

# 1

## Les groupes réguliers

# Les groupes d'activités et webinaires pour patients atteints d'un cancer

La Fondation Cancer organise régulièrement des activités pour patients atteints de cancer.

La participation est gratuite, mais il est nécessaire de s'inscrire à l'avance.

Par ailleurs, l'accord de votre médecin sera demandé au préalable pour les groupes de relaxation et de sport.



**Yoga**  
Tous les mardis  
de 16h30 à 17h30



**Eveil musculaire**  
Tous les lundis de 10h à 11h



**Groupe de paroles – Cancer du sein**  
Tous les 2<sup>e</sup> lundis du mois



**Groupe d'entraide pour les patients atteints d'un cancer de la prostate**  
Chaque 1<sup>er</sup> mercredi du mois  
de 18h à 19h



**Bien dormir – Mieux se sentir**



**Bien gérer sa fatigue – Mieux retrouver sa vitalité**



**Estime de soi – Exercices pratiques**



**Bien gérer ses émotions – Mieux trouver son équilibre**

# 2

## Les rendez-vous ponctuels



**Groupe de relaxation – Conscience de soi**



**Back to work – Reprendre le travail en sérénité**



**L'expérience du moment présent – La pleine conscience**



**Renforcement cognitif – Exercices pratiques**



T 45 30 331  
E [fondation@cancer.lu](mailto:fondation@cancer.lu)  
[www.cancer.lu](http://www.cancer.lu)



**Fondation  
Cancer**

Info · Aide · Recherche