

Maison du Diabète & du Risque Cardiovasculaire

124 rue Raymond Derain - 59700 MARCQ EN BAROEUL

CYCLES D'EDUCATION MEDICO-SPORTIVE

à Marcq-en-Baroeul :

La Maison du Diabète et du risque cardiovasculaire organise des cycles d'éducation médico-sportive pour vous accompagner dans l'organisation de votre activité physique au quotidien.



Séance 1	Sur RDV		Entretien individuel
Séance 2	Jeudi 28 février	14h00-16h00	L'activité physique : ses intérêts, mes expériences
Séance 3	Jeudi 6 mars	14h00-16h00	Comment organiser mon activité physique au quotidien ? + séance d'activité
Séance 4	Jeudi 13 mars	14h00-16h00	Comment faciliter mon maintien à l'activité physique ? + séance d'activité
Séance 5	Sur RDV		Mon bilan, mon accompagnement et ma poursuite après le cycle

Séance 1	Sur RDV		Entretien individuel
Séance 2	Mercredi 23 avril	17h30-19h30	L'activité physique : ses intérêts, mes expériences
Séance 3	Mercredi 30 avril	17h30-19h30	Comment organiser mon activité physique au quotidien ? + séance d'activité
Séance 4	Mercredi 7 mai	17h30-19h30	Comment faciliter mon maintien à l'activité physique ? + séance d'activité
Séance 5	Sur RDV		Mon bilan, mon accompagnement et ma poursuite après le cycle

Maison du Diabète & du Risque Cardiovasculaire

124 rue Raymond Derain - 59700 MARCQ EN BAROEUL

CYCLES D'EDUCATION MEDICO-SPORTIVE

à Wattignies (annexe gauche de la Mairie de Wattignies)*

La Maison du Diabète et du risque cardiovasculaire organise des cycles d'éducation médico-sportive pour vous accompagner dans l'organisation de votre activité physique au quotidien.



Séance 1	Sur RDV		Entretien individuel
Séance 2	Mercredi 12 mars	17h30-19h30	L'activité physique : ses intérêts, mes expériences
Séance 3	Mercredi 19 mars	17h30-19h30	Comment organiser mon activité physique au quotidien ? + séance d'activité
Séance 4	Mercredi 26 mars	17h30-19h30	Comment faciliter mon maintien à l'activité physique ? + séance d'activité
Séance 5	Sur RDV		Mon bilan, mon accompagnement et ma poursuite après le cycle