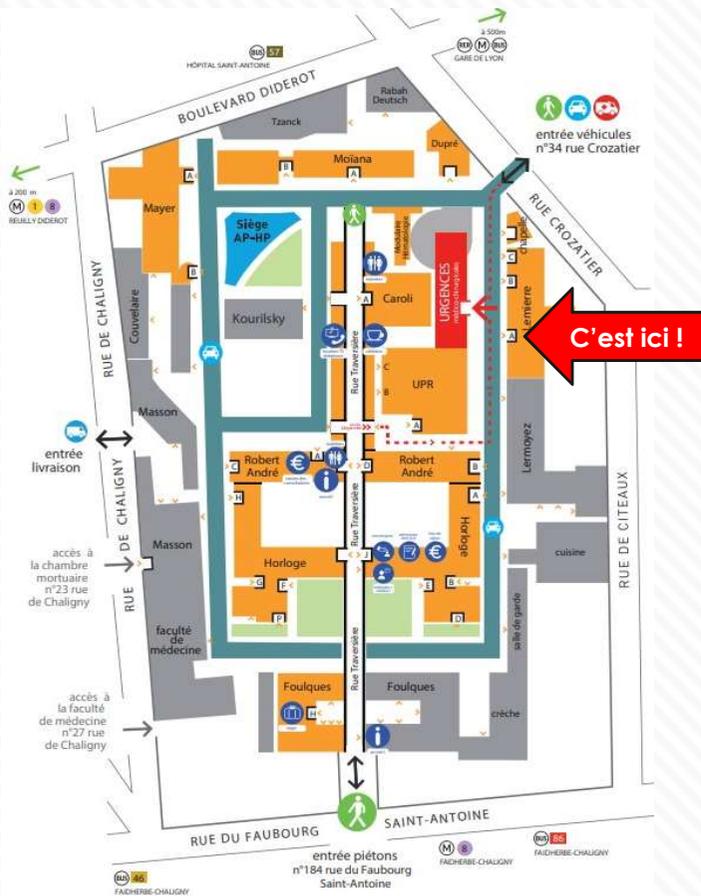


# INFOS PRATIQUES

## PLAN DE L'HOPITAL SAINT-ANTOINE

L'inscription aux ateliers est obligatoire :



✓ Au près des infirmiers du réseau :

- [stephanie.jullien-ext@aphp.fr](mailto:stephanie.jullien-ext@aphp.fr)  
06.60.33.33.13
- [manon.gerard-ext@aphp.fr](mailto:manon.gerard-ext@aphp.fr)  
06.67.16.06.92
- [ernesto.brito@aphp.fr](mailto:ernesto.brito@aphp.fr)  
01.49.28.33.57

✓ Sur la plateforme [www.barnabe.io](http://www.barnabe.io)

✓ Sur notre site internet :



## Programme RESICARD-PREDIC

[www.resicard.com](http://www.resicard.com)

PLANNING DES ATELIERS COLLECTIFS

# JANVIER à AVRIL 2024



**BUS** 46 Faidherbe-Chaligny

57 86 Hôpital Saint-Antoine

**M** 1 Reuilly-Diderot, Gare de Lyon

8 Faidherbe-Chaligny

**RER** A Gare de Lyon

# HÔPITAL SAINT-ANTOINE

184 RUE DU FAUBOURG ST-ANTOINE  
75012 PARIS

BÂTIMENT LEMIERRE, SERVICE DE CARDIOLOGIE  
4ÈME ÉTAGE

# RESIDENCE STEPHANE HESSEL

6 RUE SAINT-MAUR  
75011 PARIS



## LA MALADIE

COMPRENDRE L'INSUFFISANCE CARDIAQUE

MARDI 27 FEVRIER 2024 DE 14H30 À 16H

SIGNES D'ALERTE, COMMENT REAGIR ?

MARDI 5 MARS 2024 DE 14H30 À 16H

## LES TRAITEMENTS

DECHIFFRER MON ORDONNANCE

MARDI 12 MARS 2024 DE 14H30 À 16H

DES MEDICAMENTS TOUS LES JOURS COMMENT GERER ?

MARDI 19 MARS 2024 DE 14H30 À 16H

## APPRENDRE À GÉRER LE STRESS

(SOPHROLOGIE) - 2 séances complémentaires

SAMEDIS 27 JANVIER et 10 FEVRIER 2024 DE 11h30 à 12H30

**NOUVEAU!**

## L'ALIMENTATION

BIEN MANGER POUR MON COEUR

MARDI 9 JANVIER 2024 DE 14H30 À 16H

MARDI 26 MARS 2024 DE 14H30 À 16H

LE SEL AU QUOTIDIEN

MARDI 16 JANVIER 2024 DE 14H30 À 16H

MARDI 2 AVRIL 2024 DE 14H30 À 16H

DECHIFFRER LES EMBALLAGES

MARDI 23 JANVIER 2024 DE 14H30 À 16H

MARDI 9 AVRIL 2024 DE 14H30 À 16H

## L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

2 séances complémentaires

LES BENEFICES DE L'ACTIVITE PHYSIQUE

+ BOUGER AU QUOTIDIEN

MARDIS 30 JANVIER et 6 FEVRIER 2024 DE 14H30 À 16H

MARDIS 16 et 23 AVRIL 2024 DE 14H30 À 16H