

## Kinésiologie- Sophrologie et Massage

Accompagnement (Informers son équipe médico-soignante)

Public Cible : Adultes

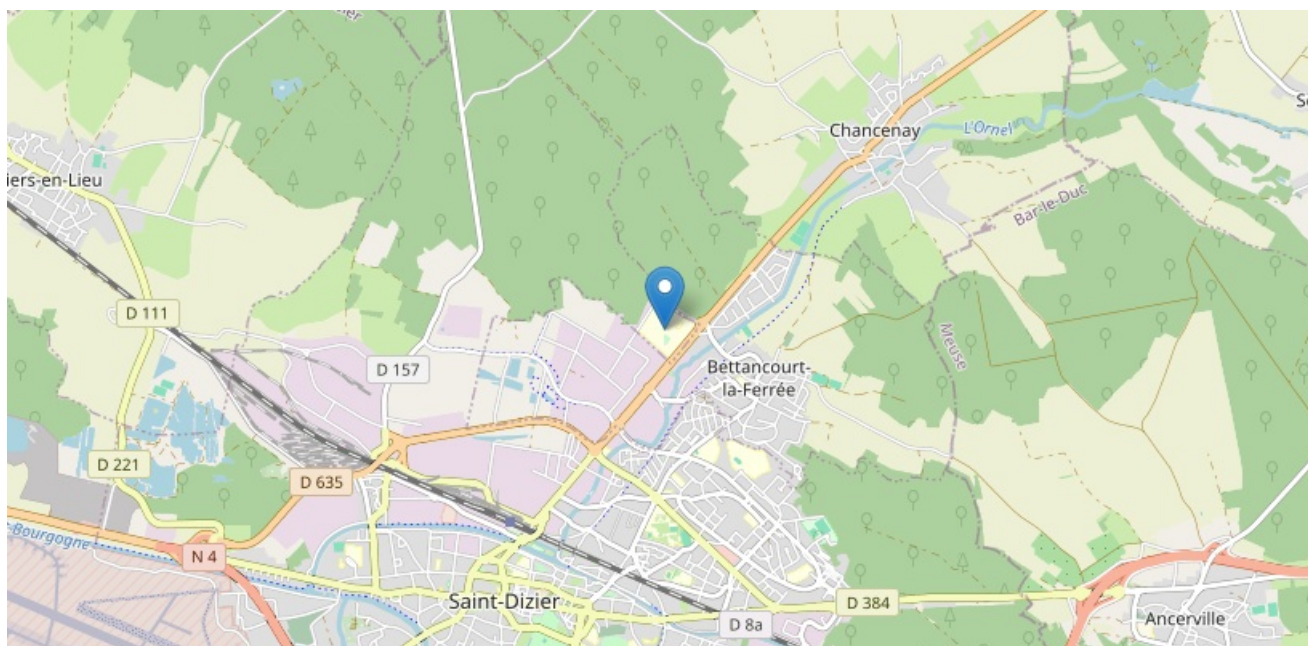
Public cible : Oncogériatrie

Public Cible : Après-cancer

Douleur

Bien-être et image de soi

Bien-être



### ADRESSE

1, rue Albert Schweitzer  
52100 Saint-Dizier



### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

📞 : 03 25 56 84 19



### STRUCTURE

CENTRE HOSPITALIER GENEVIEVE DE GAULLE ANTHONIOZ  
1, rue Albert Schweitzer  
52100 Saint-Dizier

Une infirmière spécialisée vous accompagne dans votre parcours en proposant des séances de sophrologie et kinésiologie .

La **kinésiologie** est une technique psycho-corporelle permettant au praticien d'identifier la source d'un mal-être ou de tensions.

Les bienfaits sont multiples : dans la gestion du stress, de l'anxiété , des céphalées, de la perte d'appétit, des troubles digestifs, etc.

La **sophrologie**, forme de relaxation, permet de mieux gérer ses émotions et son anxiété. Elle permet de retrouver un état de bien-être et de calme intérieur par des techniques basées sur la conscience du corps et sur la respiration.

Le professionnel débute chaque consultation par un temps d'écoute , une séance de relaxation voir un massage selon vos besoins .

Ces thérapies complémentaires ne se substituent en aucun cas aux traitements conventionnels du cancer. Ce sont des soins de support et ne peuvent pas être considérées comme un traitement curatif de la maladie cancéreuse

Incluse dans votre accompagnement pluridisciplinaire, cette consultation est gratuite.