



PLANNING 2018

Vous êtes **DIABÉTIQUE**, et/ou en **SURPOIDS / OBÉSITÉ**, et/ou à **RISQUE CARDIOVASCULAIRE** (hypertension, cholestérol, triglycérides...) ???

L'association '**Maison DOC**' : Diabète, Obésité et risque Cardiovasculaire de Melun, vous aide à

PRENDRE SOIN DE VOTRE SANTÉ !!

Pour vous aider au quotidien, la Maison DOC vous propose de participer **GRATUITEMENT** à des ateliers d'éducation thérapeutique animés par des professionnels de santé, et près de chez vous !!

- ✓ **Diététique** : Venez apprendre à bien vous nourrir en vous faisant plaisir !
- ✓ **Infirmier** : Votre maladie n'aura plus de secret pour vous !
- ✓ **Podologie** : Apprendre à mieux connaître vos pieds !

**Inscription
Obligatoire
01 60 68 74 14**

Adresse des ateliers : ROZAY-EN-BRIE 77540
CLUB DES ANCIENS – 23 RUE AUX BUTTES
MARDI DE 14h00 à 16h00

DATE	ATELIER	THÈME (sous réserve de validation)
MARDI 10 AVRIL 2018	DIÉTÉTIQUE	Manger en pleine conscience, redécouvrir le plaisir de manger...
MARDI 24 AVRIL 2018	INFIRMIER	Les complications et le parcours de soins
MARDI 15 MAI 2018	INFIRMIER	Auto surveillance glycémique, hypo et hyper...
MARDI 22 MAI 2018	DIÉTÉTIQUE	A vos loupes, lire et comprendre les étiquettes alimentaires
MARDI 29 MAI 2018	PODOLOGIE	L'importance de la prévention du pied, rôle du podologue, prise en charge, grades...
MARDI 05 JUIN 2018	DIÉTÉTIQUE	Que faut-il penser des régimes ?
MARDI 26 JUIN 2018	INFIRMIER	L'obésité, le surpoids...
MARDI 03 JUILLET 2018	DIÉTÉTIQUE	Savoir identifier les aliments source de sucres
MARDI 24 JUILLET 2018	INFIRMIER	Mieux comprendre son diabète et son traitement

Pour toute demande d'information, d'inscription ou de rendez-vous individuel
 Contactez-nous au : **01 60 68 74 14** ou par mail : maisondiabete77@orange.fr

Maison du Diabète Obésité et risque Cardiovasculaire de Melun,
 25 avenue Charles Péguy - Quartier Montaigne - 77000 Melun
 Adresse du site : <http://www.maison-diabete.info/>

La Maison du diabète de S&M a pour vocation d'écouter, informer, conseiller et éduquer les patients. Aucun soin ni prescription n'y sont prodigués.

Actualisé le 04/04/2018 - Prochain planning Septembre 2018