

MAISON DES RÉSEAUX DE SANTÉ DE LUNEVILLE

Education thérapeutique

Programme du 2ème trimestre 2022

DIABETE

- **En savoir plus** : lundi 14 mars à 14h, jeudi 7 avril à 10h, mardi 3 mai à 10h

- **Prévenir les complications associées** : mardi 29 mars à 14h, jeudi 28 avril à 14h

- **Savoir quoi manger** : mardi 12 avril à 14h et lundi 23 mai à 10h

Autres séances selon demande : Faire une autosurveillance glycémique

OBESITE

- **En savoir plus** : lundi 25 avril à 14h

- **Comment perdre du poids** : vendredi 6 mai à 14h et mardi 21 juin à 10h

Autres séances selon demande : Prévenir les complications associées

INSUFFISANCE RENALE CHRONIQUE

- **Savoir quoi manger** : vendredi 10 juin à 14h

Autres séances selon demande : En savoir plus, Prévenir les complications associées.

MALADIES CARDIOVASCULAIRES

- **Savoir quoi manger** : lundi 30 mai à 10h

Autres séances selon demande : En savoir plus, Prévenir les complications associées.

MICI

Selon demande : En savoir plus, traitement, auto-traitements : savoir faire..., savoir quoi manger, Impact socio-professionnel, Organiser mon quotidien avec la MICI, Bien-être et gestion du stress, Intimité, image du corps, sexualité...

BIEN ÊTRE ET QUALITÉ DE VIE

- **Échanger des idées de recettes et menus équilibrés** : mercredi 27 avril à 14h et lundi 27 juin à 10h

- **Comprendre et agir face au stress** : jeudi 14 avril à 14h, jeudi 5 mai à 14h

- **« Addict » : un peu, beaucoup... Faire le point sur les addictions** : mercredi 11 mai à 10h

Autres séances selon demande : Atelier cuisine, Emotions et vécu, Entretien motivationnel, On prend de vos nouvelles

Permanences sur le territoire :

- **Cirey-sur-Vezouze** : les jeudis 28/04, 12/05 et 16/06 matin à la Maison de Santé

- **Einville-au-Jard** : les jeudis 7/04, 12/05 et 9/06 après-midi à la Maison de Santé

Rencontres possibles également à **Baccarat** (MHB), **Badonviller** (Maison de santé), **Magnières** (Maison de Santé), **Bayon** (Maison de Santé), **Gerbéviller** (EHPAD), **St Nicolas** (Maison de Santé) sur RDV

Séances sans reste à charge sur prescription médicale dans le cadre d'une pathologie concernée. D'autres séances pourront être programmée ou déclinées en séances individuelles en fonction de la demande.

Sur inscription et RDV au 03.55.66.81.00

