

# MAISON DES RÉSEAUX DE SANTÉ DE LUNEVILLE

## Education thérapeutique

### Programme du 2ème trimestre 2022

#### DIABETE

- **En savoir plus** : lundi 14 mars à 14h, jeudi 7 avril à 10h, mardi 3 mai à 10h

- **Prévenir les complications associées** : mardi 29 mars à 14h, jeudi 28 avril à 14h

- **Savoir quoi manger** : mardi 12 avril à 14h et lundi 23 mai à 10h

**Autres séances selon demande** : Faire une autosurveillance glycémique

#### OBESITE

- **En savoir plus** : lundi 25 avril à 14h

- **Comment perdre du poids** : vendredi 6 mai à 14h et mardi 21 juin à 10h

**Autres séances selon demande** : Prévenir les complications associées

#### INSUFFISANCE RENALE CHRONIQUE

- **Savoir quoi manger** : vendredi 10 juin à 14h

**Autres séances selon demande** : En savoir plus, Prévenir les complications associées.

#### MALADIES CARDIOVASCULAIRES

- **Savoir quoi manger** : lundi 30 mai à 10h

**Autres séances selon demande** : En savoir plus, Prévenir les complications associées.

#### MICI

**Selon demande** : En savoir plus, traitement, auto-traitements : savoir faire..., savoir quoi manger, Impact socio-professionnel, Organiser mon quotidien avec la MICI, Bien-être et gestion du stress, Intimité, image du corps, sexualité...

#### BIEN ÊTRE ET QUALITÉ DE VIE

- **Échanger des idées de recettes et menus équilibrés** : mercredi 27 avril à 14h et lundi 27 juin à 10h

- **Comprendre et agir face au stress** : jeudi 14 avril à 14h, jeudi 5 mai à 14h

- **« Addict » : un peu, beaucoup... Faire le point sur les addictions** : mercredi 11 mai à 10h

**Autres séances selon demande** : Atelier cuisine, Emotions et vécu, Entretien motivationnel, On prend de vos nouvelles

#### Permanences sur le territoire :

- **Cirey-sur-Vezouze** : les jeudis 28/04, 12/05 et 16/06 matin à la Maison de Santé

- **Einville-au-Jard** : les jeudis 7/04, 12/05 et 9/06 après-midi à la Maison de Santé

Rencontres possibles également à **Baccarat** (MHB), **Badonviller** (Maison de santé), **Magnières** (Maison de Santé), **Bayon** (Maison de Santé), **Gerbéviller** (EHPAD), **St Nicolas** (Maison de Santé) sur RDV

Séances sans reste à charge sur prescription médicale dans le cadre d'une pathologie concernée. D'autres séances pourront être programmée ou déclinées en séances individuelles en fonction de la demande.

**Sur inscription et RDV au 03.55.66.81.00**

