

CALENDRIER 2021 DES ATELIERS RENIF



| ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE | En visioconférence ⁽²⁾ | Rénif Paris 10e |
|--|---|-----------------------------------|
| Bien dans son assiette <i>Il est indispensable de commencer par cet atelier pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.</i> | mercredi 13 janvier 2021 14h - 15h15 | mardi 4 mai 2021 10h - 12h |
| | mardi 9 février 2021 10h - 11h15 | |
| | mardi 23 février 2021 17h - 18h15 | mardi 18 mai 2021 10h - 12h |
| | lundi 22 mars 2021 11h - 12h15 | |
| Les protéines, ce n'est pas que la viande⁽¹⁾ | jeudi 21 janvier 2021 17h - 18h15 | vendredi 21 mai 2021 10h - 12h |
| | jeudi 11 février 2021 10h - 11h15 | |
| | jeudi 11 mars 2021 15h - 16h15 | |
| | mercredi 7 avril 2021 14h - 15h15 | |
| Mettons notre grain de sel⁽¹⁾ | jeudi 28 janvier 2021 15h - 16h15 | jeudi 3 juin 2021 17h - 19h |
| | mercredi 17 février 2021 18h - 19h15 | |
| | mercredi 24 mars 2021 10h - 11h15 | |
| | jeudi 22 avril 2021 14h - 15h15 | |

(1) Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.

(2) Inscription sur la plateforme sécurisée : <https://barnabe.io>

(3) Consultez régulièrement les dates sur le site www.renif.fr/ateliers

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

tél. 01 48 01 93 08
email : gabet.catherine@renif.fr
site : renif.fr/ateliers

ADRESSE

Rénif
3-5 rue de Metz
75010 Paris

E-LEARNING elearning.renif.fr

RESEAUX SOCIAUX
facebook.com/renif.fr
Instagram : @renif.fr
Twitter : @ReseauRenif

 **Rénif**
Réseau de néphrologie
d'Ile-de-France

CALENDRIER 2021 DES ATELIERS RENIF



| ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE | En visioconférence ⁽²⁾ | Rénif Paris 10e |
|--|--------------------------------------|------------------------------------|
| Déchiffrons les emballages alimentaires ⁽¹⁾ | vendredi 5 mars 2021 10h - 11h15 | mercredi 16 juin 2021 14h - 16h |
| Graisses et cholestérol : les choix du coeur ⁽¹⁾ | jeudi 4 février 2021 11h - 12h15 | |
| | mercredi 17 mars 2021 15h - 16h15 | |
| Le potassium, une affaire de coeur ⁽¹⁾ | mardi 19 janvier 2021 17h - 18h15 | vendredi 7 mai 2021 10h - 12h |
| | mardi 9 mars 2021 10h - 11h15 | mardi 22 juin 2021 17h - 19h |
| Quel est le menu du jour ? <i>Pour vous inscrire, il est nécessaire d'avoir déjà participé aux 3 ateliers «Bien dans son assiette», «Les protéines, ce n'est pas que la viande» et «Mettons notre grain de sel».</i> | | vendredi 25 juin 2021 14h - 16h |

(1) Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.

(2) Inscription sur la plateforme sécurisée : <https://barnabe.io>

(3) Consultez régulièrement les dates sur le site www.renif.fr/ateliers

| ATELIERS D'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE | En visioconférence ⁽²⁾ |
|---|--|
| Séances de remise à l'activité physique supervisées par des professionnels de l'activité physique adaptée cycle de 8 séances | le jeudi de 18h à 19h à partir du 7 janvier 2021 |
| | le lundi de 18h à 19h à partir du 25 janvier 2021 |

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
 tél. 01 48 01 93 08
 email : gabet.catherine@renif.fr
 site : renif.fr/ateliers

ADRESSE
 Rénif
 3-5 rue de Metz
 75010 Paris

E-LEARNING
elearning.renif.fr

RESEAUX SOCIAUX
facebook.com/renif.fr
 Instagram : @renif.fr
 Twitter : @ReseauRenif

 **Rénif**
 Réseau de néphrologie
 d'Ile-de-France

CALENDRIER 2021 DES ATELIERS RENIF



| ATELIERS SUR LES TRAITEMENTS | En visioconférence ⁽²⁾ | Rénif - Paris 10e |
|--|--|-------------------------------------|
| Automédication | mardi 16 mars 2021 14h - 15h15 | mardi 29 juin 2021 14h - 16h |
| Déchiffrer son bilan biologique | jeudi 21 janvier 2021 14h30 - 15h30 | jeudi 17 juin 2021 14h30 - 16h30 |
| | jeudi 11 mars 2021 14h30 - 15h30 | |
| Les médicaments génériques | | mardi 4 mai 2021 14h - 16h |
| Mon traitement au quotidien | | mardi 25 mai 2021 14h - 16h |
| Se soigner sans danger | jeudi 8 avril 2021 14h - 15h (à confirmer) | |
| Surveiller ma santé | | jeudi 20 mai 2021 14h30 - 16h30 |
| Voyages, vacances et fêtes | mardi 2 février 2021 10h - 11h15 | jeudi 10 juin 2021 14h - 16h |

(1) Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.

(2) Inscription sur la plateforme sécurisée : <https://barnabe.io>

(3) Consultez régulièrement les dates sur le site www.renif.fr/ateliers

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
tél. 01 48 01 93 08
email : gabet.catherine@renif.fr
site : renif.fr/ateliers

ADRESSE
Rénif
3-5 rue de Metz
75010 Paris

E-LEARNING
elearning.renif.fr

RESEAUX SOCIAUX
facebook.com/renif.fr
Instagram : @renif.fr
Twitter : @ReseauRenif

 **Rénif**
Réseau de néphrologie
d'Ile-de-France

CALENDRIER 2021 DES ATELIERS RENIF



| ATELIERS DE PSYCHOLOGIE | En visioconférence ⁽²⁾ | Rénif - Paris 10e |
|--|---|------------------------------------|
| Aspects émotionnels de la dialyse et de la greffe | | mercredi 26 mai 2021 17h - 19h |
| Bien vivre le déconfinement | mercredi 10 mars 2021 10h - 11h | |
| Communiquer ou non autour de la maladie | mercredi 10 février 2021 17h - 18h | mercredi 2 juin 2021 10h - 12h |
| | mercredi 5 mai 2021 17h - 18h | |
| Mes projets : freins et leviers | mercredi 24 février 2021 17h - 18h | |
| | mercredi 14 avril 2021 17h - 18h | |
| | mercredi 30 juin 2021 17h - 18h | |
| Vivre son quotidien plus sereinement | vendredi 29 janvier 2021 10h30 - 11h30 | vendredi 11 juin 2021 10h - 12h |
| | vendredi 16 avril 2021 10h - 11h | |
| Prendre soin de soi | mercredi 19 mai 2021 10h - 11h | |
| Prendre soin de soi en période de confinement | mercredi 20 janvier 2021 10h30 - 11h30 | |
| Qualité de vie : ma perception, mes adaptations | mercredi 6 janvier 2021 17h - 18h | |
| | mercredi 31 mars 2021 17h - 18h | |
| | mercredi 9 juin 2021 17h - 18h | |

(1) Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.
 (2) Inscription sur la plateforme sécurisée : <https://barnabe.io>
 (3) Consultez régulièrement les dates sur le site www.renif.fr/ateliers

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
 tél. 01 48 01 93 08
 email : gabet.catherine@renif.fr
 site : renif.fr/ateliers

ADRESSE
 Rénif
 3-5 rue de Metz
 75010 Paris

E-LEARNING
elearning.renif.fr

RESEAUX SOCIAUX
facebook.com/renif.fr
 Instagram : @renif.fr
 Twitter : @ReseauRenif

 **Rénif**
 Réseau de néphrologie
 d'Ile-de-France