

SEMAINE	DATE	HORAIRES	THÉMATIQUE	INTITULÉ DE L'ATELIER	LIEU
46	jeudi 18 novembre	10h30-12h	Maladie	Comprendre l'insuffisance cardiaque	A l'hôpital Saint Antoine
47	lundi 22 novembre	17h-18h30	Sophrologie	Apprendre à gérer le stress 1/2	PAR VIDEO
47	jeudi 25 novembre	10h30-12h	Maladie	Signes d'alerte : comment réagir ?	A l'hôpital Saint Antoine
48	lundi 29 novembre	17h-18h30	Sophrologie	Apprendre à gérer le stress 2/2	PAR VIDEO
48	jeudi 2 décembre	10h30-12h	Traitements	Déchiffrer mon ordonnance	A l'hôpital Saint Antoine
49	lundi 6 décembre	17h-18h30	Maladie	Comprendre l'insuffisance cardiaque	PAR VIDEO
49	jeudi 9 décembre	10h30-12h	Traitements	Des médicaments tous les jours : comment gérer ?	A l'hôpital Saint Antoine
50	lundi 13 décembre	17h-18h30	Maladie	Signes d'alerte : comment réagir ?	PAR VIDEO
50	jeudi 16 décembre	10h30-12h	Diététique	Bien manger pour mon cœur	Résidence Stéphane Hessel (Paris 11è)
			Diététique	Le sel au quotidien	
51	lundi 20 décembre	17h-18h30	Traitements	Déchiffrer mon ordonnance	PAR VIDEO
52	lundi 27 décembre	17h-18h30	Traitements	Des médicaments tous les jours : comment gérer ?	
1	lundi 3 janvier 2022	17h-18h30	Diététique	Bien manger pour mon cœur	
1	jeudi 6 janvier	10h30-12h	Diététique	Déchiffrer les emballages	Résidence Stéphane Hessel (Paris 11è)
2	lundi 10 janvier	17h-18h30	Diététique	Le sel au quotidien	PAR VIDEO
2	jeudi 13 janvier	10h30-12h	Activité Physique	Les bénéfices de l'activité physique	Résidence Stéphane Hessel (Paris 11è)
3	lundi 17 janvier	17h-18h30	Diététique	Déchiffrer les emballages	PAR VIDEO
3	jeudi 20 janvier	10h30-12h	Activité Physique	Comment bouger au quotidien ?	Résidence Stéphane Hessel (Paris 11è)
4	lundi 24 janvier	17h-18h30	Activité Physique	Les bénéfices de l'activité physique	PAR VIDEO
5	lundi 31 janvier	17h-18h30	Activité Physique	Comment bouger au quotidien ?	
6	lundi 7 février	17h-18h30	Sophrologie	Apprendre à gérer le stress 1/2	
7	lundi 14 février	17h-18h30	Sophrologie	Apprendre à gérer le stress 2/2	