



**LA CAPUCINE**  
Avenue François Mitterrand  
05 000 GAP  
cet.ladurance@gmail.com  
07 85 38 98 23



Centre Médical La Durance

05130 TALLARD

**PROGRAMME DES ATELIERS D'EDUCATION THERAPEUTIQUE Septembre à décembre 2020**

<b>Session « chirurgie bariatrique » Septembre 2020</b>
<b>lundi 07 septembre 18h00 - 20h00</b> Vécu et partage autour de la chirurgie bariatrique <i>Avec Dr FILIPUCCI</i>
<b>Lundi 14 septembre 18h00 – 20h00</b> Vous aider à trouver plaisir dans l'activité physique Trouver mes astuces pour bouger au quotidien <i>Avec Sarah, EAPA</i>
<b>Lundi 21 septembre 18h00 – 20h00</b> Se préparer corporellement à la chirurgie bariatrique <i>Avec Mireille, kiné</i>
<b>Lundi 28 septembre 18h00 – 20h00</b> Comment manger avec une chirurgie bariatrique? <i>Avec Carole, diététicienne</i>
<b>Vendredi 02 octobre 14h30 – 16h30</b> Chirurgie bariatrique : quand, comment et après <i>Avec le Dr DELACOSTE</i>
<b>Mardi 13 octobre 18h00 – 20h00</b> Etre acteur de changements avant et après la chirurgie bariatrique <i>Avec Sylvie, sophrologue</i>

<b>Session « chirurgie bariatrique » Novembre 2020</b>
<b>lundi 02 novembre 18h00 - 20h00</b> Vécu et partage autour de la chirurgie bariatrique <i>Avec Dr FILIPUCCI</i>
<b>Lundi 09 novembre 18h00 – 20h00</b> Vous aider à trouver plaisir dans l'activité physique Trouver mes astuces pour bouger au quotidien <i>Avec Sarah, EAPA</i>
<b>Lundi 16 novembre 18h00 – 20h00</b> Se préparer corporellement à la chirurgie bariatrique <i>Avec Mireille, kiné</i>
<b>Lundi 23 novembre 18h00 – 20h00</b> Comment manger avec une chirurgie bariatrique? <i>Avec Carole, diététicienne</i>
<b>Vendredi 27 novembre 14h30 – 16h30</b> Chirurgie bariatrique : quand, comment et après <i>Avec le Dr DELACOSTE</i>
<b>Lundi 30 novembre 18h00 – 20h00</b> Etre acteur de changements avant et après la chirurgie bariatrique, <i>Avec Sylvie, sophrologue</i>

**Rv préalable obligatoire au 07-85-38-98-23**

[cet.ladurance@gmail.com](mailto:cet.ladurance@gmail.com) Le Fleurendon Bat B, Ent C, 3eme étage, appt 351  
Av François Mitterrand (Entrée par l'Allée des Maronniers) 05000 GAP.

*En partenariat avec le*





**LA CAPUCINE**  
Avenue François Mitterrand  
05 000 GAP  
cet.ladurance@gmail.com  
07 85 38 98 23



Centre Médical La Durance

05130 TALLARD

## PROGRAMME DES ATELIERS D'EDUCATION THERAPEUTIQUE Septembre à décembre 2020

Session « post chirurgie bariatrique » Octobre 2020
<b>Lundi 26 octobre 18h00 - 20h00</b> Comment équilibrer son alimentation au long cours après une chirurgie bariatrique? <i>Avec Carole, diététicienne</i>
<b>mardi 10 novembre 18h00 – 20h00</b> Mieux Vivre son nouveau corps <i>Avec Sylvie, sophrologue</i>
<b>Lundi 07 décembre 18h00 – 20h00</b> Modifications posturales après la chirurgie bariatrique <i>Avec le Dr Catherine FILIPUCCI et Mireille, kiné</i>
<b>Lundi 14 décembre 18h00 – 20h00</b> Modifier progressivement son activité physique après la chirurgie bariatrique <i>Avec Sarah, EAPA</i>

Session « Surpoids » Septembre 2020
<b>Mardi 22 septembre 18h00 - 20h00</b> Repérer ses besoins et ses émotions , <i>Avec Dr Filipucci</i>
<b>Mardi 29 septembre 18h00 - 20h00</b> Approche médicale du surpoids, <i>Avec Dr Filipucci</i>
<b>Lundi 05 octobre 18h00 – 20h00</b> La sédentarité un problème, comment adapter son activité physique <i>Avec Sarah EAPA</i>
<b>Lundi 12 octobre 18h00 – 20h00</b> Connaissances diététiques : bien manger <i>Avec Carole diététicienne</i>
<b>Lundi 19 octobre 18h00 - 20h00</b> Kinésithérapie : douleurs/respiration <i>Avec Mireille kiné</i>
<b>Mardi 27 octobre 18h00 - 20h00</b> Estime de soi, émotions, stress, des outils pour mieux gérer <i>Avec Sylvie sophrologue</i>

**Rv préalable obligatoire au 07-85-38-98-23**

[cet.ladurance@gmail.com](mailto:cet.ladurance@gmail.com) Le Fleurendon Bat B, Ent C, 3eme étage, appt 351  
Av François Mitterrand (Entrée par l'Allée des Maronniers) 05000 GAP.

En partenariat avec le





**LA CAPUCINE**  
Avenue François Mitterrand  
05 000 GAP  
cet.ladurance@gmail.com  
07 85 38 98 23



Centre Médical La Durance

05130 TALLARD

## PROGRAMME DES ATELIERS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE Septembre à décembre 2020

Session « Pathologies cardio-vasculaires » Octobre 2020
<b>Vendredi 9 octobre 13H30 – 16h30</b> 13h30-15h Insuffisance cardiaque, Avec Dr Lemièrè 15h-16h30 Arythmie Avec Dr Lemièrè
<b>Mardi 13 octobre 9h00 - 11h00</b> Vécu de la phase aigüe, impact au quotidien Avec Dr Filipucci
<b>Vendredi 16 octobre 13h30 – 16h30</b> 13h30-15h Pathologies coronaires Avec Dr Quilici 15h-16h30 Anticoagulants Avec Dr Quilici
<b>Lundi 19 octobre 14h00 - 15h00</b> 15h30-16h30 Quelle activité physique ? Avec Sarah EAPA
<b>Lundi 26 octobre 14h00 - 15h00</b> 14h00-15h30 La respiration et les douleurs Avec Mireille kiné
<b>Vendredi 06 novembre 9h00-11h00</b> Quelle alimentation ? Avec Carole diététicienne
<b>Mardi 17 novembre 9h00-11h00</b> Physiologie du stress, des outils pour mieux gérer Avec Sylvie sophrologue

Session « Mieux vivre avec son cancer » Session Octobre 2020
<b>Mardi 20 octobre 9h00 - 11H00</b> Face à la maladie : percevoir ses besoins et prendre soin de soi Avec Dr Filipucci
<b>Mercredi 28 octobre 17h30 - 19h30</b> Connaître sa maladie, Avec Dr Mondet
<b>Lundi 02 novembre 14h00-16h00</b> Activités physiques et cancer, Avec Sarah EAPA
<b>Lundi 09 novembre 14h00 – 16h00</b> Gestion de la douleur et traitements médicamenteux et non-médicamenteux Avec Mireille kiné et Dr Filipucci
<b>Vendredi 13 novembre 9h00-11h00</b> Nutrition et Cancer, Avec Carole diététicienne
<b>Mardi 24 novembre 9h00 – 11h00</b> Estime de soi, émotions, stress, des outils pour mieux gérer Avec Sylvie sophrologue

**Rv préalable obligatoire au 07-85-38-98-23**

[cet.ladurance@gmail.com](mailto:cet.ladurance@gmail.com) Le Fleurendon Bat B, Ent C, 3eme étage, appt 351  
Av François Mitterrand (Entrée par l'Allée des Maronniers) 05000 GAP.

En partenariat avec le



**LA CAPUCINE**  
Avenue François Mitterrand  
05 000 GAP  
[cet.ladurance@gmail.com](mailto:cet.ladurance@gmail.com)  
07 85 38 98 23



Centre Médical La Durance

05130 TALLARD

## PROGRAMME DES ATELIERS D'EDUCATION THERAPEUTIQUE Septembre à décembre 2020

<b>Session « Mieux vivre avec la maladie de Parkinson » Septembre 2020</b>
<b>Vendredi 18 Septembre 14h30 – 16h30</b>
<b>Approche médicale de la maladie de Parkinson</b> Avec le Dr LAVERNHE, neurologue Mieux comprendre les traitements ,médicaments et tremblements, Impact de la maladie de parkinson sur la mémoire, sur les douleurs, Interactions émotion et évolution de la maladie.....
<b>Lundi 28 septembre 14h30 - 16h30</b>
<b>Faire le point avec les différentes activités et aides sur le 05</b> Associations diverses, sport adapté, aides à l'aménagement du domicile..... <i>Avec Sarah EAPA</i>
<b>Mercredi 07 Octobre 14h30 – 16h30</b>
<b>Rencontre des aidants</b> Mieux vivre et comprendre la maladie de Parkinson de son proche, Avec Sylvie, sophrologue

**Rv préalable obligatoire au 07-85-38-98-23**

[cet.ladurance@gmail.com](mailto:cet.ladurance@gmail.com) Le Fleurendon Bat B, Ent C, 3eme étage, appt 351  
Av François Mitterrand (Entrée par l'Allée des Maronniers) 05000 GAP.

*En partenariat avec le*

