

Vendredi 07 Décembre

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé

**Je fais mes courses  
au supermarché**

Vendredi 07 Décembre

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**J'apprends à gérer  
mon stress avec  
la sophrologie**

Mardi 11 Décembre

18:15 à 19:45

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens )

**J'apprends à gérer  
mon stress par  
l'hypnose médicale**

Vendredi 14 Décembre

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**Activité physique**

Vendredi 14 Décembre

14h30 à 16h

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens)

**2€**  
**Atelier  
culinaire**

Le transport n'est pas pris en charge - Planning sous réserve de modifications

Intervenant	Profession	Activité	Lieu
Carole AUTANT	Educatrice Sportive	Activité Physique	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Salle du moulin :</b> 16 rue du Moulin -16500 Confolens</li> </ul>
Bernadette DEBEAULIEU	Sophrologue	Gestion du stress	
Chloé GOUJON Pascale SIMON	Hypnopraticienne		
Anne Claire GUERY Katia SPICZONEK	Diététicienne	Atelier diététique Atelier culinaire	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>La maison des sources (Hôpital Confolens)</b> 2 rue du Pigeonnier -16500 Confolens</li> </ul>
Sylvie TREMBLAIS	Infirmière	Ateliers sur le diabète, l'hypoglycémie et le soin des pieds	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Maison de santé du Confolentais:</b> allée des freniers-16500 Confolens</li> </ul>
Joelle ROUSSEAU	Médecin Généraliste	Ateliers sur le diabète	
Noelline BERTEREAU	Préparatrice en pharmacie	Atelier médicaments	

# EDUCATION THERAPEUTIQUE

Afin de mieux vivre avec votre maladie  
(Diabète, maladies cardiaques, obésité)



**Ateliers  
gratuits**

**Octobre  
Novembre  
Décembre  
2018**

Contacts : 05-45-84-40-56 / ateliers@ch-confolens.fr

Afin de mieux connaître votre maladie et de mieux vous soigner, venez participer à un ou plusieurs ateliers du Centre Hospitalier de Confolens, en partenariat avec l'ETAP DIABLIM, proposés par une équipe de professionnels de santé formés à l'éducation thérapeutique.

**Votre programme sera défini et adapté en fonction de vos besoins.**

Les ateliers auront lieux sur différents sites (adresse à voir au dos du livret)

### Inscription obligatoire

par téléphone au **05 45 84 40 56**  
ou par mail à [ateliers@ch-confolens.fr](mailto:ateliers@ch-confolens.fr)

*Ateliers gratuits sauf ateliers culinaires  
Le transport n'est pas pris en charge.*

**Inscrivez-vous sans tarder,  
le nombre de places aux ateliers est limité !**

**Vendredi 05 Octobre 2018**

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**J'apprends à gérer  
mon stress avec  
la sophrologie**

**Vendredi 12 Octobre 2018**

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**Activité physique**

**Mardi 16 Octobre 2018**

14:30 à 16:00

Lieu : Maison des Sources  
( Hôpital de Confolens)

**J'apprends  
à équilibrer  
mes repas**

**Jeudi 18 Octobre 2018**

18:15 à 19:45

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens)

**J'apprends à gérer  
mon stress par  
l'hypnose médicale**

**Jeudi 30 Octobre 2018**

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé

**Le diabète,  
C'est quoi?**

**Vendredi 09 Novembre  
2018**

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**J'apprends à gérer  
mon stress avec  
la sophrologie**

**Mardi 13 Novembre 2018**

13:30 à 14:30

Lieu : Maison des sources  
(Hôpital Confolens)

**J'apprends à gérer  
mon stress par  
l'hypnose médicale**

**Jeudi 15 Novembre 2018**

14:30 à 16:00

Lieu : Maison des sources  
(Hôpital Confolens)

**Médicaments :  
A vous de jouer**

**Vendredi 16 Novembre  
2018**

10:00 à 11:30

Lieu : Salle du moulin

**Activité physique**

**Vendredi 16 Novembre  
2018**

14:30 à 16:00

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens)

**L'hypoglycémie,  
je reconnais  
et j'agis**

**Vendredi 23 Novembre  
2018**

14:30 à 16:00

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens)

**Je prends soin  
de mes pieds**

**Jeudi 29 Novembre 2018**

09:30 à 14:00

Lieu : Maison des sources  
( Hôpital Confolens)

**5€**  
**Atelier  
culinaire**