



Participez à un programme personnalisé près de chez vous :  
Des ateliers d'éducation thérapeutique en collectif et/ou en individuel pour  
vous aider à mieux vivre avec votre maladie

## Prise en charge gratuite

## Inscription au 04.42.642.642

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| ● <b>COMPRENDRE MA MALADIE CARDIAQUE</b><br>Avec une pharmacienne               | <b>13/10/22 à 10H</b> |
| ● <b>LES CLÉS D'UNE ALIMENTATION SANTÉ</b><br>Avec une diététicienne            | <b>20/10/22 à 10H</b> |
| ● <b>ADAPTER MON ALIMENTATION AU QUOTIDIEN</b><br>Avec une diététicienne        | <b>10/11/22 à 10H</b> |
| ● <b>COMPRENDRE MES ÉMOTIONS POUR MIEUX LES GÉRER</b><br>Avec une psychologue   | <b>18/11/22 à 14H</b> |
| ● <b>VIVRE AVEC MA MALADIE CARDIAQUE</b><br>Avec une pharmacienne               | <b>24/11/22 à 10H</b> |
| ● <b>PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE</b><br>Avec un éducateur sportif | <b>29/11/22 à 10H</b> |



**Istres** Maison Régionale de Santé, Espace tertiaire, Place Champollion