



MIEUX VIVRE AVEC LA SCLEROSE EN PLAQUES

Programme d'éducation thérapeutique en groupe pour les personnes vivant avec une SEP par poussée depuis plusieurs années ou une forme progressive de la maladie.

PREMIERE SESSION : MA VIE QUOTIDIENNE AVEC LA SEP

Neurologue, Infirmière, Assistante sociale

- ✚ 8h30 : Présentation de la session et du groupe
- ✚ 8h45 à 10h15 : Tout ce que j'ai toujours voulu savoir sur la SEP
10h15 : Pause
- ✚ 10h45 à 12h : Mes droits? Qu'est-ce qu'il faut savoir?

DEUXIEME SESSION : MA SEP INVISIBLE

Neuropsychologue, Psychologue, Infirmier

- ✚ 8h30 : Présentation de la session et du groupe
- ✚ 8h45 : C'est quoi les troubles invisibles dans la SEP?
- ✚ 9h à 10h15 : Les troubles cognitifs dans la SEP: la roue de l'infortune?
10h15 : Pause
- ✚ 10h45 à 12h : Les troubles invisibles dans la SEP, si on en parlait



Réseau de santé d'Alsace pour la prise en compte des patients atteints de Sclérose en Plaques

TROISIEME SESSION : REEDUCATION, ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Médecin rééducateur, kinésithérapeute, Educateur sportif, Infirmière

- + 8h30 : Présentation de la session et du groupe
- + 8h45 à 9H30 : Que fait-on en rééducation /réadaptation?
- + 9H30 à 10H15 : Quand et pourquoi consulter un médecin MPR?
10h15 : Pause
- + 10h45 à 12h15 : Activité physique adaptée et SEP, comment faire, quel bénéfice ?

QUATRIEME SESSION : MON TRANSIT ET MA VESSIE BIEN GERES POUR UNE MEILLEURE QUALITE DE VIE

Médecin rééducateur, Infirmière

- + 8h30 : Présentation de la journée et du groupe
- + 8h45 à 9H15 : Qu'est-ce que vous évoquerait dans le quotidien d'avoir des troubles urinaires et du transit dans la SEP ?
- + 9H15 à 10H : Troubles urinaires et SEP, comment cela fonctionne?
10H : Pause
- + 10H30 à 11H : Troubles du transit et SEP, pourquoi?
- + 11H à 12H : Les ressources pour garder une bonne qualité de vie

Si vous souhaitez des informations, ou vous inscrire à ces sessions en groupe,
Merci de bien vouloir contacter notre secrétariat.

Siège social : Hôpitaux Civils de Colmar Bâtiment 9B -39 Avenue de la Liberté 68024 COLMAR

Tel : 03 89 30 54 17 E-mail : infos@alsacep.org Site Internet : WWW.alsacep.org

Association inscrite au registre des associations du Tribunal d'Instance de Colmar Vol 60 Folio N°92 le 09-10-2006 Siret
494 779 804 000 17