

AVEC



INSUFFISANCE CARDIAQUE

Tout savoir sur mon traitement et mes facteurs de risque



Comprendre l'infarctus et la maladie artérielle



Mercredi 24 avril et Mercredi 19 juin à 18h30 (en ligne)

Quel traitement après un infarctus du myocarde ?



Lundi 29 avril à 18h30 et Jeudi 13 juin à 18h30 (en ligne)

Les troubles du rythme : comment sont-ils pris en charge ?



Mercredi 22 mai à 18h30 (en ligne)

L'insuffisance cardiaque après un infarctus du myocarde



Mardi 28 mai à 18h30 (en ligne)

avec Magalie Bulteau et Claire Burban
Infirmières en pratique avancée



Améliorer mon équilibre alimentaire

Allier plaisir et équilibre dans mon assiette



Jeudi 18 avril à 18h30 et Jeudi 13 juin à 18h30 (en ligne)

Déchiffrer les étiquettes de mes plats préférés



Vendredi 3 mai à 18h30 (en ligne)

Zoom sur les glucides dans mes repas



Jeudi 25 avril à 18h30 (en ligne)

Zoom sur le sel dans mes repas



Vendredi 17 mai à 18h30 (en ligne)

Zoom sur les lipides dans mes repas



Jeudi 6 juin à 18h30 (en ligne)

avec Elsa Paillard et Laura Silvestre
Diététiciennes hospitalières



Inscrivez-vous dès maintenant !

AVEC



INSUFFISANCE CARDIAQUE

Prendre soin de mon bien-être mental et de mes proches



Surmonter le choc psychologique de l'infarctus

 Mercredi 15 mai à 19h et Mercredi 12 juin à 19h (en ligne)

Accompagner un proche suite à un infarctus

 Mercredi 29 mai à 19h et Mercredi 26 juin à 19h (en ligne)

avec **Sandrine Paul**
Psychologue clinicienne



Reprendre plaisir à bouger

(Re)démarrer une activité physique adaptée en toute sécurité

 Lundi 6 mai, Lundi 3 juin et Lundi 8 juillet à 18h30 (en ligne)



Mon programme de marche personnalisé sur 6 semaines

 Début du programme en mai ou en juin



avec **Pr. Billat et Grégoire Escrouzailles**
Professeur de physiologie et Enseignant
en activité physique adaptée

Préparer ma reprise d'activité ou obtenir des aides



Echanges individuels sur toutes vos questions (travail, retraite, indemnités, invalidité, RQTH)

 Sur demande

avec **Amandine Olivier**
Assistante sociale hospitalière



Inscrivez-vous dès maintenant !