

## Programme ETP Insuffisance Cardiaque

- **Jeudi 13 juin 14h30 - 16h30** : Comprendre l'insuffisance cardiaque (Christine Estadiou)
- **Samedi 15 juin 10h00 - 12h00** : Décipherer mon ordonnance (Liliana Nunes)
- **Jeudi 20 juin 14h00 - 16h00** : Bien manger pour mon cœur (Sandrine Bouget)
- **Jeudi 27 juin 14h00 - 16h00** : Signes d'alerte, comment réagir (Christine Estadiou)
- **Samedi 29 juin 10h00 - 12h00** : Des médicaments tous les jours, comment les gérer ? (Liliana Nunes)
- **Jeudi 4 juillet 10h00 - 12h00** : Le sel au quotidien (Sandrine Bouget)
- **Jeudi 11 juillet 10h00 - 12h00** : Décipherer les emballages alimentaires (Sandrine Bouget)
- **Vendredi 12 juillet 10h30 - 12h00** : Les bénéfices de l'activité physique (Rémy Marest)
- **Vendredi 19 juillet 10h30 - 12h00** : Bouger au quotidien (Rémy Marest)



Lieu : 5 square de la Villemondrerie  
91390 Morsang-sur-Orge

Plus d'information :

[www.cptsvaldorge.fr](http://www.cptsvaldorge.fr)



[contact@cptsvaldorge.fr](mailto:contact@cptsvaldorge.fr)

