

Vendredi 29 novembre 19

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé
Katia SPICZONEK

Déguster en pleine conscience un aliment plaisir

Jeudi 12 décembre 2019

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé
Laure BOUCHOT

Le tabac, parlons-en !

Vendredi 13 décembre 19

14:30 à 16:00

Lieu : Maison de santé
Katia SPICZONEK

Les repas de fêtes approchent, conseils et astuces à partager

Planning sous réserve de modification

Intervenant	Profession	Lieu
Carole AUTANT	Educatrice sportive	<ul style="list-style-type: none">• <u>Salle Lo Gerbo Baudo</u> Rue du Moulin – 16500 Confolens (Rez-de-chaussée de la Salle du Moulin)• <u>Maison de santé du Confolentais</u> Allée des freniers – 16500 Confolens
Bernadette DEBEAULIEU	Sophrologue	
Chloé GOUJON	Hypnopraticienne	
Laure BOUCHOT	Infirmière	
Katia SPICZONEK	Diététicienne	
Sylvie TREMBLAIS	Infirmière coordonnatrice	

EDUCATION THERAPEUTIQUE

Site de Confolens

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



**Ateliers
gratuits**

**Octobre
à
Décembre
2019**



E

T

A

P



Nos programmes d'éducation thérapeutique destinés aux personnes porteuses d'une maladie chronique (diabète, problèmes cardiaques et/ou vasculaires, obésité) démarrent le **4 octobre 2019**.

Votre parcours sera défini et adapté en fonction des besoins liés à votre maladie à l'issue d'un entretien individuel personnalisé avec un professionnel de santé formé à l'éducation thérapeutique.

Plusieurs dates sont proposées afin de répondre à vos besoins. Merci de vous préinscrire aux dates qui vous conviennent. L'inscription définitive sera validée par l'équipe de Diablim.

Les ateliers auront lieu sur différents sites
(adresses à voir au dos du livret)

Pour tout renseignement complémentaire
et/ou pour vous préinscrire

Téléphoner au **05 45 84 40 56** - Coordinatrice Sylvie TREMBLAIS
ou au **05 55 50 02 16** - Equipe ETAP DIABLIM
mail : diablim@wanadoo.fr

**Contactez-nous sans tarder,
le nombre de places aux ateliers est limité !**

Tous les vendredis matins
Du vendredi 4 octobre 2019 au vendredi 13 décembre 2019
10:00 à 11:30

Lieu : salle Lo Gerbo Baudo
Carole AUTANT

Activité physique

Mardi 8 octobre 2019
17:45 à 19:15

Lieu : Maison de santé
Chloé GOUJON

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

Vendredi 15 novembre 2019
10:00 à 11:30

Lieu : salle Lo Gerbo Baudo
Bernadette DEBEAULIEU

J'apprends à gérer mon stress avec la sophrologie

Vendredi 22 novembre 2019
14:15 à 16:00

Lieu : Maison de santé
Katia SPICZONEK

Je fais mes courses au supermarché