

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



Pour Vous...

Pour votre enfant...

Pour vos proches...

Pays de
Remiremont
et de ses vallées

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**.

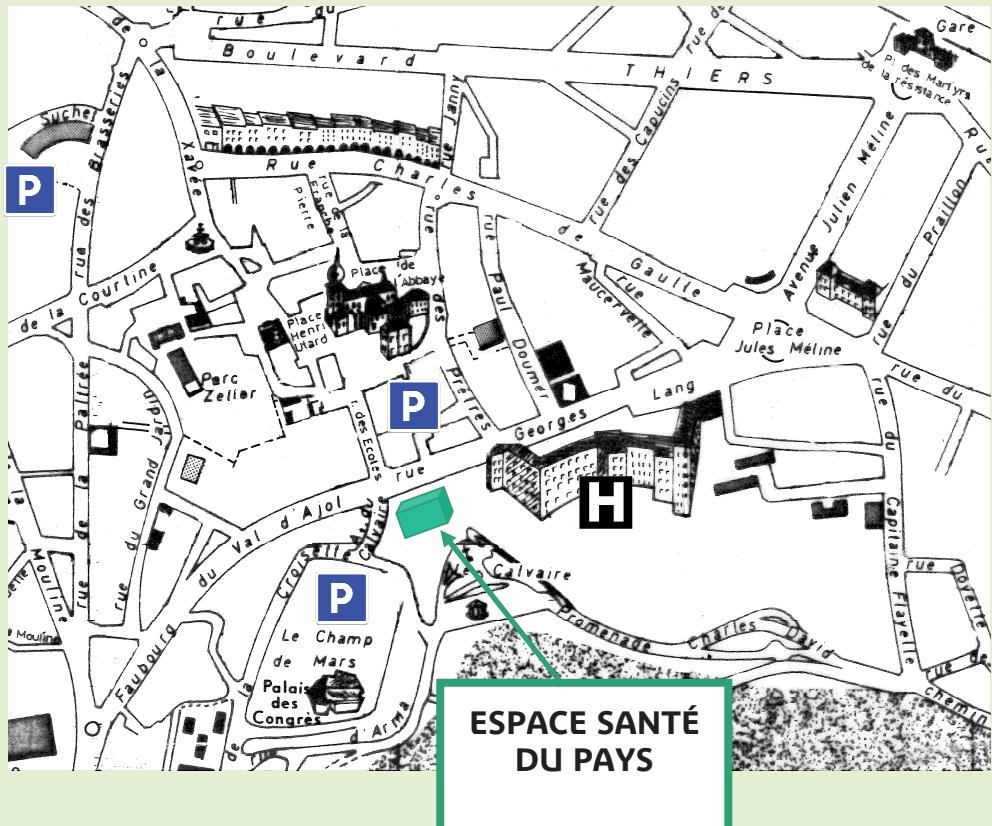
L'Espace Santé du Pays est un service public gratuit d'éducation thérapeutique autorisé et financé par l'Agence Régionale de Santé Lorraine et l'Assurance Maladie des Vosges



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