

**Vous aider à gérer votre maladie chronique et faciliter votre vie quotidienne**



**Pour Vous...**

**Pour votre enfant...**

**Pour vos proches...**

## **L'ESPACE SANTÉ DU PAYS**

Est un lieu **d'accompagnement gratuit** animé par des professionnels de santé (infirmières, diététiciennes, pharmaciens, kinésithérapeutes, psychologues...) pour vous aider à gérer, pas à pas, votre maladie chronique.

**Vos problèmes de santé concernent :**

- ◆ L'asthme ou une maladie respiratoire
- ◆ Le diabète de type I ou II
- ◆ Le surpoids ou l'obésité
- ◆ Les maladies cardiovasculaires
- ◆ L'ostéoporose

**Pour répondre à vos besoins...**

- ▶ Une première rencontre avec l'un de nos professionnels
- ▶ Votre participation à un ou plusieurs ateliers :

- La connaissance de votre maladie et de votre traitement
- Les complications possibles de la maladie
- L'auto-surveillance de votre santé à la maison
- Une alimentation équilibrée et adaptée à votre vie
- Une activité physique adaptée à votre santé
- La gestion du stress quotidien et la relaxation

- ▶ **En un mot, un suivi personnalisé adapté à vos attentes**

Parlez-en à votre médecin généraliste, à tout autre professionnel de santé ou prenez directement rendez-vous au **03.29.23.40.00**.

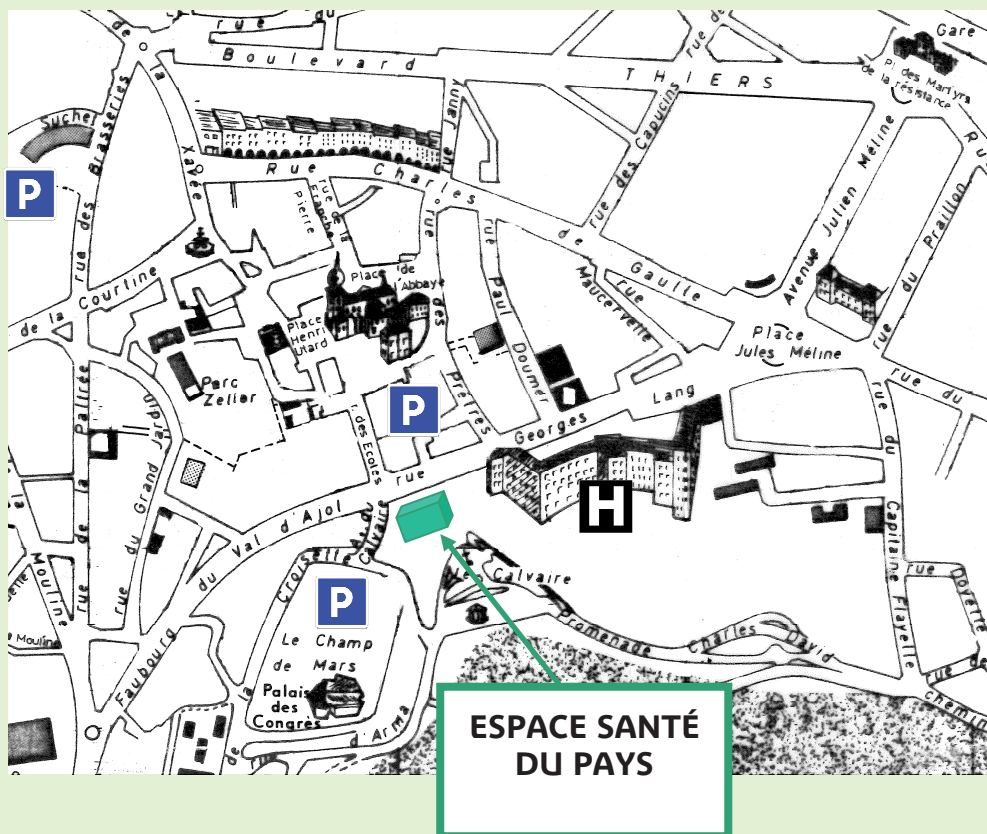
L'Espace Santé du Pays est un service public gratuit d'éducation thérapeutique autorisé et financé par l'Agence Régionale de Santé Lorraine et l'Assurance Maladie des Vosges



Espace  
Santé  
du Pays



Adresse : Espace Santé du Pays  
7, Rue Georges Lang à REMIREMONT



Accueil du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 18h  
(Parking gratuit situé à l'arrière du bâtiment)

Et sur rendez-vous téléphonique  
**Tél : 03 29 23 40 00**

Site Internet : [www.paysderemiremont.fr](http://www.paysderemiremont.fr)