



LES SERVICES D'AIDE AUX MALADES PROPOSES PAR LE COMITE DU VAL-D'OISE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER



VAL-D'OISE

Comité du Val-d'Oise
La Ligue contre le cancer
141/145 rue Michel Carré
Immeuble Platon – 1^{er} étage
95100 Argenteuil
Tél. : 01 39 47 16 16

www.ligue-cancer.net/cd95

www.facebook.com/laliguecontrecancer95



Mieux-être moral

Lilia Nabaïs, psychologue, reçoit sur rendez-vous individuel au Comité
(pour les patients et pour les proches)

P : 06 51 34 91 68

Jours de consultation, mardi et jeudi de 9h30 à 17h30.

Réunion de convivialité

1 mardi par mois de 14h00 à 16h00, au Comité.



Activité physique

Activité gymnastique adaptée animée par un professeur de Siel Bleu

Les vendredis de 13h30 à 15h00, à Argenteuil

Les vendredis de 9h45 à 11h15, à Goussainville

Gym'après cancer en partenariat avec l'EPGV du 95

Les lundis de 14h00 à 15h00, à Baillet en France (gymnastique adaptée)

Les lundis de 18h15 à 19h15, à Domont (gymnastique adaptée)

Les vendredis de 14h00 à 15h00, à Montmorency (gymnastique adaptée)

Les vendredis de 10h45 à 12h00, à Mery sur Oise (acti-marche)



Mieux-être physique

Soins de socio-esthétique

4 heures par semaine dans les 3 établissements, CH René Dubos à Pontoise, Clinique du Parc à Saint-Ouen-l'Aumône, Hôpital Simone Veil à Eaubonne.

2 jeudis par mois de 10h00 à 12h00, au Comité.

4 ateliers en groupe ou en rendez-vous individuel.

Sophrologie

11 séances par session – 3 sessions par an et par commune.

Les mardis de 11h30 à 12h30, à Argenteuil.

Les mardis de 14h00 à 15h00, à Goussainville.

Ostéopathie

2 séances offertes par personne.
2 vendredis matin par mois, au Comité.



Vie professionnelle

Atelier d'aide au retour à l'emploi

10 séances par session, alternance de lieu Argenteuil-Osny
2 sessions par an.



Aide financière

Le Comité aide financièrement les personnes malades confrontées à des difficultés à cause de la maladie.

Il propose également une aide au retour à domicile des malades du cancer par le financement d'heures d'aide-ménagère.

Les dossiers sont constitués par le service social de votre choix (service social de l'hôpital, de la CRAMIF, du Conseil Général ou tout autre organisme disposant d'un service social.



Vie quotidienne et activités artistiques

Atelier Nutrition

Sessions de 2 ateliers de 10h00 à 12h00 les mercredis, au Comité.

Atelier Tango argentin

Cours assuré par un professionnel, Luis Bruni et co-animé par Lilia Nabaïs psychologue. Les jeudis de 14h00 à 15h30, à Argenteuil.

Chorale

Les lundis de 14h00 à 16h00, au Comité.

Ateliers Côté Jardin

6 ateliers les vendredis de 13h30 à 16h30, à Beauchamp.



Aide au sevrage tabagique

En novembre, animation d'un groupe pour l'aide au sevrage tabagique.



Accueil et informations

Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h30 à 17h30.

141/145 rue Michel Carré - Immeuble Platon - 1^{er} étage - 95100 Argenteuil

Tél : 01 39 47 16 16.

E.mail : cd95@ligue-cancer.net

Site : www.ligue-cancer.net/cd95

Informations sociales et administratives

Consultez le site : Mes Droits Mes démarches :

<https://droit-demarche-cancer.fr>

Service téléphonique

0 800 940 939, le numéro gratuit de la Ligue contre le cancer, pour toutes les personnes recherchant une aide dans le domaine du cancer. Contactez nos services d'écoute et soutien psychologique, d'accompagnement à l'emprunt, de conseils juridiques adaptés à votre situation.