

QUELS SONT LES THÈMES DES ATELIERS ?

Les thèmes des séances sont cités en page 3. Vous pouvez retrouver un programme plus détaillé des ateliers sur le site internet de l'ALURAD : www.alurad.fr ou en scannant le QR code ci-dessous. Le contenu des séances sera personnalisé et adapté à votre situation personnelle par les intervenants.

QUI ANIMENT LES ATELIERS ?

Ce sont des **professionnels de santé de l'ALURAD** qui animent les ateliers : médecin, pharmacien, infirmier et diététiciennes. Ils ont reçu une **formation spécifique en « Education thérapeutique du patient »**.

COMMENT PARTICIPER AUX ATELIERS ?

Vous pouvez compléter le bulletin d'inscription joint à la brochure puis :

- le remettre à Carine PEYRAUD, votre infirmière de parcours, ou à Claire L'HERITIER, votre diététicienne de parcours,
- ou le transmettre au Service prévention de l'ALURAD aux coordonnées ci-dessous.

Vous pouvez en parler avec les professionnels de santé de l'ALURAD qui vous entourent afin qu'ils vous guident dans le choix des ateliers les plus adaptés à vos besoins.

Les ateliers proposés par l'ALURAD font partie du **programme d'éducation thérapeutique EDU'REIN LIMOUSIN**, autorisé par l'Agence Régionale de Santé de Nouvelle-Aquitaine.



Scannez-moi pour retrouver ces informations sur le site internet de l'ALURAD.



alurad

Prévention - Gain - 87170 ISLE
05 55 71 23 84
prevention@alurad.asso.fr
www.alurad.fr

Education thérapeutique du patient
Programme Edu'Rein Limousin

AGIR SUR MA SANTÉ & CELLE DE MES REINS

« Je me prends en charge. »

« Je participe à des ateliers organisés par l'ALURAD pour mieux comprendre le fonctionnement de mes reins et adopter des comportements favorables à ma santé. »



alurad

QUI EST CONCERNÉ ?

Si vous avez une **maladie rénale chronique sans traitement de suppléance rénale**, vous pouvez participer à des séances individuelles ou ateliers collectifs.

QU'EST-CE QUE CES ATELIERS VONT M'APPORTER ?

Les séances individuelles et collectives sont proposées par l'ALURAD pour vous accompagner dans la prise en charge de la maladie rénale chronique. La participation aux ateliers peut vous :

- 1 permettre de mieux **comprendre le fonctionnement de vos reins et les conséquences de la maladie** sur votre organisme,
- 2 aider à **prendre soin de votre corps et de vos reins au quotidien** en adoptant des comportements protecteurs, à travers votre alimentation, votre traitement médicamenteux, etc.

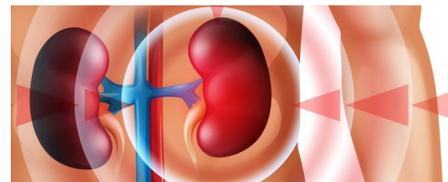
COMMENT S'ORGANISE LES SÉANCES?

Vous choisissez le ou les ateliers qui vous intéressent, ainsi que le mode de réalisation. Les séances peuvent se dérouler en individuel ou en collectif, en **présentiel ou visioconférence**, selon votre préférence. Nous vous encourageons à être accompagné(e) d'un proche pendant les séances.

Les **séances individuelles** en présentiel sont organisés à l'ALURAD Limoges Buisson, à la suite d'une consultation avec votre médecin néphrologue. Elles durent environ 1 heure.

Les **ateliers collectifs** en présentiel (programme ci-contre) se déroulent dans la salle de réunion du site de l'ALURAD à Isle (à 200m du site de l'ALURAD Buisson). Chaque rencontre dure environ 2 heures, **de 14h à 16h**. La animateurs utilisent des méthodes pédagogiques ludiques et participatives pour vous aider à retenir les messages clés. Les frais de déplacements aux ateliers sont à votre charge. En période de COVID-19, un protocole strict des mesures d'hygiène est mis en place par l'ALURAD.

Les **ateliers en visioconférences** sont planifiés en fonction des disponibilités du ou des participant(s) et des intervenants. Si nécessaire, l'ALURAD vous accompagnera dans les démarches à suivre pour rejoindre la salle de rencontre virtuelle.



Les reins & les conséquences de la maladie rénales

Dr M-F. ESNAULT, médecin
C. PEYRAUD, infirmière de parcours

**23 septembre 2021
ou 03 mars 2022**



Comment doser le sel ?

M. DETRIEUX ou C. L'HERITIER
diététiciennes

**07 octobre 2021
ou 07 avril 2022**



Mes médicaments : faut-il tous les prendre ?

Dr Karim DARDIM,
pharmacien

**18 novembre 2021
ou 12 mai 2022**



Equilibrer les protéines dans mon assiette

M. DETRIEUX ou C. L'HERITIER
diététiciennes

**09 décembre 2021
ou 09 juin 2022**



Déchiffrer les résultats d'examen biologiques

Dr Marie-Françoise ESNAULT
médecin

**13 janvier 2022
ou 30 juin 2022**



Les 10 règles pour protéger vos reins

Dr M-F. ESNAULT, médecin
C. PEYRAUD, infirmière de parcours

**03 février 2022
15 septembre 2022**