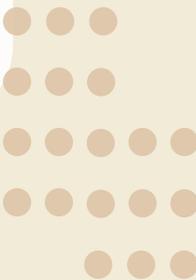


*Je vis avec  
mon cancer*

---

Mon carnet de bord



TOUTES LES  
**INFORMATIONS PRATIQUES**  
POUR VOUS ACCOMPAGNER  
**PENDANT ET APRÈS**  
LES TRAITEMENTS

---



MOSELLE



---

# MOT D'ACCUEIL

---

Ce carnet de bord a pour objectif de présenter notre comité mais également d'informer sur les soins de support et de bien être à la disposition des personnes malades et de leurs proches sur notre territoire.



**La maladie cancéreuse et ses traitements engendrent des effets indésirables ayant des répercussions sur tous les aspects de la vie quotidienne des personnes atteintes de cancer, les besoins qui peuvent survenir sont nombreux et les soins de support que nous proposons peuvent leur apporter des réponses aux conséquences de la maladie.**

Celle-ci doit être appréhendée dans sa globalité et ne pas se limiter aux seuls traitements médicaux afin d'améliorer la qualité de vie. Il est indispensable d'assurer la continuité de la prise en charge en dehors des établissements de santé, pendant et après les traitements.

Ce livret ne présente pas de façon exhaustive l'ensemble des soins et soutiens qui peuvent être mis à la disposition des personnes malades et de leurs proches.

Notre comité s'efforcera de les faire évoluer en les rendant accessible au plus grand nombre sur toute la Moselle.

L'équipe du comité est à votre disposition, n'hésitez pas à nous contacter.

**Francis FLAMAIN**  
*Président bénévole du Comité de la Moselle*

# SOMMAIRE

<b>MOT D'ACCUEIL</b> .....	<b>3</b>
----------------------------	----------

<b>PRÉSENTATION DU COMITÉ DE LA MOSELLE</b> .....	<b>6</b>
Qui sommes-nous ? .....	6
Nos missions .....	7

<b>QUELQUES CONSEILS UTILES</b> .....	<b>8</b>
---------------------------------------	----------

<b>LES SOINS DE SUPPORT</b> .....	<b>11</b>
Activités physiques adaptées .....	13
Accompagnement psychothérapeutique .....	14
Soins de bien-être .....	17
Ateliers diététiques .....	18

<b>MES AIDES</b> .....	<b>21</b>
Soutien financier .....	23
Mes droits, mes démarches .....	24

<b>INFORMATIONS PRATIQUES</b> .....	<b>27</b>
Mes rendez-vous .....	28
Mes contacts .....	30
Contacts utiles .....	32
Mes notes .....	34
Lexique .....	36
Certificat médical .....	37



---

# LE COMITÉ DE LA MOSELLE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

---

Reconnu d'utilité publique, et indépendant financièrement, le **Comité de Moselle**, fédéré au sein de la **Ligue contre le cancer**, est une association à but non lucratif, régie par la loi de 1908, qui **repose sur la générosité de tous**.

## QUI SOMMES-NOUS ?

Le Comité de la Moselle est composé :

- du **Conseil d'Administration** : lui-même composé d'un Président et d'administrateurs, tous bénévoles. Il décide trimestriellement des actions du Comité et de l'utilisation des fonds.
- du **Bureau** : très régulièrement, le bureau se réunit pour discuter des points d'actualités qui seront à valider lors du Conseil d'Administration trimestriel.
- des **Salarié(e)s** : Cinq salarié(e)s à temps-plein assurent les permanences et les actions sur tout le département mosellan.
- des **Bénévoles** : 50 bénévoles s'investissent régulièrement ou ponctuellement dans tout le département. Ils sont sur tous les fronts : aide aux malades, prévention, tâches administratives, manifestations ponctuelles, etc.



## NOS MISSIONS



### SOUTIEN À LA RECHERCHE SUR LE CANCER

Chaque année, notre Comité soutient des projets de recherche novateurs et prometteurs dans le domaine de la santé, visant à améliorer la prévention, le diagnostic et les traitements de la maladie.



### ACTIONS POUR LES PERSONNES MALADES ET LEUR PROCHES

Nous proposons des activités de physiques adaptées et de bien-être sur tout le département, gratuitement pendant un an. De plus, nous apportons un soutien financier aux personnes atteintes de cancer qui font face à des difficultés financières liées à leur état de santé.



### PRÉVENTION ET PROMOTION DU DÉPISTAGE

La prévention occupe également une place centrale dans nos actions. Nous mettons en place des campagnes de sensibilisation dans les écoles, les communautés locales ou encore les entreprises pour informer sur les signes précurseurs de la maladie et l'importance du dépistage précoce. Notre objectif est d'encourager chacun à adopter des comportements sains et à prévenir l'apparition des cancers évitables.



### SOCIÉTÉ ET POLITIQUES DE SANTÉ

Le Comité s'investit activement auprès des institutions du département.

## POUR EN SAVOIR PLUS SUR NOS ACTIONS ET NOS ACTUALITÉS

Consultez notre site web : [www.ligue-cancer.net/57-moselle](http://www.ligue-cancer.net/57-moselle)

Ou suivez-nous sur nos réseaux sociaux :    

# QUELQUES CONSEILS UTILES



Quelques conseils utiles et pratiques pour votre vie quotidienne.

## PROTECTION SOLAIRE

Les UV du soleil sont nocifs pour la santé : ils peuvent notamment provoquer des réactions à certains traitements.

Pour éviter tout contact prolongé avec eux : **protégez-vous** (lunettes, crème solaire, chapeau/casquette, vêtements adaptés) et **préférez l'ombre** !

## ACTIVITÉ PHYSIQUE

Pratiquer une **activité physique** de 30 minutes par jour permet de **maintenir son état de santé et de diminuer la prolifération des cellules cancéreuses de 31%**. Cependant, il est important que l'activité pratiquée soit adaptée à votre état clinique.

*Plus d'informations en page 13*

## ALIMENTATION

Conserver une **alimentation saine** est essentielle pendant et après la maladie. Mangez davantage de fruits, légumes, produits céréaliers et limitez la consommation d'alcool, de fast-food, de viande rouge et charcuteries. Évitez la prise de compléments alimentaires. **Il est essentiel de ne pas perdre de poids.**

*Plus d'informations en page 18*





## **VOUS FUMEZ ET SOUHAITEZ ARRÊTER ? PLUSIEURS OPTIONS S'OFFRENT À VOUS !**

### **Le 3989**

En appelant le **39 89**, vous bénéficiez d'un accompagnement personnalisé, efficace et gratuit par téléphone. Vous pouvez poser toutes vos questions et prendre rendez-vous avec un tabacologue.

### **Le site «Tabac Info Service»**

Vous y trouverez des informations et des conseils sur l'arrêt du tabac.

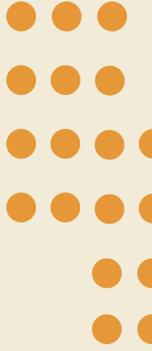
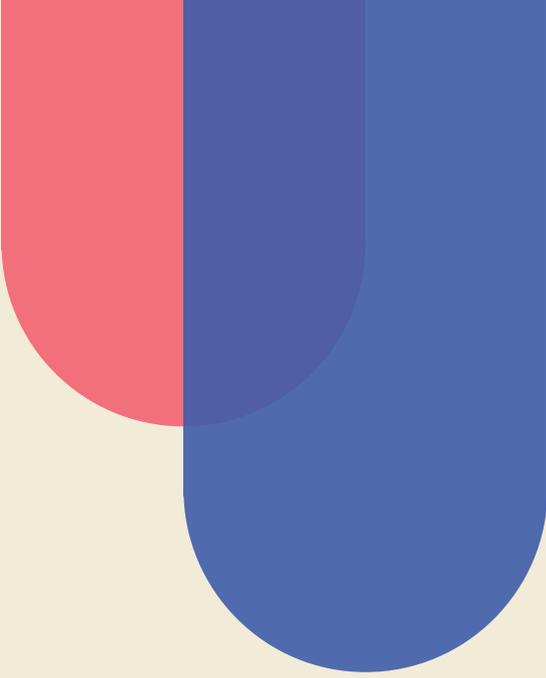
[www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr)

### **L'application Tabac Info Service**

Cette application vous permet d'obtenir un soutien personnalisé et disponible 24h/24 pour choisir votre méthode d'arrêt et avoir des conseils. Elle est téléchargeable gratuitement sur l'App Store et Google Play.

---

La consommation de tabac peut provoquer des effets néfastes sur certains traitements ou encore la cicatrisation, en plus des dangers sur la santé.





# Les soins de support

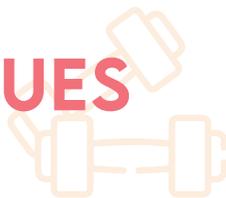




“ LE SPORT,  
UNE ARME MAJEURE  
DANS LA PRÉVENTION  
DES CANCERS. ”

AXEL KAHN, 15 SEPTEMBRE 2020

# ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (A.P.A.)



Les Activités Physiques Adaptées (A.P.A.) visent à retrouver un équilibre de vie pendant et après les traitements et à réduire l'impact des effets liés à la maladie. Elles permettent une **amélioration de la qualité de vie**, une meilleure estime de soi, une réduction des risques de récurrence, une réduction du stress ou encore de la fatigue...

Une dizaine d'ateliers **gratuits**, encadrés par des professionnels, **diplômés et formés** à l'A.P.A., sont disponibles sur **tout le département Mosellan**. Ces ateliers sont également l'occasion de rencontres et d'échanges dans un environnement bienveillant et respectueux de la confidentialité.

Quelques-unes de nos activités physiques adaptées :



Yoga



Marche nordique



Natation Santé



Tennis Santé



Tai-Chi Chuan



Et bien plus encore !

Certaines activités de Sport-Santé comme la marche nordique, le tennis santé et la natation santé sont proposées en partenariat avec des clubs mosellans.

# 10

**ATELIERS  
GRATUITS**



## POUR BÉNÉFICIER D'A.P.A.

Contactez notre chargé des soins de support :



03 87 18 14 94



[remi.delaporte@ligue-cancer.net](mailto:remi.delaporte@ligue-cancer.net)

Afin de pouvoir participer aux ateliers, une prescription médicale de non contre-indication (**disponible en page 35**), délivrée par le médecin traitant ou l'oncologue est demandée et devra être remise à l'intervenant A.P.A. Cette prescription est confidentielle et respecte le cadre de la loi RGPD.

# ACCOMPAGNEMENT PSYCHOTHÉRAPEUTIQUE



La survenue d'un cancer est une épreuve pour le corps, mais c'est également un véritable bouleversement psychologique et émotionnel. Un soutien psychologique vous permet d'exprimer vos difficultés, de les identifier et de les soulager.

Vous, et/ou votre entourage, pouvez bénéficier de consultations psychothérapeutiques gratuites appelées consultations suspendues®.

Ce dispositif, unique en France, est possible grâce à un partenariat entre la Ligue contre le cancer - Comité de Moselle et le Centre Pierre Janet. D'un côté, le Comité de la Moselle finance des séances via un système de bons ; de l'autre, le Centre Pierre Janet met à disposition un réseau de psychologues sur le département de la Moselle.



## POUR BÉNÉFICIER DES CONSULTATIONS SUSPENDUES®

La demande doit être réalisée par votre médecin traitant et/ou oncologue en indiquant votre nom, nom de jeune fille, prénom, adresse complète, auprès du Comité à l'adresse mail suivante :

✉ [consultations.suspendues@ligue-cancer.net](mailto:consultations.suspendues@ligue-cancer.net)

3 bons de consultations suspendues® sont ensuite envoyées par courrier directement à votre domicile. Dès réception des bons, vous pouvez prendre RDV auprès d'un psychologue membre du réseau (*liste consultable sur le site web du Centre Pierre Janet*).

Il est possible de renouveler le suivi psychothérapeutique pour 3 bons supplémentaires, vous pouvez réaliser la demande directement auprès du Comité via l'adresse mail suivante : [consultations.suspendues@ligue-cancer.net](mailto:consultations.suspendues@ligue-cancer.net)

Notre partenaire :



# 3

**CONSULTATIONS  
SUSPENDUES®**

**RENOUVELABLES**

“ UN SOUTIEN  
PSYCHOLOGIQUE  
PERMET  
DE FAIRE **FACE**  
**À LA MALADIE**  
ET AUX **DIFFICULTÉS**  
QU'ELLE ENTRAÎNE. ”





“ POUR  
MAINTENIR MORAL  
ET QUALITÉ DE VIE,  
**SE DONNER DU TEMPS**  
POUR **PRENDRE**  
**SOIN DE SOI**  
EST ESSENTIEL. ”

# SOINS DE BIEN-ÊTRE



Les **soins bien-être** visent à encourager la démarche d'autonomie du patient en mobilisant les ressources personnelles de chacun. Ils proposent des réponses efficaces pour **prévenir et soulager les effets secondaires des traitements** et permettent de se réconcilier avec son corps et son image.

Au sein du Comité, nous proposons différents soins de bien-être qui ont chacun leurs bénéfices sur votre santé, vous retrouverez des activités comme :

- **La sophrologie :**  
Elle permet de diminuer le stress lié à la maladie ou aux traitements et de diminuer le ressenti de la douleur.
- **La socio-esthétique :**  
Les soins de socio-esthétique permettent de soulager les effets secondaires des traitements médicaux tout en vous offrant un moment d'écoute et de détente.
- **L'estime de soi :**  
Les séances permettent de développer une meilleure confiance en soi. Travail sur la colorimétrie, style, maquillage, pour se mettre en valeur et retrouver une meilleure estime de soi.
- **Et bien plus encore !**

# 7

**ACTIVITÉS  
DE SOINS  
BIEN-ÊTRE**



## POUR BÉNÉFICIER DES SOINS BIEN-ÊTRE

Contactez notre chargé des soins de support :

☎ 03 87 18 14 94

✉ [remi.delaporte@ligue-cancer.net](mailto:remi.delaporte@ligue-cancer.net)

---

Afin de pouvoir participer aux ateliers, une prescription médicale de non contre-indication (**disponible en page 35**), délivrée par le médecin traitant ou l'oncologue est demandée et devra être remise à l'intervenant A.P.A. Cette prescription est confidentielle et respecte le cadre de la loi RGPD.

# ATELIERS DIÉTÉTIQUES



En cours de traitement ou après une chirurgie, il est nécessaire de conserver un bon état nutritionnel. Si au cours du traitement l'appétit diminue, la perception des goûts se modifie, des désordres digestifs apparaissent ou si l'alimentation devient difficile, des solutions existent pour corriger ces troubles alimentaires et vous aider à garder le plaisir de manger.

Vous pouvez bénéficier de 3 consultations de diététique auprès de nos 4 partenaires (Morhange, Sarreguemines, Thionville-Yutz, Metz-Marly).

Lors de ces entretiens, vous rencontrerez un(e) diététicien(ne) directement à son cabinet. Il/elle vous donnera des conseils ainsi que des recettes personnalisées et pourra vous indiquer le régime le mieux adapté à votre situation.

Aussi, chaque mois, un atelier cuisine est organisé au sein de la Maison Lig&Vous de Marly.

Vous pouvez y apprendre des nouvelles recettes, autour d'un atelier animé et encadré par un professionnel, dans un cadre agréable et bienveillant !



## POUR BÉNÉFICIER DES CONSULTATIONS DE DIÉTÉTIQUE OU PARTICIPER AUX ATELIERS DIÉTÉTIQUES

Contactez notre chargé des soins de support :

 03 87 18 14 94

 [remi.delaporte@ligue-cancer.net](mailto:remi.delaporte@ligue-cancer.net)

Afin de pouvoir participer aux ateliers, une prescription médicale de non contre-indication (**disponible en page 35**), délivrée par le médecin traitant ou l'oncologue est demandée et devra être remise à l'intervenant A.P.A. Cette prescription est confidentielle et respecte le cadre de la loi RGPD.

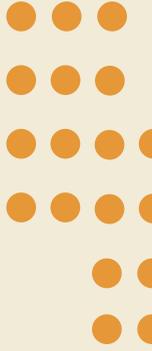
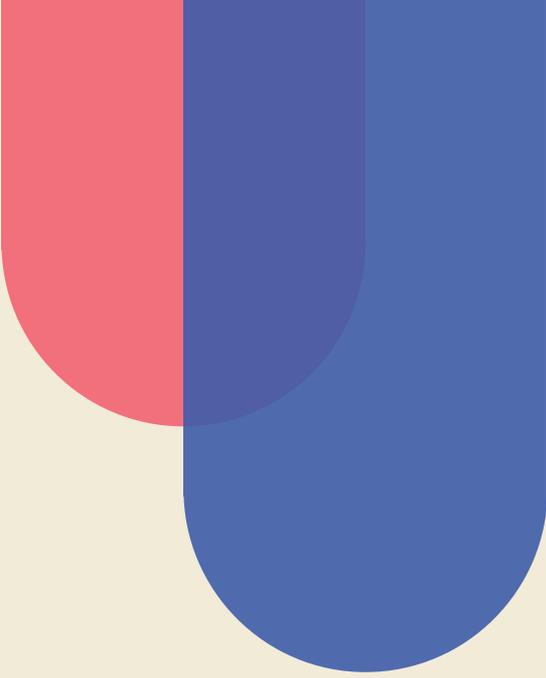


### ATELIER COLLATION

Organisé le 24 janvier 2023

“ ADAPTER  
SON ALIMENTATION  
AUX DIFFICULTÉS  
RENCONTRÉES  
**CONTRIBUE AU BIEN-ÊTRE**  
ET AMÉLIORE  
**LA QUALITÉ DE VIE.** ”







# Mes aides





# SOUTIEN FINANCIER



Le Comité de Moselle **soutient financièrement** les personnes malades afin qu'elles puissent se soigner et vivre dignement sans entamer leurs dépenses courantes.

Les aides peuvent être de nature très diverse :

- Soutien financier pour l'aide à la personne,
- Soutien financier ponctuel pour le paiement de loyer, factures d'électricité ou autre,
- Reste à charge de prothèse capillaire, etc.

➤ **Il n'y a jamais d'aide directe à la personne malade.**



## POUR RÉALISER UNE DEMANDE DE SOUTIEN FINANCIER

Dans un premier temps, adressez-vous à une **assistante sociale**, qui vous aidera à constituer votre dossier avec les pièces justificatives suivantes :

- Certificat médical justifiant d'une pathologie cancéreuse
- Justificatif de ressources et de dépenses
- Objet de la demande avec devis ou facture à l'appui **non acquittée**

Le dossier est ensuite transmis soit par courrier, soit par mail au Comité via l'adresse mail suivante :

✉ [social.cd57@ligue-cancer.net](mailto:social.cd57@ligue-cancer.net)

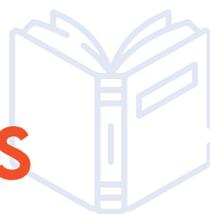
Notre commission sociale, qui se réunit en moyenne une fois par mois, examine la demande d'aide et valide la demande ainsi que le montant de l'aide financière. Les dossiers sont traités anonymement en respectant le secret médical.

# 161

FAMILLES AIDÉES

EN 2022,  
À HAUTEUR  
DE 65 297€

# MES DROITS MES DÉMARCHES



Le quotidien peut être bouleversé par l'annonce de la maladie. Souvent, le mode de vie, les engagements familiaux, sociaux ou professionnels sont **remis en question**. Voici quelques **démarches administratives** qui pourront potentiellement vous permettre de **bénéficier d'aides**.

En premier lieu, consultez votre médecin traitant pour qu'il réalise une reconnaissance d'Affection Longue Durée (ALD). **N'oubliez pas de mettre à jour votre carte vitale.**

Ensuite, vous pouvez contacter votre mutuelle pour connaître les soins ou dépassements pris en charge au vu de votre ALD.

Certains contrats de mutuelle et d'assurance peuvent vous accorder des heures d'aide-ménagère. Votre caisse de Sécurité Sociale peut vous accorder des heures d'Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation (ARDH). La CAF peut vous accorder des heures d'aide-ménagère si vos enfants ont moins de 16 ans. D'autres financements peuvent intervenir : l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) et les prestations des caisses de retraite complémentaire.

Vous pouvez également vous adresser aux **Centres Communaux d'Actions Sociale (C.C.A.S)** ainsi que les **Centres Moselle Solidarité (C.M.S)** qui peuvent vous accompagner tout au long de votre parcours.

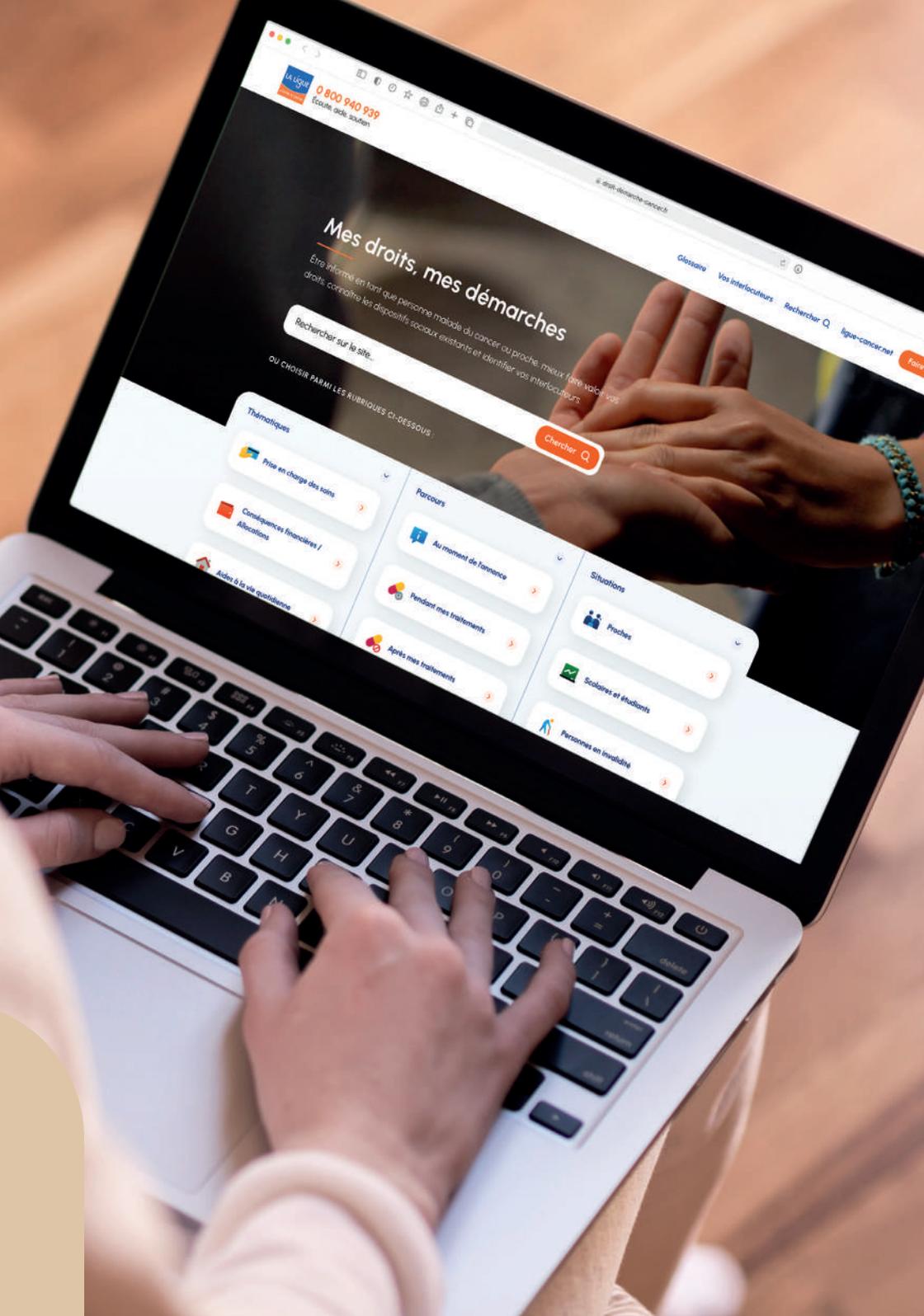


## POUR EN SAVOIR PLUS SUR VOS DROITS, VOS DÉMARCHES

Vous pouvez consulter le site Mes droits, mes démarches, afin de connaître l'ensemble des dispositifs sociaux existants et identifier vos interlocuteurs selon votre situation :



[droit-demarche-cancer.fr](http://droit-demarche-cancer.fr)



# Mes droits, mes démarches

Être informé en tant que personne malade du cancer ou proche, mieux faire valoir vos droits, connaître les dispositifs sociaux existants et identifier vos interlocuteurs

Rechercher sur le site...

Chercher

## Thématiques

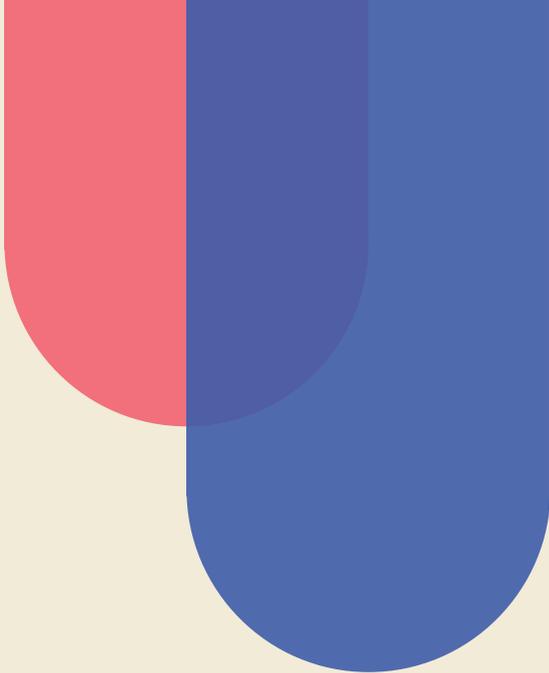
- Prise en charge des soins
- Compétences financières / Allocations
- Aide à la vie quotidienne

## Parcours

- Au moment de l'anamnèse
- Pendant mes traitements
- Après mes traitements

## Situations

- Proches
- Scolaires et étudiants
- Personnes en invalidité





# Informations pratiques



# MES RENDEZ-VOUS



RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

*A compléter !*

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

RDV le     /     /

Lieu : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Motif : \_\_\_\_\_

C'est fait !

# MES CONTACTS



Mon médecin traitant : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon oncologue : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon assistant(e) sociale : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon radiologue : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon radiothérapeute : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Infirmier.e référent.e : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon kinésithérapeute : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

## EN CAS D'URGENCE

Le **15** – SAMU

Le **112** - Numéro d'appel d'urgence européen

Le **114** – Numéro d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes

*À compléter !*

Mon diététicien : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon psychologue : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ :

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ :

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ :

Tél. : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Mon établissement de santé : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

Mail : \_\_\_\_\_

# CONTACTS LIENS UTILES



Maison Lig&Vous de Marly

## VOS ESPACES LIG&VOUS

### MARLY

10 ZAC Mermoz  
57155 MARLY  
**03 87 18 17 94**

### MORHANGE

Maison de la santé  
2 Place Bérôt  
57340 MORHANGE  
**03 87 18 17 94**

### VALMONT

Maison de la culture  
2 rue du Presbytère  
57730 Valmont  
**03 87 18 17 94**

## LIENS UTILES

[www.e-cancer.fr](http://www.e-cancer.fr)  
[www.vivre-cancer.fr](http://www.vivre-cancer.fr)  
[www.unicancer.fr](http://www.unicancer.fr)  
[www.droit-demarche-cancer.fr](http://www.droit-demarche-cancer.fr)



## ADRESSE ADMINISTRATIVE

### COMITÉ DE LA MOSELLE

65 rue du XXème Corps Américain  
57000 METZ

**03 87 18 92 96**

Ouvert du lundi au jeudi de 8h00 à 12h et de 13h00  
à 16h00 et le vendredi de 8h00 à 12h00 uniquement

## SIÈGE NATIONAL

### LIGUE NATIONALE CONTRE LE CANCER

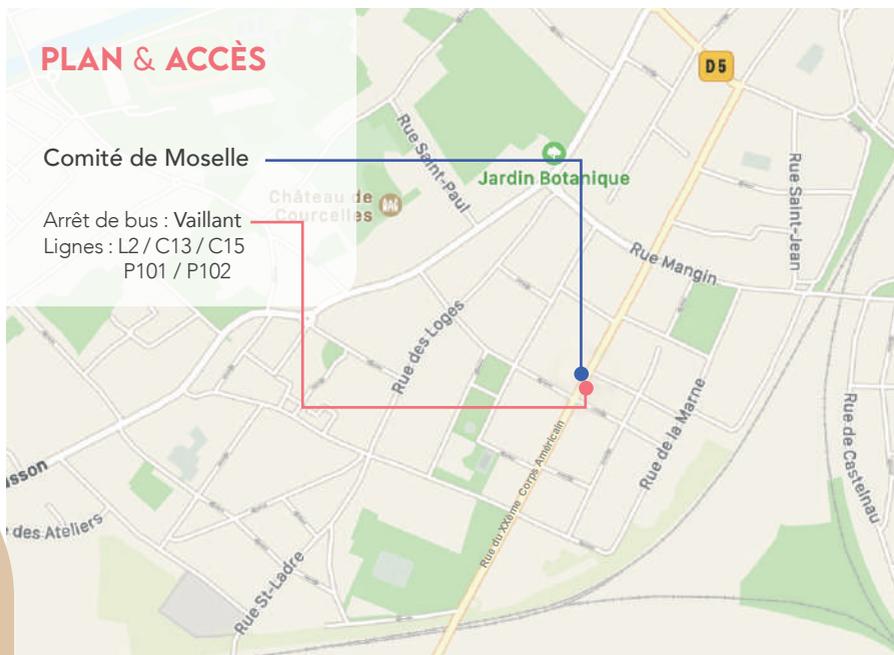
14 rue Corvisart  
75013 Paris

N° vert : **0 800 940 939**  
(du lundi au vendredi de 9h à 19h)

## PLAN & ACCÈS

Comité de Moselle

Arrêt de bus : Vaillant  
Lignes : L2 / C13 / C15  
P101 / P102







---

# LEXIQUE

---

**AAH** - Allocation Adulte Handicapé

**ALD** - Affection de Longue Durée

**AME** - Aide Médicale de l'État

**APA** - Allocation Personnalisée d'Autonomie

**ARDH** - Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation

**CAF** - Caisse d'Allocations Familiales

**CCAS** - Centre Communal d'Action Sociale

**CMI invalidité** - Carte Mobilité Inclusion invalidité

**CMI stationnement** - Carte Mobilité Inclusion stationnement

**CMS** - Centre Moselle Solidarité

**CPAM** - Caisse Primaire Assurance Maladie

**CSS** - Complémentaire Santé Solidaire

**DAC** - Dispositif d'Appui à la Coordination

**HAD** - Hospitalisation À Domicile

**IJ** - Indemnité Journalière

**MDPH** - Maison Départementale des Personnes Handicapées

**MSA** - Mutualité Sociale Agricole

**PCH** - Prestation Compensation du Handicap

**PI** - Pension d'Invalidité

**PUMA** - Protection Universelle MALadie

**RCP** - Réunion de Concertation Pluridisciplinaire

**RQTH** - Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé

**TISF** - Technicien d'Intervention Sociale et Familiale

## Certificat de prescription d'une Activité Physique Adaptée (A.P.A.)

Je soussigné(e) .....

Docteur en médecine exerçant à .....

Certifie avoir examiné ce jour Mr/Mme .....

Et n'avoir constaté à date de ce jour, aucune contre-indication clinique apparente à la pratique d'une activité physique adaptée<sup>1</sup> dans le cadre de la pathologie cancéreuse.

Signature et cachet professionnel

Fait à .....

Le .....



Cette prescription donnera suite à un bilan médico-sportif réalisé par un enseignant en activité physique adaptée pour la Santé<sup>2</sup>.

1. Décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une ALD  
2. Intervenant(s) appelé(s) à dispenser une activité physique adaptée en référence à l'Article D.1172-2 du code de la santé publique.









MOSELLE

**LIGUE CONTRE LE CANCER - Comité de Moselle**

*Association reconnue de mission d'utilité publique*

65, rue du XXème Corps Américain - 57000 Metz

Tél. 03 87 18 92 96 - Fax 03 87 18 92 97

E-mail : [cd57@ligue-cancer.net](mailto:cd57@ligue-cancer.net)



*Ne pas jeter sur la voie publique*