

## 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

|   |                                  |
|---|----------------------------------|
| Comprendre l'insuffisance cardiaque (Dr Christine Estadiou)                       | Jeudi 03/10/24<br>14h30-16h30.   |
| Déchiffrer mon ordonnance (Liliana Nunes, pharmacienne)                           | Jeudi 10/10/24<br>14h00-16h00    |
| Bien manger pour mon cœur (Sandrine David, diététicienne)                         | Vendredi 11/10/24<br>10h00-12h00 |
| Le sel au quotidien (Sandrine David, diététicienne)                               | Jeudi 17/10/24<br>14h00-16h00    |
| Déchiffrer les emballages alimentaires (Sandrine David, diététicienne)            | Vendredi 18/10/24<br>14h00-16h00 |
| Des médicaments tous les jours, comment les gérer ? (Liliana Nunes, pharmacienne) | Jeudi 24/10/24<br>14h00-16h00    |
| Les bénéfices de l'activité physique (Rémy Marest, coach sportif)                 | Vendredi 25/10/24<br>10h30-12h00 |
| Signes d'alerte, comment réagir ? (Dr Christine Estadiou)                         | Jeudi 31/10/24<br>14h30-16h30    |
| Bouger au quotidien (Rémy Marest, coach sportif)                                  | Vendredi 01/11/24<br>10h30-12h00 |

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.