



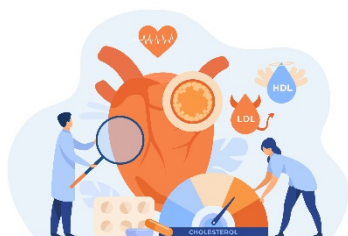
PROGRAMME D'ATELIERS INSUFFISANCE CARDIAQUE 2024

Les professionnels de la CPTS Val d'Essonne et 2 vallées, ont le plaisir de vous convier à participer à des ateliers collectifs d'Education thérapeutique



Les ateliers se dérouleront à la salle des fêtes, rue du Mosnil 91590 Baulne

Ateliers médicaux



Compréhension de la maladie	12/11 – 14h30
Signaux d'alerte	19/11 – 14h30
Déchiffrer mon ordonnance	26/11 – 14h30
Des médicaments tous les jours, comment gérer ?	03/12 – 14h30

Ateliers diététiques



Bien manger pour mon cœur	10/12 – 14h30
Le sel au quotidien	17/12 – 14h30
Déchiffrer les emballages	07/01 – 14h30

Ateliers Activité physique adaptée



Les bénéfices de l'activité physique	14/01 – 14h30
Bouger au quotidien	21/01 – 14h30

Inscription obligatoire auprès de « Déborah -
coordinatrice » :

06.87.99.30.94



Ateliers d'1h30 regroupant 3 à 12 personnes.
Ateliers conseillés en priorité
Respect des gestes barrières obligatoire
Vaccination fortement recommandée