

## Programme d'Education Thérapeutique Insuffisant Cardiaque

Octobre-novembre 2024

La CPTS du Val d'Orge en partenariat avec le Réseaux de santé RESICARD ont le plaisir de vous proposer des ateliers d'éducation thérapeutique autour de l'insuffisance Cardiaque.

**Cette démarche, financée par l'Agence Régionale de Santé Ile-de-France, est entièrement prise en charge.**

**Ce programme d'éducation thérapeutique du patient Insuffisant Cardiaque, pour quoi faire ?**

- échanger avec d'autres patients.
- répondre aux questions du quotidien.
- renforcer vos connaissances.
- rencontrer notre équipe de soignants formés à l'éducation thérapeutique.

**Adresse des ateliers :**

*Les matins :* 5 Square de la Villemonderie  
91390 Morsang-sur-Orge

*les après-midis :* 5 Rue du Canal  
91700 Ste Geneviève des Bois

Déchiffrer mon ordonnance (Liliana Nunes, pharmacienne)	Jeudi 10/10/24 14h00-16h00
Bien manger pour mon cœur (Sandrine David, diététicienne)	Vendredi 11/10/24 10h00-12h00
Comprendre l'insuffisance cardiaque (Dr Christine Estadiou)	Jeudi 24/10/24 14h30-16h30
Les bénéfices de l'activité physique (Rémy Marest, coach sportif)	Vendredi 25/10/24 10h30-12h00
Signes d'alerte, comment réagir ? (Dr Christine Estadiou)	Jeudi 31/10/24 14h30-16h30
Des médicaments tous les jours, comment les gérer ? (Liliana Nunes, pharmacienne)	Jeudi 07/11/24 14h00-16h00
Bouger au quotidien (Rémy Marest, coach sportif)	Vendredi 08/11/24 10h30-12h00
Le sel au quotidien (Sandrine David, diététicienne)	Jeudi 28/11/24 14h00-16h00
Déchiffrer les emballages alimentaires (Sandrine David, diététicienne)	Jeudi 05/12/24 14h00-16h00

Ces ateliers d'1h30 à 2h regroupant 6 à 10 patients sont pris en charge mais une inscription par un professionnel de santé est obligatoire.