



◆ Espace Mieux-Etre
 "L'Atalante" - 1, Place Paul Baronetto
 Bloc B - Rez-de-Chaussée
 06320 Cap d'Ail
 Tél. 06 80 86 04 33
www.ecoutecancerreconfort.org



- Bus n°5 et 6 - Arrêt Stade Louis II
- Parking Stade Louis II
- Accès aux personnes à mobilité réduite

Sous la Présidence d'Honneur
 de S.A.S. La Princesse Stéphanie



MIEUX-ÊTRE

UNE PASSERELLE ENTRE LA MALADIE ET LA VIE QUOTIDIENNE

L'Espace Mieux-Etre est un lieu d'écoute et de réconfort pour avancer ensemble.

Structure d'accueil non médicalisée,
 ouverte les lundi, mardi, jeudi
 et vendredi
 de 14h30 à 18h

ESPACE

UN ESPACE UNIQUE ET CONVIVAL

Ouvert à toutes les personnes de Monaco et de ses environs touchées par le cancer, en cours de traitement ou en rémission, ainsi qu'à leur famille et à leurs proches.

Tous les soins pratiqués à l'Espace Mieux-Etre sont proposés gratuitement. Seule une cotation annuelle de membre sera demandée (40€).

Une équipe de bénévoles et de professionnels à votre écoute.

◆ **SOUTIEN**
"Nous avons besoin de vous. Grâce à vos dons ou en devenant membre, nous poursuivons notre mission en aidant les personnes malades à se reconstruire."

Participez à l'action de l'association en envoyant vos dons à :

ÉCOUTE CANCER RÉCONFORT
 1, avenue des Castelans
 98000 MONACO





Même dans les situations délicates, il y a toujours un petit bonheur sur lequel se focaliser.

Avec notre psychologue

Retrouver son image et reprendre goût à s'occuper de soi.

Avec notre esthéticienne

Redécouvrir force et énergie

TAÏ CHI
GYMNASTIQUE DOUCE
TECHNIQUES DE RESPIRATION

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

ESTHÉTIQUE

SPORT & FORME

S'ÉQUILIBRER

NUTRITION

Conseils diététiques pour adapter son alimentation

RELAXATION CORPS & ESPRIT

Un moment de méditation pleine conscience pour renouer avec soi-même

CONSEILS HYGIÈNE DE VIE

Avec notre consultante naturopathe énergétique

RENCONTRER

Passer un moment d'échanges et de convivialité au **CAFÉ-DÉTENTE**

ENSEMBLE

Participer à des **ATELIERS LUDIQUES** et **CRÉATIFS**

