

Inscription aux conférences et ateliers
Avant le 30 septembre 2020

Par **mail** : etpsep.28.crf@gmail.com

Par **téléphone** sauf août: 02 37 91 63 16

Par **courrier** : CRF Beaurouvre, ETPSEP, BP 40038, 28001 CHARTRES Cedex

Par **internet** : Flash code



Pour vous inscrire : cochez UNE conférence

OU UN atelier par tranche horaire directement sur le programme.

Les places par ateliers/conférences seront limitées.

Nous vous confirmerons vos inscriptions.

**CORONAVIRUS,
POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES**



En outre, en raison du contexte sanitaire **des mesures spécifiques** seront mises en œuvre.

Pour la bonne santé de tous, nous vous demanderons de vous y conformer.

RESERVATION DES PLATEAUX REPAS au tarif de 10€/repas

A payer par chèque à l'ordre de l'APF France Handicap

Vendredi 16 octobre

1 verrine avocat-crevette / 1 salade fantaisie des caraïbes / 2 tranches de rôti de bœuf / 1 brie de Meaux / 3 réductions sucrées / 1 petit pain / café-thé



Samedi 17 octobre

Carottes râpées / Taboulé à l'orientale / 2 tranches de rosette / 2 tranches de jambon de Parme / 1 portion de camembert / 1 tarte aux pommes / 1 petit pain / café-thé



COORDONNEES

NOM : PRENOM :

Adresse :

Tel : Mail :

TRANSPORT

Nécessité d'un transport : Oui Non

Avec fauteuil roulant : Oui Non

JOURNEES SEP 28

16 et 17 octobre 2020

A l'Espace Soutine, 41 rue de la chacatière, Lèves



Ateliers, conférences autour de la SCLEROSE EN PLAQUES

A destination des patients, entourage et professionnels de santé





JOURNEES SEP 28

On vous attend nombreux !

Encore plus d'infos sur www.SEP28.org
Présentation des intervenants, conférences et ateliers

PROGRAMME DU VENDREDI 16 OCTOBRE 2020

10h : Accueil

CONFERENCES

ATELIERS

10h30-12h

A quels professionnels de santé s'adresser en Eure et Loir ? Comment préparer ses consultations ?	Atelier CUISINE "Que ton alimentation soit ta première médecine"	Aides au quotidien	Sport en Eure et Loir, Où et comment ?
Dr Fauchier et A. Bisson, Infirmière Diplômée d'Etat Handi santé	N. Voit, Praticienne en Médecine Chinoise, Coach en alimentation	A. Lavogez, Ergothérapeute et un travailleur social MDA 28	Yon Bergeron, Maison Sport Santé 28

12h- 13h45
pause méridienne

13h45-14h45

Troubles digestifs, que proposer au quotidien	Atelier CUISINE "Que ton alimentation soit ta première médecine"	Gérer ses émotions, son stress	FORMATION DES AIDANTS MODULE 1 Descriptif complet sur demande
M. Gaudé, Infirmière Diplômée d'Etat Réseau neuro centre	N. Voit, Praticienne en Médecine Chinoise, Coach en alimentation	M. Fouré, Dr en psychologie clinique, thérapeute praticien et superviseur en TCC	

Pause
15h-16h

Facteurs d'évolution dans la SEP et mode de vie	Marche XI XI HU pour la prévention et l'accompagnement des maladies chroniques	"Quand la maladie, le handicap ou la dépendance s'immisce dans la relation au proche". Un temps d'échange destiné spécifiquement aux aidants Mme Millerand, ergothérapeute DE
Dr Y. LE COZ, médecin bénévole ARSEP, Sophrologue, Hypnothérapeute, Psychosomaticien intégratif, patient expert-SEP	E. Salez, Praticienne de Qi Gong et massage Tuina (Médecine Traditionnelle Chinoise)	

Pause
16h15 - 17h15

Recherche en Activité Physique OU Recul sur 3 ans d'Activité Physique Adaptée SEP	Hypnose - Sophrologie: intérêt pratique dans la SEP	En partenariat avec l'Association Française des Aidants
Intervenants à venir Ou J Champagne, enseignant APA, CRF Beaurouvre	Dr Y. LE COZ, médecin bénévole ARSEP, Sophrologue, Hypnothérapeute, Psychosomaticien intégratif, patient expert-SEP	

Pause

17h30 - 18h15

Méditation pleine conscience
M. Fouré, Dr en psychologie, praticienne en méditation pleine conscience, thérapeute praticien et superviseur en TCC

PROGRAMME DU SAMEDI 17 OCTOBRE 2020

10h : Accueil

CONFERENCES

ATELIERS

10h30-11h15

Troubles du plaisir et troubles du désir, quelles solutions?	Auto-massage Cercle de massage	Qi gong doux pour les PMR en fauteuil roulant
Dr P. Stehle, Sexologue	Ch. Euriat, Thérapeute en massage psycho-somato-intuitif	E. Salez, Praticienne de Qi Gong et massage Tuina (Médecine Traditionnelle Chinoise)

Pause

11h30-12h30

La CNV au service d'une communication consciente et responsable	Emploi : questions/réponses	Découverte de Qi Gong pour la prévention et l'accompagnement des maladies chroniques
A. Bourrut Lacouture, Formateur en communication relationnelle	Mme B. Chupin, Phare 28 - Cap Emploi	E. Salez, Praticienne de Qi Gong et massage Tuina (Médecine Traditionnelle Chinoise)

12h30-14h
pause méridienne

14h - 15h30

Traitement de fond, suivi et éducation thérapeutique	SEP et activités physiques
Dr JM Chamouard, Neurologue à la Pitié Salpêtrière Président du Réseau SEP Ile de France	E. Bernasinski, Enseignante APA au comité d'EPGV. Maison Sport Santé 28
Traitement ...	
Intervenant à venir	

CLOTURE des journées - 16h-17h

BONNE HUMEUR AVEC LE YOGA DU RIRE
"L'humour, une arme contre la maladie !" C. Tourmente

Annie Chaix
Animatrice de l'Ecole Internationale du rire,
Association Y A D'La joie /Les Comtesses- Chartres et le Club du Rire de Lucé

STANDS en continu