ESPACE Créteil

LA LIGUE CONTRE LE CANCER VAL-DE-MARNE

Les ateliers

Ligue contre le cancer 94

Comité du Val-de-Marne
de la Ligue contre le cancer
1 rue de Paris - 94000 CRETEIL
01.48.99.48.97 / cd94@ligue-cancer.net

Gym douce

pour reprendre une activité physique en douceur
6 séances d'1h offertes

Yoga

pour apprendre des exercices de respirations, de relaxation
6 séances d'1h30 offertes

Sophrologie

pour vous accompagner dans la gestion des traitements, du stress, ...
5 séances d'1h30 offertes

Hypnose

pour vous aider dans la gestion des émotions, ...
2 séances d'1h offertes

Ostéopathie

pour atténuer les effets secondaires des traitements
2 séances d'1h offertes

Nutrition

pour échanger autour de l'alimentation pendant et après les traitements
3 séances d'1h offertes

Groupe de paroles patients

pour partager et s'exprimer sur votre expérience
Mensuel. Durée de la séance 2h

Groupe de paroles proches

pour échanger sur votre expérience
Mensuel. Durée de la séance 2h

belle & bien

pour prendre soin de soi
1 séance de 2h offerte

Un certificat médical d'aptitude sera à présenter
Inscriptions OBLIGATOIRES / ateliers gratuits