



L'ESPACE L'ESSENTIEL EN PRATIQUE

Nous vous accueillons du lundi au vendredi,
de 8h à 16h.

Contact

Rue Julien Colson, 39 à 5000 Namur
+32 (0)81 70 90 30
Mail : lessentiel@uclouvain.be
www.lessentiel-namur.be



VOTRE SOUTIEN FAIT LA DIFFÉRENCE !

Choisissez votre formule :

- Réalisez un don : sur le compte BE10 0000 0000 0404 avec communication structurée +++013/0060/00072+++
- Organisez un événement de récolte de fonds.
N'hésitez pas à contacter Virginie Fontaine à l'adresse virginie.fontaine@uclouvain.be
- Devenez volontaire.
- Laissez un legs au Fonds Emile Salamon en vous adressant à la Fondation Roi Baudouin (poskin.c@kbs-frb.be).

Tout don à partir de 40€ bénéficie d'une déductibilité fiscale.

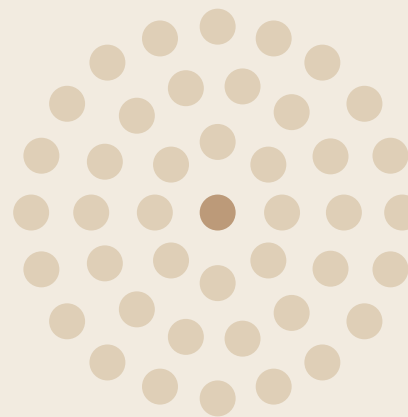


Agir ensemble pour une société meilleure

Le Fonds Emile Salamon est géré par la Fondation Roi Baudouin et bénéficie du soutien de la Fondation Sainte-Elisabeth.

AIDONS LES PATIENTS
À RECEVOIR LE SOUTIEN
QU'ILS MÉRITENT

Espace Bien-être L'ESSENTIEL

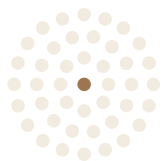


A proximité et en dehors du cadre hospitalier. Un lieu unique, convivial et chaleureux. Pour les patients, soignés ou non au sein du CHU UCL Namur, et leurs proches confrontés au cancer.

E.R. Benoît Libert | CHU UCL Namur asbl - Av. Docteur G. Thérèse 1, B5530 Yvoir (Belgique) - RPM BE641.733.885. © Graphisme : www.by.im.be - Ne pas jeter sur la voie publique.

Une initiative
du CHU UCL
Namur –
Site de Sainte-
Elisabeth,
soutenue
par le Fonds
Emile Salamon.





L'ESPACE L'ESSENTIEL, UN ESPACE BIEN-ÊTRE

- Une équipe pluridisciplinaire de professionnels de la santé hautement expérimentés et qualifiés.
- Des volontaires formés, encadrés, dynamiques et discrets.

LA GARANTIE DE L'EXPERTISE ONCOLOGIQUE
ET DU SECRET MÉDICAL.

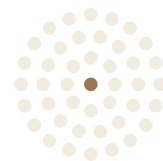
L'espace vous propose :

- Des soins individuels et des moments de détente dès l'annonce du diagnostic et jusqu'à 3 mois après la fin des traitements.
- Des ateliers et activités de groupe dès l'annonce du diagnostic et jusqu'à 1 an après la fin des traitements.



PAF

Une participation de 2 euros/activité est demandée pour les frais de fonctionnement.



L'ESPACE L'ESSENTIEL, NOS ACTIVITÉS

DES SOINS INDIVIDUELS

- **Les massages** : le bien-être au bout des doigts
- **Les soins esthétiques** : paraître bien pour être mieux
- Les conseils **coiffure** et **maquillage**
- **L'hypnose** : rendre possible ce qui ne l'était pas avant
- ...

DES ATELIERS COLLECTIFS

- **La sophrologie** : renforcement de la confiance en soi et de l'estime de soi à travers l'art du lâcher-prise
- **Les ateliers onco-esthétiques** : soins de la peau, des mains, conseils coiffure et maquillage
- **L'art-thérapie** : oser sa créativité pour prendre soin de soi
- **Les activités physiques adaptées** : marche nordique, gymnastique douce et active, yoga
- **Les groupes de parole** : partager son expérience
- **L'onco-revalidation** : remise en forme pour une amélioration de la condition physique et une diminution de la fatigue
- **Les ateliers culinaires** : découvrir ensemble des recettes saines et équilibrées
- **Groupe de soutien** à la reprise du travail
- ...

UN CARREFOUR D'INFORMATIONS

- Une bibliothèque
- Accès internet avec sites référencés
- Organisation régulière de conférences à thème
- ...

UN LIEU D'ÉCHANGE

L'espace l'Essentiel, un lieu empreint de calme permettant le partage et l'échange d'expériences.

