

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

Les Ateliers du Pôle

AU COEUR DE MA SANTÉ



L'éducation thérapeutique vous aide à mieux gérer votre vie quotidienne avec votre maladie chronique

(diabète, surpoids, hypertension artérielle, hypercholestérolémie, maladies cardio vasculaires, etc...)



p s p s

DIABETE UN MOMENT POUR EN PARLER

Echanger autour de la maladie, des traitements et des situations de vie.
Mettre en lumière vos ressources

MARDI 30 NOVEMBRE - 16H30/18H30

MES PIEDS, J'EN PRENDS SOIN

Diabétique, risque cardio vasculaire: comment surveiller et soigner vos pieds

LUNDI 22 NOVEMBRE - 10H/12H

L'ALIMENTATION, SI ON EN PARLAIT

Partager vos connaissances sur l'alimentation et faire le lien avec votre maladie
(surpoids, hypertension artérielle, diabète, hypercholestérolémie, etc...)

LUNDI 28 JUIN - 14H/16H

MARDI 9 NOVEMBRE - 14H/16H

BOUGER POUR MA SANTE

Réfléchir à ses ressources pour mettre en place de l'activité physique

MARDI 22 JUIN - 14H/16H

JEUDI 16 SEPTEMBRE - 14H/16H

MIEUX VIVRE SA MALADIE AU QUOTIDIEN

Réfléchir à son vécu quotidien et mobiliser des ressources de motivation

MARDI 6 JUILLET - 17H/19H

MARDI 19 OCTOBRE - 17H/19H

Tous les ateliers ont lieu à La maison de santé
1 place du Tréano
56620 PONT-SCORFF

Ces ateliers sont encadrés par les professionnels de santé du pôle, formés à l'Education Thérapeutique.
Ils sont gratuits (financés par l'Agence Régionale de Santé) et accessibles sur inscription.

N'hésitez pas à nous contacter pour un premier échange.
Nous discuterons ensemble de vos attentes et vos besoins.

Contact: **06 03 22 76 93**
assoprosante-pontscorff@gmail.com