

DEVENEZ ACTEUR DE VOTRE SANTE !

Vous vivez avec une maladie cardiaque ?

GRATUIT

- Des **programmes d'accompagnement** avec des professionnels de santé
 - Des **ateliers pratiques** pour avancer à votre rythme

Inscrivez vous dès maintenant



04 42 64 26 42



prevention@groupement-psc.fr

Planning des ateliers – Aix en Provence

Centre Socio-Culturel A. Camus, 1 Rue des Vignes

Une journée pour mieux vivre avec sa maladie



Alimentation



Activité physique



Conseils
personnalisés



Échanges

Mardi 17 novembre 2026

Maladie Cardiaque

9h

Comprendre ma maladie cardiaque
Infirmière

10h30

Pratiquer une activité physique régulière
Educateur sportif

14h

Les clés d'une alimentation santé
Diététicienne

15h30

Connaitre mes émotions pour mieux les gérer
Psychologue

