

## Edito



Bonjour à toutes et à tous,

Toute l'équipe de coordination se joint à moi pour vous souhaiter nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année.

Dans le cadre des PRSP (Plans Régionaux de Santé Publique), nous mettons en place dès JANVIER 08 un programme d'éducation des personnes à Risque Cardio-Vasculaire élevé.

## EDUCATION

Les personnes dépistées par leur médecin pourront bénéficier d'un programme d'éducation en Activité Physique et en Alimentation animées par les éducatrices médico-sportives et les diététiciennes du réseau dès JANVIER 08



## PERSONNES A RISQUE

## CARDIO VASCULAIRE ELEVE


### CRITERES D'ADHESION (Contrat spécifique)


Toute personne non diabétique entre 40 et 65 ans qui présente :

- soit un haut risque de mortalité cardio-vasculaire avec risque calculé selon échelle score  $\geq 5\%$  (échelle disponible sur notre site ),
- soit ayant une maladie cardio-vasculaire avérée et sans séquelle grave.



### Programme ACTIVITE PHYSIQUE

 Un diagnostic éducatif avec une éducatrice médico-sportive

 Une séance hebdomadaire d'1 heure durant 6 mois (séances collectives "ouvertes") avec un cycle de 4 objectifs qui revient chaque mois.

 Une évaluation à 6 mois

 Une évaluation à 1 an



Isabelle Lamour, Hélène Dufloer,  
Nathalie Devillers, Christelle Gérard

Educatrices




Médoco-Sportives



### Objectifs :

- Prévenir ou retarder les complications liées au risque cardiovasculaire
- Améliorer votre état de santé
- Améliorer ou maintenir votre qualité de vie

### Programme ALIMENTATION

 Un diagnostic éducatif avec une diététicienne

 6 ateliers de groupe encadrés par une diététicienne libérale adhérente à Rediab :

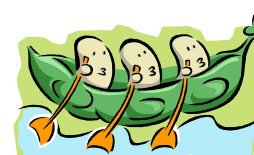
- ✓ ateliers d'échange
- ✓ ateliers cuisine
- ✓ 1 atelier cuisine auto-géré par les patients

 Une évaluation à 6 mois

 Une évaluation à 1 an



Séverine Legrux  
Chargée de la coordination des programmes alimentation



## !! IMPORTANT !!

Merci de préciser sur vos prescriptions de bilan biologique la mention «adhérent REDIAB» afin qu'une copie des analyses nous parviennent.

## !! IMPORTANT !!

## A VOS AGENDAS

**Jeu 6 et Ven 7 Mars** : Séminaire de formation à l'éducation thérapeutique (session 1)

**Jeu 3 et Ven 4 Avril** : Séminaire de formation à l'éducation thérapeutique (session 2)

Les dates du dépistage des complications du diabète, de la rétinopathie et du RCV sont disponibles sur notre site [www.rediab.com](http://www.rediab.com) à la rubrique Actualités

## Pour nous contacter

3 Place Navarin  
62200 Boulogne sur mer  
03.21.30.15.04  
03.21.99.37.76  
Fax : 03.21.99.38.74

rediab@uni-medecine.fr  
rediab@wanadoo.fr  
De 8h à 20h