

Diabète - Obésité

Maladies cardiovasculaires

En complément des conseils de votre médecin, nous vous proposons des ateliers gratuits pour vous aider à mieux comprendre et gérer votre maladie.

NOTRE ÉQUIPE

- infirmière
- diététicienne
- psychologue
- podologue
- professeur en APA
- patient ressource

Encadrée par les Professeurs Patrick ROGER et Bogdan CATARGI, endocrinologues.

Nous ne sommes pas un centre de soins.
Nous ne faisons pas de consultations.
Nos ateliers concernent l'hygiène de vie par rapport à la maladie.



DES ATELIERS POUR....

- équilibrer mon alimentation
- mettre en pratique avec un atelier de cuisine
- comprendre et surveiller ma maladie
- reconnaître et gérer mes hypo et hyperglycémies
- surveiller mes pieds
- gérer mon stress
- avoir une meilleure estime de moi
- échanger avec d'autres personnes
- connaître les bienfaits de l'activité physique
- pratiquer une activité physique encadrée par un enseignant en activité physique adaptée :
 - marche (activité gratuite)
 - gymnastique (30 € les 10 séances)
 - aquagym (50 € les 10 séances)

84 avenue THIERS BORDEAUX

05 56 92 34 83

contact@maisonnutrition33.fr

www.maisonnutrition33.com

