

LES SÉMINAIRES ÉNERGIE

Stimuler nos Énergie Positive

Une journée pour apprendre
à gérer la fatigue au quotidien
avec une SEP

Pourquoi ?

Pour mieux **connaître sa maladie** et apprendre à utiliser des **stratégies pour économiser son énergie**.

Où ?

Les séminaires énergie sont organisés dans **6 centres de rééducation en Bretagne** (voir la carte au verso).

Quand ?

Une fois par an dans chacun des centres. Sur une **journée entière** : un mercredi ou un vendredi.

Comment ?

L'accès est **gratuit** et se fait **sur inscription** auprès d'un professionnel de santé. C'est une journée d'échanges avec d'autres patients (10 à 12 personnes) et des professionnels de santé.

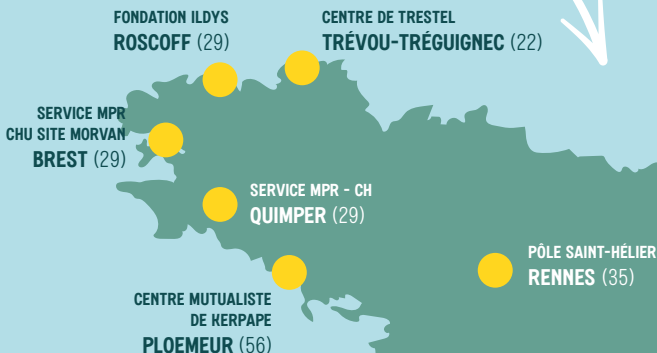
Par quels professionnels ?

Les intervenants sont des **spécialistes de la prise en charge de la SEP** : kinésithérapeute, médecin MPR, infirmière, professionnel de l'activité physique adaptée (APA), psychologue, neuropsychologue, ergothérapeute.

Infos pratiques

Le **repas** est compris. Prévoir une **tenue confortable** pour pratiquer une activité physique.

LES 6 CENTRES DE RÉÉDUCATION en Bretagne



L'éducation
thérapeutique
du patient
ou ETP

Les **séminaires Énergie** font partie du Programme d'éducation thérapeutique proposé par la filière SEP Bretagne.

En plus de la gestion de la fatigue, le programme ETP aborde : **informations** générales sur la maladie, la **communication** avec les proches, la gestion des **émotions**...

Stimuler
SON
Énergie
Positive

Renseignez-vous
auprès de votre équipe soignante ou sur
www.neuro-bretagne.com

