

La Maison de la Nutrition-Diabète et Cœur est une association de professionnels de santé encadrée et dirigée par le Professeur Patrick ROGER, médecin Diabétologue-endocrinologue

Elle est partenaire avec **la Maison de Sport et de la Santé, association de professionnels de santé (MASS)**, réunis dans un objectif de soutien aux malades.

Nous ne sommes pas un centre de consultations ou de soins.

Les ateliers sont animés par une **équipe pluridisciplinaire de professionnels de santé.**

Nos informations ne se substituent pas aux conseils de votre médecin.

Pour toutes demandes médicalisées, il vous est conseillé de vous rapprocher de votre médecin.

Notre siège

Du lundi au vendredi
9h00 à 12h30 / 13h30 à 17h30

84 bis, avenue Thiers 33100 Bordeaux

☎ 05.56.92.34.83

contact@maisonnutrition33.fr

www.maisonnutrition33.com

Ligne A, station Jardin Botanique

Diabète



Obésité

Cœur



Alimentation

Atelier cuisine



Avec le soutien



Ateliers au Bouscat



Programme d'accompagnement GRATUIT pour être conseillé sur les règles d'hygiène de vie

Pour qui ?

Un accompagnement pour les personnes :

- **Diabétiques de type 1 ou 2** et/ou
- **Souffrant d'obésité** et/ou
- **Concernées par une maladie cardiovasculaire stabilisée**

Pour quoi ?

- **Apprendre à mieux connaître et mieux gérer ma maladie dans ma vie quotidienne**
- **Equilibrer mes repas**
- **Quelle activité physique pour stabiliser ma maladie ?**
- **Apprendre à gérer mon stress**

Programme d'ateliers complémentaires

Animés par des médecins, diététicienne, infirmier, kinésithérapeute, psychologue

Jeudi 6 février à la Maison de Quartier La Providence

Bien connaître ma maladie cardiovasculaire de 10h00 à 11h00

Bien connaître mon diabète de 14h00 à 15h00

Tout ce que je vais pouvoir manger au quotidien de 15h00 à 16h00

Lundi 17 février à la Résidence Mieux Vivre

Bien gérer mes hypo et hyper glycémies de 14h30 à 15h30

Lundi 9 mars à la Maison de Quartier La Providence

Les bienfaits de l'activité physique de 14h00 à 15h00

Savoir gérer mon stress de 15h00 à 16h00

Jeudi 19 mars à la Maison de Quartier La Providence

Je cuisine et déguste un repas équilibré (10€) de 10h00 à 13h00

Pour vous renseigner et vous inscrire

05.56.92.34.83

Pour mieux connaître vos difficultés et besoins, un rendez-vous individuel et gratuit est nécessaire.

Vous serez appelé par notre infirmière ou diététicienne pour fixer un rendez-vous à votre domicile.

Lieu des ateliers au BOUSCAT

Maison de Quartier La Providence
8 rue Condorcet

et

Résidence Mieux Vivre 27 rue Pompière

Parlez-en avec votre médecin

