

Réservez votre atelier de soins support pour vous aider à mieux vivre votre maladie.



Diversité

10 ateliers complémentaires répondant à vos différents besoins.

Prise en charge

Tous les ateliers de soins support proposés sont gratuits.



Accessibilité

Réservation ouverte à tous, malades en traitement ou post-traitement.

Confort

Un service de transport gratuit disponible, vous permettant une mobilité sereine.



Accompagnement

Une équipe de professionnels et de bénévoles à votre service.

Contactez-nous aujourd'hui pour plus d'informations ou pour réserver votre atelier.

LA LIGUE CONTRE LE CANCER - COMITÉ DE L'AUBE

12 Avenue Anatole France - 10000 TROYES

03.25.73.62.05

Du mardi au vendredi - 9h à 12h et 14h à 17h

Cd10@ligue-cancer.net



Vous êtes un professionnel ou une association et vous souhaitez proposer un atelier ?

Contactez-nous aujourd'hui pour échanger sur votre projet !

Devenez bénévoles

La Ligue contre le cancer de l'Aube est à la recherche de bénévoles pour soutenir son équipe et renforcer ses actions.

Tous en LIGUE
CONTRE LE CANCER



POURQUOI LES SOINS

SUPPORT ?

Les soins de support sont un accompagnement solidaire proposant un ensemble d'activités orientées vers les besoins de la personne atteinte d'un cancer.

Véritable pilier psychologique, mental et physique, ces ateliers complètent les soins médicaux, sans s'y substituer. Ils contribuent notamment à la diminution des effets indésirables liés aux traitements, afin de mieux vivre la maladie.

Au sein de votre Comité de l'Aube, notre équipe met son temps et ses compétences à disposition pour vous accompagner durant cette période difficile.

Touché par un cancer, nos professionnels et bénévoles sont là pour vous accueillir, vous informer et vous aider dans un lieu chaleureux et non médicalisé.

Bienvenue dans un lieu pensé pour vous !

ATELIERS DE SOINS

DE SUPPORT

Des solutions gratuites et adaptées à votre parcours maladie



LA LIGUE

CONTRE LE CANCER

AUBE

Les ateliers de soins support

DANS L'ENCEINTE DU COMITÉ DE L'AUBE



PROTHÉSISTE CAPILLAIRE

Regagnez confiance en vous et surmontez l'épreuve de la chute de cheveux grâce à de nombreux conseils sur le choix et l'entretien de votre prothèse capillaire.

Corinne Noiro

06.68.81.08.62
studickalanchoe@gmail.com

Mardi - 10h à 13h
Vendredi - 10h à 12h



SOPHROLOGIE

Apprenez à mieux gérer vos émotions et retrouver un esprit plus apaisé grâce à une technique de relaxation basée sur la respiration.

Davy Bavoil

07.69.13.41.18
davybavoil.sophro@gmail.com

Mercredi - 9h à 12h



RÉFLEXOLOGIE

Soulagez les effets secondaires de vos traitements grâce à la stimulation de « points réflexes » et une technique utilisant les massages, propice au bien-être.

Brigitte Peltier

06.19.17.70.84
bprefixologie@gmail.com

Jeudi - 9h à 12h
et 14h à 17h



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Revalorisez votre image et l'estime de soi par la pratique de gestes simples, nécessaires à la reconnexion de votre corps et le maintien de votre vie sociale.

Sandrine Guerrier

06.16.96.51.58
guerrier.sandrine@yahoo.com

Vendredi - 14h à 17h



DIÉTÉTIQUE

Retrouvez un équilibre alimentaire et le plaisir des repas grâce à des solutions dédiées à mieux supporter les effets secondaires de vos traitements.

Elisa Bézier

06.78.52.36.69
bezierelisa@gmail.com

Samedi - 9h à 12h

À L'EXTÉRIEUR DU COMITÉ DE L'AUBE



GROUPE DE PAROLE

Échangez avec des personnes traversant les mêmes étapes et partageant les mêmes interrogations que vous, dans un groupe de parole encadré par des psychologues professionnels.

Laure Santer

06.65.43.58.56
LSANTER@utrca.fr
Mutualité Française de l'Aube - 18 rue Emile Zola, 10000 Troyes

Dernier lundi de chaque mois
15h à 16h30

Mireille Passaquy

06.42.52.71.09
mpassaquybataillard@orange.fr
Maison de Santé - 14 rue Jean Moulin, 10100 Romilly-sur-Seine

Sur rendez-vous



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Bénéficiez d'un soutien psychologique* adapté à chaque étape de votre cancer et de vos traitements.

Rachel Vidoni

06.08.05.91.76
rachelvidoni@yahoo.fr
93 rue Général de Gaulle, 10000 Troyes

Sur rendez-vous

Juliette Gariot

06.14.33.29.37
juliette.gariot@gmail.com
2 rue Pierre Jean Grosley, 10000 Troyes

Sur rendez-vous

Laure Santer

06.65.43.58.56
LSANTER@utrca.fr
Mutualité Française de l'Aube - 18 rue Emile Zola, 10000 Troyes

Sur rendez-vous

Mireille Passaquy

06.42.52.71.09
mpassaquybataillard@orange.fr
Maison de Santé - 14 rue Jean Moulin, 10100 Romilly-sur-Seine

Sur rendez-vous

Marie-Caroline Grenet

03.25.92.23.87
mariecaroline.grenet@sfr.fr
Maison de Santé - 5 rue du Jard, 10200 Bar-sur-Aube

Sur rendez-vous

Julie Faucillon

06.61.42.45.10
julie.faucillon@gmail.com
Maison de Santé des Rives de Barse - 1 avenue de la République, 10140 Vendevre-sur-Barse

Sur rendez-vous

*Prise en charge de 4 séances auprès de psychologues partenaires du comité.



SOCIO-COIFFURE

Retrouvez un équilibre physique et psychologique entre les mains d'un professionnel formé pour répondre à vos besoins spécifiques.

Jennyfer Lancelot

06.86.14.21.63
jennyfer-oncocoiffeuse@hotmail.com
À domicile

Sur rendez-vous



EQUILIBRE SANTÉ

Bénéficiez des bienfaits émotionnels et physiques que procurent les exercices au sol. Des ateliers adaptés autour de l'équilibre, la prévention des chutes ou encore le renforcement musculaire.

Club Dévers

06.21.15.43.20
vppratiquedeverstroyes@gmail.com
La Halle Sportive - UTT - rue Fernand Sastre, 10430 Rosières-près-Troyes

Samedi - 9h30 à 11h30



ESCRIME ET CANCER DU SEIN

Complétez votre rééducation post-chirurgie avec une activité conviviale et propice à l'amélioration de votre posture et de la mobilité de votre épaule.

Sandrine Dumoulin

03.25.39.85.08
maitre.dumoulin@escrime.troyes.fr
Coséc 2 - rue Marie Curie, 10000 Troyes

Vendredi - 14h à 15h30



QI GONG

Trouvez les ressources nécessaires pour faire face à la maladie à l'aide d'une discipline douce et accessible à tous, favorisant le bien-être corporel et psychique.

Ghislaine Grün

03.25.73.62.05
cd10@ligue-cancer.net**
Salle des Arts Populaires, Complexe Lacaille - chemin du Stade Lacaille, 10440 La Rivière-de-Corps

Mardi - 16h30 à 18h

**Contactez le comité directement pour plus d'informations.



GYM APRES CANCER

Venez découvrir les bienfaits de l'activité physique ! Postural, renforcement musculaire, équilibre, cardio. Ouvert aux personnes en traitement ou en rémission.

Association Akhilleus

09.73.66.90.59
contact@akhilleus.fr
Centre Commercial du Cygne - 1 rue Léo Lagrange, 10600 La Chapelle Saint Luc

Mardi - 10h à 11h