

A CHAQUE ÉTAPE UN SOUTIEN



LA LIGUE
CONTRE
LE CANCER
MOSELLE

PARCE QUE

VOUS N'ÊTES PAS SEULS

FACE AU CANCER

CAFÉ CONVIVIAL



Le **Café Convivial** est un lieu d'échange, de partage et de réconfort, ouvert aux personnes touchées par le cancer ainsi qu'à leurs proches.

Dans une ambiance chaleureuse, autour d'un café ou d'un thé, chacun peut venir discuter librement — de la maladie ou de tout autre sujet — dans un cadre bienveillant, discret et respectueux.

Des échanges sincères, des rencontres inspirantes : le café convivial est avant tout un espace d'entraide, d'information sur les actions de notre comité et surtout d'humanité.



Retrouvez le café convivial le plus proche de chez vous ainsi que les activités proposées par notre comité.

GROUPE DE PAROLE AIDANTS



Prendre un moment pour soi quand on accompagne un proche touché par le cancer peut parfois être difficile...

Et pourtant essentiel.

Ce groupe de parole s'adresse à tous les proches aidants, qu'il s'agisse de la famille, d'un ami ou de toute personne impliquée dans l'accompagnement au quotidien.

Profitez d'un temps d'échange bienveillant et confidentiel, animé par des professionnels, où chacun peut partager son vécu, ses questionnements et trouver du soutien. Une bulle pour permettre à chacun de souffler et de ne pas rester seul dans son rôle d'aidant.



CONSULTATIONS PSYCHOTHÉRAPEUTIQUES

Les malades du cancer et leur entourage (famille et proches) peuvent bénéficier de consultations psychothérapeutiques PRÉ-PAYÉES par le Comité appelées Consultations Suspendues®.

Ce dispositif, unique en France, est rendu possible grâce à un partenariat entre le Comité de Moselle et le Centre Pierre Janet de Metz.

D'un côté, le Comité finance des séances via un système de bons ; de l'autre, le Centre Pierre Janet met à disposition un réseau de professionnels (psychologues, psychothérapeutes...) sur le département de la Moselle.

Si vous en ressentez le besoin, suivez le mode d'emploi ci-dessous afin de bénéficier de bons de Consultations Suspendues®.

MODE D'EMPLOI : S'INSCRIRE AUX CONSULTATIONS SUSPENDUES

1^{ère} prise de rendez-vous

Effectuez une demande de bons de Consultations suspendues auprès de votre médecin.

Médecin, contactez-nous à l'adresse [**consultations.suspendues@ligue-cancer.net**](mailto:consultations.suspendues@ligue-cancer.net) en nous transmettant le prénom, le nom de naissance, les coordonnées postales de votre patient, en précisant s'il s'agit d'un aidant ou d'un malade afin que nous puissions lui envoyer nos bons.

Vous bénéficierez de **3 bons** et il vous faudra par la suite prendre rendez-vous auprès d'un psychothérapeute membre du réseau ou au Centre Pierre Janet au 03 72 74 82 93.

Renouvellement du suivi psychothérapeutique

Si vous ressentez le besoin de renouveler la prise en charge, contactez-nous directement via [**consultations.suspendues@ligue-cancer.net**](mailto:consultations.suspendues@ligue-cancer.net) afin de recevoir jusqu'à 3 nouveaux bons.

Prenez quelques minutes pour penser à vous

Patient Health Questionnaire-2 (PHQ-2)
D'après Kroenke K, 2003

Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous été dérangé par l'un ou l'autre de ces problèmes ?

	Jamais (= 0)	Plusieurs jours (= 1)	Plus de la moitié des jours (= 2)	Presque tous les jours (= 3)
Peu d'intérêt ou de plaisir à faire des choses				
Démoralisé, déprimé ou désespéré				

Le score du PHQ-2 varie de 0 à 6.

Si votre score est supérieur ou égal à 3, ne restez pas seul : sollicitez l'un de nos dispositifs ou contactez votre médecin traitant.

LIGUE SOUTIEN CANCER



Face au cancer, vous avez un numéro pour être écouté et conseillé :

0 800 940 939 **GRATUIT**

Des professionnels sont à votre écoute du lundi au vendredi, de 9h00 à 19h00, gratuitement.

Vous pourrez bénéficier d'une **écoute** et de **soutien psychologique**, mais aussi **de conseils** relatifs à l'emprunt et l'assurabilité, ou encore accéder à une **permanence juridique et sociale**.

Des questions sur nos actions ?

 **03 87 18 92 96**

 **cd57@ligue-cancer.net**

En savoir plus :

