

# AGIR POUR MA SANTÉ

VISAGE, EN PARTENARIAT AVEC LE PÔLE ETP-MRSI VOUS PROPOSE UN PARCOURS EN PLUSIEURS ÉTAPES, ADAPTÉ À VOS BESOINS

Le programme est destiné aux personnes vivants avec ou contre une **maladie chronique** en situation de vulnérabilité.

## 1 Un bilan initial personnalisé

## 2 Des séances individuelles ou de groupe à la carte

Alimentation et santé

Bouger pour se sentir mieux

Droits et démarches en santé

Addictions: Où j'en suis?

L'hypertension

Parlons peu, parlons bien avec mes professionnels de santé

Stress et Santé

Echanger autour de la maladie chronique

Cuisinons ensemble (en visio)

Le vécu des aidants

La fatigue

Arrêter le tabac : des clés pour réussir

Bien vivre ses déplacements et ses voyages

Ma vie affective et sexuelle avec une maladie

Mes médicaments au quotidien

## 3 Des bilans intermédiaires en fonction de vos besoins

## 4 Un bilan final

Tous les entretiens sont animés par des professionnels de santé du territoire



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

 VISAGE MRSI - Dispositif d'appui à la coordination DAC  
38bis rue Vimaine  
38 200 VIENNE

 04 58 17 17 20

 [secretariat.visage@mrsi.fr](mailto:secretariat.visage@mrsi.fr)

 via MonSisra "Plateforme Visage"

## LIEUX D'INTERVENTIONS

**Au domicile des personnes sur l'ensemble des communes du DAC Visage**

**Visioconférence possible pour certains ateliers collectifs**

