



PLANNING 2018

Prochain planning vers le 15 Avril 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 !!

✓ **Diététicien** : Venez apprendre à bien vous nourrir en vous faisant plaisir !

✓ **Infirmier** : Votre maladie n'aura plus de secret pour vous !

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

Inscription
Obligatoire
01 60 68 74 14

DATE	ATELIER	THÈME (sous réserve de validation)
MARDI 09 JANVIER 2018	DIÉTÉTIQUE	Apprendre à maîtriser les graisses dans mon alimentation
MARDI 23 JANVIER 2018	INFIRMIER	Les facteurs de risques cardiovasculaires
MARDI 13 FEVRIER 2018	DIÉTÉTIQUE	Composons ensemble des menus alliant plaisir et équilibre
MARDI 27 FEVRIER 2018	INFIRMIER	L'obésité qu'est ce que c'est ?
MARDI 13 MARS 2018	DIÉTÉTIQUE	Le sel, où le trouver ? Comment limiter ma consommation au quotidien...
MARDI 27 MARS 2018	INFIRMIER	Mieux comprendre son diabète et son traitement
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

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 Montaigu - 77000 Melun
Adresse du site : <http://www.maison-diabete.info/>