

HAUTE-VIENNE  
**PLANNING DES ACTIVITÉS**

 **05 55 77 20 76**

**GRATUIT**

**AUTRES ACTIVITÉS**

**Sevrage  
tabagique**



**LIMOGES :**  
**Mercredi**  
À partir de 14h30  
**TOUT PUBLIC**

**Sorties  
culturelles**



**LIMOGES et  
alentours :**  
En plein air ou  
au musée  
Contactez-nous !

**POUR QUI ?**

Les patients pendant  
et après les traitements  
et leurs proches aidants

**POURQUOI ?**


Pour une meilleure  
qualité de vie

**OÙ ?**

En Haute-Vienne (87)

Des professionnels sont à votre écoute  
du lundi au vendredi de 9h à 19h  
(service gratuit)

**0 800 940 939** Services & appel  
gratuits

-  ÉCOUTE ET SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
-  CONSEILS POUR ACCÉDER À UNE ASSURANCE DE PRÊT
-  PERMANENCE JURIDIQUE

Soutien  
psychologique

Activités  
physiques  
et de bien-être  
en groupe

Soins  
individuels  
de  
confort et  
de bien-être

Ateliers  
collectifs

Entraînement  
cérébral  
OnCogite

Accompagnement  
social  
et financier

Conférences  
et informations  
Sorties  
culturelles



**LIGUE CONTRE LE CANCER**  
Comité Haute-Vienne

**Pour toute information ou RDV**

 21 avenue des Bénédictins, 87000 Limoges

 05.55.77.20.76 + Tapez 1  [cd87@ligue-cancer.net](mailto:cd87@ligue-cancer.net)

 [www.ligue-cancer.net/cd87](http://www.ligue-cancer.net/cd87)

 Ligue contre le cancer - Comité Haute-Vienne

 @laliguecancer87  @liguecontrelcancer87



Séances individuelles

Soutien psychologique



**LIMOGES :**  
**Lundi**  
 9h30-17h30  
**Mardi**  
 9h-17h  
**Vendredi** (1 sur 2)  
 9h-17h

-----  
**ST-YRIEIX-LA-PERCHE :**  
 (Villa Sport)  
**Vendredi** (1 sur 3)  
 9h30-12h30

-----  
**BELLAC**  
**BESSINES S/GART.**  
**ST-JUNIEU,**  
**ST-LÉONARD-DE-NOBLAT,**  
**EYMOUTIERS**  
 Au cabinet du praticien

Socio-esthétique



**LIMOGES :**  
**Lundi ou Jeudi**  
 9h30 - 17h30

**Mercredi ou vendredi**  
 9h00 - 12h00

-----  
**ST-YRIEIX-LA-PERCHE :**  
 (Villa Sport)  
**Jeudi** (1 sur 2)  
 9h30 - 12h30

-----  
**ST-JUNIEU**  
 (La Villa)  
**Vendredi** (1 sur 2)  
 14h00 - 17h00

Toucher Bien-être

**LIMOGES**

**Shiatsu**   
**LIMOGES**  
**Lundi**  
 13h30 - 16h30  
 1 fois par mois

Consultations diététiques



**LIMOGES :**  
**Mercredi**  
 9h-13h

Sophrologie dynamique



**LIMOGES :**  
**Mardi**  
 10h-11h et 11h-12h  
**Mercredi**  
 10h-11h

-----  
**ST-JUNIEU**  
 (La Villa)  
**Mardi** (1 sur 2)  
 14h - 17h

Réflexologie plantaire



**LIMOGES :**  
**Jeudi**  
 Le 1er et 3è jeudi de chaque mois  
 9h30 - 12h30

Ateliers

Atelier nutrition



**LIMOGES :**  
**Jeudi**  
 14h - 15h30  
 1 fois par mois

OnCOGITE



**LIMOGES :**  
**Jeudi**  
 10h30-12h  
 Séances en visioconférence

Hypnose en groupe



**LIMOGES :**  
**mardi**  
 17h30-18h45

DANSE DE SALON



**LIMOGES :**  
**Mardi**  
 17h45-19h15

Séances en groupe

Activité physique adaptée



**LIMOGES :**  
 (Jean-Moulin)  
**Lundi**  
 15h15-16h15

**Vendredi**  
 10h30-11h30

-----  
**ST-YRIEIX-LA-PERCHE :**  
 (Villa Sport)  
**Lundi**  
 11h-12h

**Vendredi**  
 11h-12h

-----  
**ST-JUNIEU**  
 (La Villa)  
**Lundi**  
 10h30-11h30

**Vendredi**  
 10h30-11h30

Yoga en groupe (4 pers.)



**LIMOGES :**  
**Mardi**  
 9h-10h  
**Mercredi**  
 9h-10h

Pilates



**LIMOGES**  
**Vendredi**  
 10h30 - 11h30

Randonnée



**HAUTE-VIENNE**

Aquagym

(Hors vacances scolaires)



**LIMOGES :**  
 (Beaublanc)  
**Vendredi**  
 13h-14h

-----  
**ST-YRIEIX-LA-PERCHE :**  
 (Villa Sport)  
**Jeudi**  
 16h-17h

-----  
**ST-JUNIEU :**  
 (Piscine municipale)  
**Mercredi**  
 11h-12h

Longe-côte / marche aquatique



**ST-PARDOUX**  
**Mercredi + dimanche**  
 10h-11h  
 Plage de Santrop