

Vendredi 17 Mai 2019

14:15 à 16h

Lieu : Maison de santé

**Je fais mes courses
au supermarché**

Jeudi 23 Mai 2019

17:45 à 19h15

Lieu : Maison des sources
(Hôpital Confolens)

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

Lundi 03 juin 2019

14h30 à 16h

Lieu : Maison de santé

**Ma maladie
cardiaque**

Vendredi 07 Juin 2019

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé

**Atelier du gout,
quelles sensations?**

Vendredi 14 Juin 2019

10:00 à 11:30

Lieu : Maison de santé

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

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"> • Stade Gary Paillet:(lieu dit la Tulette) Route de Confolens-16500 Anzac sur Vienne (à coté de la piscine municipale) • La maison des sources (Hôpital Confolens) 2 rue du Pigeonnier -16500 Confolens Rive gauche-rez- de- chaussé-salle accueil de jour. • La maison des sources (Hôpital Confolens) 2 rue du Pigeonnier -16500 Confolens Rive gauche-2 ème étage-salle les Ribières. • Maison de santé du Confolentais: allée des freniers-16500 Confolens
Bernadette DEBEAULIEU	Sophrologue	Gestion du stress	
Chloé GOUJON Pascale SIMON	Hypnopraticienne		
Anne Claire GUERY Katia SPICZONEK	Diététicienne	Atelier diététique	
		Atelier culinaire	
Sylvie TREMBLAIS	Infirmière	Ateliers sur le diabète, l'hypoglycémie et le soin des pieds	
Mathieu Riffaud	Pharmacien	Atelier médicaments	
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**

**Janvier
Juin
2019**



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

*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 11 janvier 2019
Vendredi 08 Février 2019
Vendredi 08 Mars 2019
Vendredi 12 Avril 2019
Vendredi 24 Mai 2019

10:00 à 11:30

Lieu : Stade Gary -Pailler

Je débute la marche

Jeudi 31 Janvier 2019

14:30 à 16:00

Lieu : Maison des Sources
(Hôpital de Confolens)

**J'apprends à
composer mes menus**

Vendredi 18 Janvier 2019
Vendredi 15 Février 2019
Vendredi 15 Mars 2019
Vendredi 19 Avril 2019
Vendredi 17 Mai 2019
Vendredi 07 Juin 2019

10:00 à 11:30

Lieu : Stade Gary-Pailler

Activité physique

Vendredi 08 Février 2019

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé

**Sucres,
graisses ,qu'en est -il?**

Mardi 12 Février 2019

13:30 à 14:30

Lieu : Maison des sources
(Hôpital Confolens)

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

Mercredi 06 Mars 2019

17h45 à 19h15

Lieu : Maison des sources
(Hopital de Confolens)

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

Vendredi 15 Mars 2019

14:15 à 16:00

Lieu : Maison de santé

**Je fais mes courses
au supermarché**

Vendredi 22 Mars 2019

10:00 à 11:30

Lieu : Maison de santé

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

Mardi 26 Mars 2019

14h30 à 16h

Lieu :Maison de sante

**Mon traitement et
moi.**

Jeudi 04 Avril 2019

09:30 à 14:00

Lieu : Maison des sources
(Hôpital Confolens)

5€
**Cuisinons et
partageons le repas**

Mardi 09 Avril 2019

13h30 à 14h30

Lieu : Maison des sources
(Hôpital Confolens)

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

Jeudi 11 Avril 2019

14:30 à 16:00

Lieu :Maison des sources
(Hôpital Confolens)

**J'ai un diabète.
Médicaments :
A vous de jouer!**