



## Salon & Aix en Provence

Les Espaces Ligue de Salon et d'Aix en Provence sont des lieux dédiés aux personnes atteintes par le cancer et leurs proches afin qu'ils puissent s'informer en toute confidentialité dans des lieux conviviaux mais aussi pour se ressourcer grâce à un programme d'activités personnalisé et adapté pendant un an.



### LES ACTIVITES SPORTIVES

Gymnastique adaptée, Qi-gong, Pilâtes (Hebdomadaire)



### LES ACTIVITES BIEN-ÊTRE

Hypnose (uniquement à Salon), Soins socio-esthétiques  
Nutrition (RVD individuel)



### LES ACTIVITES "THERAPIE"

Groupe de parole, Soutien psychologique (RVD individuel)



### LES ACTIVITES ARTISTIQUES / RECREATIVES

(uniquement à Salon)



Théâtre, modelage et sculpture d'argile (Bimensuel)



### Espace Ligue de Salon

Lundi, mardi et jeudi  
14h00-17h00  
&  
Vendredi  
9h30-12h00

#### Adresse

"Oustau de Bel Air"  
Av. Chaban-Delmas  
13300 Salon de Provence



### Espace Ligue d'Aix en Provence

Lundi et jeudi  
9h30-13h30  
&  
Mercredi  
9h30-13h30 ou 13h30-17h00

#### Adresse

1, av. Paul Cézanne  
13100 Aix-en-Provence

### INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

EspaceLigue.Salon@ligue-cancer.net ou au 04 42 48 85 13  
EspaceLigue.Aix@ligue-cancer.net ou au 04 42 38 96 00

MA MAISON BIEN-ÊTRE

BIENVENUE CHEZ VOUS



## LA LIGUE CONTRE LE CANCER

La Ligue contre le cancer est une organisation non gouvernementale créée en 1918.

Indépendante de tout pouvoir politique et financier, elle repose uniquement sur la générosité du public.

**La Ligue est le premier financeur indépendant de la recherche contre le cancer.**

## LA LIGUE MÈNE UNE LUTTE GLOBALE SUR TOUS LES FRONTS :

1. Soutenir la recherche en cancérologie pour faire reculer la maladie.
2. Informer, prévenir et promouvoir les dépistages de certains cancers.
3. Accompagner matériellement, psychologiquement et financièrement les personnes malades et leurs proches.
4. Mobiliser la société contre le cancer.

## SOUTENEZ LA LIGUE ET BÉNÉFICIEZ D'UNE RÉDUCTION D'IMPÔTS

Vous bénéficiez d'une réduction d'impôts sur le revenu de 66% du montant de vos dons annuels, dans la limite de 20% de votre revenu imposable.



Faire un don à la Ligue contre le cancer



Accéder à la vidéo de « Ma Maison bien-être »



# 400 M<sup>2</sup> DÉDIÉS AU BIEN-ÊTRE

Au cœur de Marseille et jouissant de toutes les facilités d'accès «Ma Maison bien-être» est une formidable vitrine du combat que nous menons tous ensemble contre le cancer.

Elle est ouverte aux patients et à leur famille, au grand public ainsi qu'aux entreprises partenaires dans le cadre de la prévention.

Un parcours de soins de support est proposé aux personnes atteintes d'un cancer : soutien psychologique, bilan diététique, sports adaptés, corner coiffure, soins socio-esthétiques, ateliers créatifs, sorties culturelles...

autant d'activités pour se faire du bien, reprendre confiance en soi et recréer du lien social.

Les aidants peuvent également être accompagnés psychologiquement.

**Pour bénéficier de ces activités il est nécessaire de prendre rendez-vous avec notre équipe au 04 91 41 00 20 ou par mail sur [cd13@ligue-cancer.net](mailto:cd13@ligue-cancer.net)**



## PROGRAMME BIEN-ÊTRE



### ACCUEIL, INFORMATIONS

Notre équipe est à votre disposition pour vous renseigner et répondre à vos questions.



### SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Une équipe de psychologues pourra vous rencontrer lors d'entretiens individuels ou à l'occasion de groupes de paroles.



### DIÉTÉTIQUE

Conseils et informations par des professionnels.



### ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Des professionnels spécialisés établissent un programme d'exercices adaptés.



### SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUES

Ces soins, prodigués par des professionnels, visent à améliorer l'image de soi, et vous apportent bien-être et confort.



### CORNER COIFFURE

Après un diagnostic cheveux, notre coiffeur vous propose un soin adapté.



### RELAXATION

Un instant de détente pour se recentrer sur soi et apprendre à se relaxer.



### ATELIER CULINAIRE

Les chefs de Gourméditerranée partagent leur savoir-faire en proposant des ateliers avec des produits locaux et de saisons.



### ATELIERS CRÉATIFS

Des ateliers artistiques et manuels vous permettent d'exprimer votre ressenti, votre créativité et de partager des moments de convivialité (atelier de nouage de turban, création de produits de beauté, colorimétrie vestimentaire...)



### EXPOSITIONS ET VISITES GUIDÉES HORS LES MURS

Des expositions sont régulièrement organisées sur les cimaises de « Ma Maison bien-être ». Des visites guidées dans les musées du département sont également proposées tout au long de l'année.



## INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

par mail : [cd13@ligue-cancer.net](mailto:cd13@ligue-cancer.net) ou par tél. 04.91.41.00.20

7, rue Francis Davso - 13001 Marseille - Tel. 04 91 41 00 20 - [cd13@ligue-cancer.net](mailto:cd13@ligue-cancer.net)

[www.liguecancer13.net](http://www.liguecancer13.net)

