



## Prévention en milieu scolaire

**Des interventions dans les classes  
de primaire et collèges**

**Thématiques : addictions**

**(Tabac, alcool, nutrition, soleil)**

**Danger des écrans**



Contact



**Bénédicte CASTELLA**  
**en charge de la Prévention**

► [benedicte.castella@ligue-cancer.net](mailto:benedicte.castella@ligue-cancer.net)

**NOUS CONTACTER** 

**LIGUE CONTRE LE CANCER**  
**COMITE DE L'AVEYRON**

**Impasse des Vieux Chênes**

**12000 RODEZ**

**05 65 68 36 58**

**06 70 94 73 36**

**[cd12@ligue-cancer.net](mailto:cd12@ligue-cancer.net)**

**<https://www.ligue-cancer.net>**



## **LES COORDONNEES UTILES**

soins de support



### Activité Physique Adaptée

CAMI Sport et Cancer **07 68 87 29 86**

EPGV Rodez **06 61 76 63 21**

Education Physique de Gymnastique Volontaire



### Conseils en diététique

Mme Hélène COLIN

Diététicienne

**Pour la prise de rendez-vous**

Contactez le Comité Aveyron

**05 65 68 36 58/06 70 94 73 36**

### Marche douce



Marche hebdomadaire

**Tous les mardis après-midis**

**Pour s'inscrire**

Contactez le Comité Aveyron

**05 65 68 36 58/06 70 94 73 36**



### Soins socio-esthétiques

Interventions en centres hospitaliers pour des personnes atteintes  
d'un cancer

(Rodez, Millau et Villefranche-de-Rouergue)

**Pour avoir plus d'informations**

Contactez le Comité Aveyron

**05 65 68 36 58/06 70 94 73 36**

### Sophrologie



Dans les locaux du Comité Aveyron **2 mardis par mois**  
**à Rodez**

Au Centre Social CAF **2 jeudis par mois**  
**à Villefranche-de-Rouergue**

A la Maison de Santé des Ondes  
**à Millau**

➔ **Pour plus d'informations**

Contactez le Comité Aveyron au **05 65 68 36 58/06 70 94 73 36**



### Soutien psychologique

➔ **Pour prendre rendez-vous avec la psychologue**

Contactez le Comité Aveyron au **05 65 68 36 58/06 70 94 73 36**

"L'amour, la Ligue"



**La Ligue contre le Cancer**

**Comité**  
**de l'Aveyron**

**LA LIGUE**

CONTRE LE CANCER

AVEYRON

## QUI SOMMES-NOUS?

La Ligue contre le cancer Comité de l'Aveyron est une association composée de 23 membres administrateurs.rices et bénévoles engagés.es dans la lutte contre les cancers et impliqués pour apporter de l'aide aux malades aveyronnais.es et à leurs familles afin d'améliorer leur quotidien.



## NOS MISSIONS

- ▶ **Actions pour les personnes malades**
- ▶ **Recherche**
- ▶ **Prévention et Promotion des Dépistages**
- ▶ **Société et Politiques de Santé**

## AIDES ET SOUTIEN

### Aides directes par la Commission Sociale

Des aides financières ponctuelles proposées en complément des différentes formes d'aides dispensées par les structures légales. La Commission sociale se réunit 1 fois par mois.

### Soutien psychologique

Accompagnement qui permet à la personne atteinte de cancer tout comme à ses proches de bénéficier grâce à une psychologue clinicienne d'une écoute, de réponses à des questionnements et de ressentir donc un sentiment de bien-être.

### Sophrologie

Ensemble de techniques visant la relaxation et le bien-être. Ces séances peuvent restaurer la confiance et l'estime de soi, se déroulent en groupes et animées par une professionnelle diplômée.

## BIEN-ETRE ET CONSEILS

### Activité Physique Adaptée

Elle permet pendant et après le traitement en cancérologie de réduire l'anxiété, la sensation de fatigue et diminue les risques de rechute.. Elle améliore le sommeil et l'image de soi.

### Soins Socio-esthétiques

Ces soins s'adressent aux personnes fragilisées par une atteinte de leur intégrité physique, psychique. Estime et image de soi.

### Conseils en diététique

Des conseils proposés par une diététicienne en entretiens individuels. Ils visent à retrouver le plaisir et le goût de la nourriture. Ils permettent de mieux vivre le traitement.