

CALENDRIER 2020 DES ATELIERS RENIF

(sous réserve que les mesures gouvernementales le permettent)

Inscription obligatoire

Rénif, 3-5 rue de Metz, 75010 Paris

Tél. 01 48 01 93 08

Email : gabet.catherine@renif.fr

<http://www.renif.fr/inscription-ateliers>

ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE	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>	mardi 15 septembre 2020 17h - 19h
	lundi 5 octobre 2020 14h - 16h
	jeudi 12 novembre 2020 14h - 16h
	vendredi 4 décembre 2020 10h - 12h
Mettons notre grain de sel*	jeudi 22 octobre 2020 10h - 12h
	mercredi 16 décembre 2020 10h - 12h
Les protéines, ce n'est pas que la viande*	mercredi 14 octobre 2020 14h - 16h
	jeudi 10 décembre 2020 10h - 12h
<i>* Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.</i>	

ADRESSE

Rénif, 3-5 rue de Metz, 75010 Paris

** Consultez les dates sur le site www.renif.fr/ateliers

CALENDRIER 2020 DES ATELIERS RENIF

(sous réserve que les mesures gouvernementales le permettent)

Inscription obligatoire
 Renif, 3-5 rue de Metz, 75010 Paris
 Tél. 01 48 01 93 08
 Email : gabet.catherine@renif.fr
<http://www.renif.fr/inscription-ateliers>

ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE	Rénif Paris 10e
Graisses et cholestérol les choix du coeur*	jeudi 26 novembre 2020 10h - 12h
Déchiffrons les emballages alimentaires*	mercredi 25 novembre 2020 16h - 18h
Le potassium, une affaire de coeur*	mardi 1er décembre 2020 17h - 19h
NOUVEAU 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>	mercredi 18 novembre 2020 14h - 16h
* Il est indispensable de commencer par l'atelier «Bien dans son assiette» pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique.	

ATELIERS «VIVRE AVEC LA MALADIE RÉNALE»	Rénif - Paris 10e
Qualité de vie : ma perception, mes adaptations	prochainement*
Communiquer ou non autour de la maladie	prochainement*
Mes projets : freins et leviers	prochainement*
Aspects émotionnels de la dialyse et de la greffe	prochainement*

CALENDRIER 2020 DES ATELIERS RENIF

(sous réserve que les mesures gouvernementales le permettent)

Inscription obligatoire

Rénif, 3-5 rue de Metz, 75010 Paris

Tél. 01 48 01 93 08

Email : gabet.catherine@renif.fr

<http://www.renif.fr/inscription-ateliers>

ATELIERS MES'DOCS	Rénif - Paris 10e
Voyages, vacances et fêtes	mardi 8 décembre 2020 10h - 12h
Les médicaments génériques	jeudi 26 novembre 2020 14h - 16h
Surveiller ma santé	jeudi 15 octobre 2020 14h30 - 16h30
Mon traitement au quotidien	mardi 8 décembre 2020 14h - 16h
Automédication	jeudi 17 septembre 2020 14h - 16h
Se soigner sans danger	<i>prochainement*</i>
Déchiffrer son bilan biologique	jeudi 24 septembre 2020 14h30 - 16h30

Des ateliers digitaux seront également proposés.

Pour les dates et les inscriptions, vous recevrez la newsletter* au fur et à mesure.

Ateliers de diététique : Bien dans son assiette ; Mettons notre grain de sel ; Les protéines ce n'est pas que la viande ; Le potassium, une affaire de coeur ; Cholestérol, graisses : les choix du coeur

Groupes de parole : Vivre ses émotions ; Pratiquer la pleine conscience ; S'autoriser à avoir des projets ; Communiquer ou non autour de la maladie

Ateliers d'activité physique : A vous de bouger !

*Pour recevoir la newsletter, envoyez un mail à contact@renif.fr