

VIVRE AVEC UN LYMPHOEDÈME

L'ÉQUIPE DU RÉSEAU CREVAL GRANTED VOUS PROPOSE UN PARCOURS EN PLUSIEURS ÉTAPES, ADAPTÉ À VOS BESOINS

Le programme est destiné aux personnes présentant un lymphoedème au niveau des membres supérieurs ou inférieurs.

1 Un bilan initial personnalisé

2 Des séances individuelles ou de groupe à la carte

Yoga relaxation	Vivre avec un lymphoedème	Parcours de soin, rééducation, mobilisation tissulaire
Prendre soin de sa peau	La contention	
Groupe d'échange	Autobandage	Forme et bien-être : et si je bougeais ?
	Alimentation et santé	

3 Des bilans intermédiaires en fonction de vos besoins







4 Un bilan final

En parallèle, des consultations avec un-e diététicien-ne ou un-e tabacologue peuvent vous être proposées.

A mon rythme, j'arrive mieux à prendre soin de moi



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION


-  GRANTED CREPvAL
MRSI
Parc Héliopolis 16 rue du Tour de l'Eau
38 400 St Martin d'Hères
-  Par téléphone au 04 76 24 90 34
-  Par mail : granted@mrsi.fr
-  Site internet : www.granted-crepval.fr
-  Tramway, lignes B ou C Arrêt Condillac
-  Bus : 11 - C5 - 15

LIEUX D'INTERVENTIONS

A la Maison des Réseaux de Santé de l'Isère

- Parc Héliopolis
16 rue du tour de l'eau
38400 Saint Martin D'Hères

Au Centre Hospitalier de Voiron



En échangeant avec d'autres personnes, j'ai trouvé des réponses à mes questions

Programme d'éducation thérapeutique autorisé par l'Agence Régionale de Santé depuis 2011.

