bénévoles et des
professionnels, un ensemble de services et d'activités
destinés à surmonter l'épreuve du cancer et à
retrouver une vie normale.

Conseils en Nutrition

Il peut être difficile de conserver
un bonne alimentation lorsque l'on
est soigné pour un cancer.
Adapter son alimentation aux
difficultés rencontrées contribue au
bien-être de la personne malade en
améliorant la tolérance des traitements
et ainsi la qualité de vie.



Activité Physique Adaptée

La pratique d'une activité
physique adaptée encadrée
par des professionnels
formés :

- Réduit la sensation de fatigue
- Agit sur la dépression et l'anxiété
- Aide au maintien de la masse musculaire et de la capacité cardiaque



et aussi ...

Réflexologie plantaire, feldenkrais,
sophrologie, yoga, ateliers créatifs...

*Pour ces autres activités, se renseigner directement auprès
de chaque Escale - trois adresses dans l'Hérault*