

Réha' Breizh

L'ALLIÉ DE VOTRE SANTÉ

Des Ateliers d'éducation thérapeutique
Pour mieux vivre avec votre
maladie chronique

pts
DU PAYS
D'AURAY



TABAC FATIGUE DIABETE
TOUX ESSOUFLEMENTS INSUFFISANCE CARDIAQUE



Plate-forme ETP T4

CONTACT MANUEL :
06 63 20 04 62
manu.herrou@yahoo.com

REJOIGNEZ-NOUS POUR MIEUX VIVRE AVEC VOTRE PATHOLOGIE CHRONIQUE

PROGRAMME



Une équipe pluridisciplinaire, composée de professionnels de santé, vous accompagne les **MARDIS de 17h à 19h**.

Lieu : Maison de Garde de Auray
100 C avenue du Général de Gaulle, Auray

MON PARCOURS SANTÉ

1 séance individuelle avant & après le parcours +

Des séances collectives : 7

-  7 novembre : Respire – Ma santé
-  14 novembre : Respire – Mon alimentation plaisir
-  21 novembre : Respire et Bouge !
-  28 novembre : Respire – Mes émotions
-  5 décembre : Respire et Dé-stress !
-  12 décembre : Respire et Après ?
-  16 janvier 2024 : « bilan du programme »

+ SELON VOS BESOINS :

-  séances de réentraînement à l'effort.
-  séance individuelle complémentaire