

2022

ST-AMAND  
MONTROND  
DIABÈTE

MAI  
JUIN  
JUILLET  
AOÛT

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE.

LES INSCRIPTIONS SE FONT PAR MAIL & PAR TÉLÉPHONE.



 C.A.R.A.M.E.L.

145 Av. François Mitterrand  
CS 30010  
18020 BOURGES CEDEX

 02 48 48 57 44

 [www.caramel18.fr](http://www.caramel18.fr)

 [association.caramel@ch-bourges.fr](mailto:association.caramel@ch-bourges.fr)



C.A.R.A.M.E.L. organisme majoritairement financé par le F.I.R. (Fonds d'Intervention Régional).

## COMPRENDRE LE FONCTIONNEMENT DE C.A.R.A.M.E.L. & RESPECTER CHACUN...

### Chaque membre de C.A.R.A.M.E.L.

- ◇ S'inscrit, par téléphone ou par mail, aux ateliers.
- ◇ Ne laisse pas ses inscriptions sur le répondeur.
- ◇ Prévient le secrétariat, en cas d'impossibilité d'assister à un atelier.  
=) Dans ce cas précis, il est possible de laisser un message sur le répondeur.
- ◇ Précise au secrétariat la présence d'un accompagnant.

### Vous êtes inscrit sur liste d'attente ?

C'est la traduction d'une demande importante pour l'activité proposée & pour laquelle les places sont limitées.

### Le programme initial :

C'est un atelier spécifiquement réservé à l'intention des patients nouvellement inscrits, vous lisez alors dans la case de l'atelier : « *Programme Initial* ».

**ATTENTION**

Si vous n'êtes pas rappelé alors que vous êtes sur liste d'attente : il est inutile de vous rendre à l'atelier, le surnombre étant dommageable au bon déroulement de celui-ci.

Quel que soit le motif : vous devez impérativement prévenir le secrétariat en cas d'indisponibilité à un atelier, afin de permettre la participation d'un patient inscrit sur liste.

En cas de manquements répétés à ces consignes, vos demandes d'inscriptions aux ateliers seront reconsidérées.

Sylvie LAROCHE,  
Coordinatrice départementale de CARAMEL

## PARTICIPATION À UN ATELIER EN GROUPE DURANT LA PÉRIODE DE PANDÉMIE COVID-19



L'équipe de C.A.R.A.M.E.L. reste mobilisée pour maintenir l'offre d'ateliers en groupes, en tenant compte des recommandations de la Haute Autorité de Santé (H.A.S.) et des consignes gouvernementales en vigueur. Pour que ces ateliers se déroulent en toute sécurité pour tous, nous demandons de respecter scrupuleusement les consignes ci-dessous.

## Lors de votre demande d'inscription :

- ◇ Le secrétariat vérifie avec vous si votre participation ne constitue pas un risque majeur pour vous-même (niveau de fragilité) ou pour les autres (antécédent de Covid-19).
- ◇ En cas de doute, l'intervenante peut vous rappeler pour rechercher avec vous la solution la mieux adaptée.

## Pour le bon déroulement des ateliers, adopter les consignes suivantes :

- 
- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>◇ Venir avec un masque type chirurgical ou tissu : si vous n'en avez pas, l'intervenante vous en remettra un à votre arrivée.</li><li>◇ Si l'atelier le nécessite : venir avec votre matériel personnel [un stylo, bloc-notes...]</li><li>◇ Présenter votre passe sanitaire à chaque atelier ; si vous n'en possédez pas, en informer le secrétariat.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>◇ Si possible attendre à l'extérieur que l'intervenante vienne vous chercher.</li><li>◇ En entrant dans la salle : se désinfecter les mains au gel hydroalcoolique mis à disposition.</li><li>◇ Respecter les distances physiques de sécurité sanitaire.</li></ul> |
|---|--|
- 

## Informations :

- ◇ L'équipe de C.A.R.A.M.E.L. désinfecte & nettoie le matériel, ainsi que les locaux avant et après votre passage.
- ◇ Le nombre de places disponibles est déterminé selon la surface du local, son aménagement, le type de séance prévue.
- ◇ Lors de votre inscription, vous vous engagez à respecter scrupuleusement les consignes précédemment énoncées.
- ◇ Si un participant vient accompagné, merci d'en informer le secrétariat.

## JE PRATIQUE UNE OU PLUSIEURS ACTIVITÉS PHYSIQUES À C.A.R.A.M.E.L.

**Les séances proposées en salle dans ce programme pourront être réalisées en extérieur si la météo le permet.**

- ◇ Respect des distances physiques de sécurité sanitaire.
- ◇ Obligation du port du masque pour accéder dans les structures; retrait pendant la séance.
- ◇ Pensez à apporter un flacon de gel hydroalcoolique.

---

### Pour la pratique en général :

- ◇ Une tenue adaptée (vêtements de sport conseillés).
- ◇ Une paire de baskets.
- ◇ Une serviette, de l'eau, de quoi vous « resucrer » en cas d'hypoglycémie.

### Pour les exercices en salle :

- ◇ Salle polyvalente de Lignières,
  - ◇ le PASS Sanitaire est recommandé pour certains lieux ou salles.
-

## JE SOUHAITE PARTICIPER À UN ATELIER D'ART THÉRAPIE...

Pour le bon déroulement des ateliers d'art thérapie, adopter les consignes suivantes :

- 
- ◇ Apporter son matériel personnel.
  - ◇ **En cas de manque de matériel** : prévenir le secrétariat afin que l'intervenante puisse y pallier (dans la mesure de ses possibilités).
  - ◇ **Une fois installé à votre propre table** : chacun sort son matériel ; l'intervenante le vérifie, ainsi que les besoins de chaque personne. **En cas d'oubli** : l'intervenante pourvoit à celui-ci après désinfection du matériel de prêt avant qu'il ne vous soit remis.
  - ◇ **Pendant l'atelier** : les échanges entre vous & l'intervenante se font en veillant à rester à bonne distance et sans toucher votre réalisation. **Si besoin d'intervenir**, l'intervenante se désinfectera les mains au gel hydroalcoolique avant et après chaque intervention.
  - ◇ **À la fin de l'atelier** : chacun range son matériel et laisse le matériel prêté sur sa table.
- 

### Cas particulier de l'atelier de danse-thérapie :

- ◇ Les règles d'accueil restent inchangées.
- ◇ Délimitation de l'espace de chaque patient par un plot orange.
- ◇ Les exercices proposés se font uniquement en individuel.

## JE SOUHAITE PARTICIPER À UN **A**TELIER **P**RATIQUE **C**ULINAIRE (**A.P.C.**) OU À UN MINI **A**TELIER **P**RATIQUE **C**ULINAIRE (MINI **A.P.C.**)

### Atelier Pratique Culinaire ou A.P.C.

La participation est de 6€ en espèces & par personne ; elle passe à 10€ pour les menus de fêtes, en espèces & par personne.

Les courses, **partie facultative**, se font pour l'atelier du :

- ◇ **Matin** => **09h00 à 10h00**,
- ◇ **Soir** => **16h30 à 17h30**.

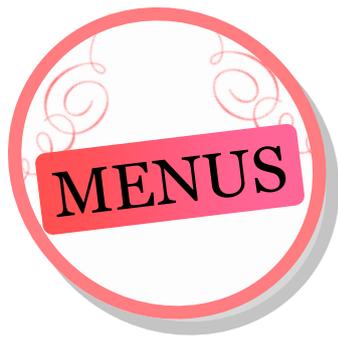
Le rendez-vous est fixé à l'accueil du magasin :

- ◇ **Intermarché** - Route de Bourges - Saint-Amand Montrond.

### Mini Atelier Pratique Culinaire ou Mini A.P.C.

La participation est de 3€ en espèces & par personne ; il n'y a pas de participation aux courses ; nous vous conseillons d'apporter vos boîtes de conservation alimentaires pour emporter vos préparations, les repas n'étant pas partagés sur place.

**Une fiche avec les règles d'hygiène à respecter vous sera remise lors de votre participation.**



**Lundi 16 mai**

~

Salade vietnamienne

Émincé de dinde sauce aigre douce  
Riz cantonnais

Nem aux fruits.

~



**Lundi 30 mai**

~

Concombre à la crétoise

Poulet à l'espagnol  
& semoule épicée

Nage de fruits aux épices douces.

~



**Lundi 27 juin**

~

Salade de chèvre & fraises

Lasagnes de légumes

Soupe de fraises.

~



## COMPÉTENCES...

Lorsqu'une personne souffre de diabète, celle-ci est confrontée à un double impératif :

---

### 1- SAVOIR GÉRER SA MALADIE {= compétences d'auto soins.

---

⇒ C'est-à-dire de surveiller quotidiennement sa glycémie, manger équilibré, bouger...

---

### 2- SAVOIR VIVRE AVEC SA MALADIE {= compétences d'adaptation.

---

⇒ C'est-à-dire établir un nouveau rapport avec soi, aux autres & à son mode de vie.

◇ Le but de l'éducation thérapeutique est de vous permettre d'acquérir ou d'améliorer ces deux groupes de compétences.

◇ Chaque atelier proposé traite d'une ou plusieurs compétences dont vous trouverez la liste ci-dessous ; elles sont codifiées d'une lettre :

- **S** = compétence d'auto soin,
- **A** = compétence d'adaptation,

+ 1 chiffre.

Compétences d'auto-soins		Compétences d'adaptation	
Soulager les symptômes.	<b>S1</b>	Se connaître soi-même, avoir confiance en soi.	<b>A1</b>
Prendre en compte les résultats d'une autosurveillance, d'une automesure.	<b>S2</b>	Savoir gérer ses émotions & maîtriser son stress.	<b>A2</b>
Adapter les doses de médicaments ; initier un autotraitement.	<b>S3</b>	Développer un raisonnement créatif & une réflexion critique.	<b>A3</b>
Réaliser des gestes techniques & des soins.	<b>S4</b>	Développer des compétences en matière de communication & de relations interpersonnelles.	<b>A4</b>
Mettre en œuvre des modifications de son mode de vie (règles hygiéno-diététiques, activité physique, etc.)	<b>S5</b>	Prendre des décisions & résoudre un problème.	<b>A5</b>
Prévenir des complications évitables.	<b>S6</b>	Se fixer des buts à atteindre & faire des choix.	<b>A6</b>
Faire face aux problèmes occasionnés par la maladie.	<b>S7</b>	S'observer, s'évaluer & se renforcer.	<b>A7</b>

## COMMENT LIRE & COMPRENDRE VOTRE PROGRAMME...

ATELIER SUIVI DE SON CODE COULEUR		INTERVENANTE & SA QUALIFICATION, SES INITIALES	DÉTAIL DES ACTIVITÉS
D'ACTIVITÉ PHYSIQUE		Véronique FROIDEVAUX <i>Éducatrice médicosportive</i>	VF Musclation, Piscine, Randonnée, Relaxation, Remise en Forme {ReF Sports « découverte » {En fonction des financements
		Maryanick PHAM VAN XUA <i>Éducatrice médicosportive</i>	MPVX Danse
D'ART THÉRAPIE & DE DANSE THÉRAPIE		Adeline LOOSLI Art thérapeute Laurence CHAMBENOIS <i>Art thérapeute</i>	AL LC Art thérapie {Loisirs créatifs & danse thérapie {Expression corporelle
DE DIÉTÉTIQUE THÉORIQUE	DIET	Nadège RION <i>Diététicienne</i>	NR Informations de base & propositions de thèmes
DE DIÉTÉTIQUE PRATIQUE CULINAIRE	A.P.C & Mini A.P.C		
INFIRMIER		Céline MÉNÉTRIER <i>Infirmière</i>	CM Bases & Thèmes
		Patricia PILLIEN <i>Infirmière</i>	PP Bases & Thèmes Sophrologie
		Sylvie POUCHAIN <i>Infirmière</i>	SP Bases & thèmes
MULTIDISCIPLINAIRE		Thèmes sur plus de deux disciplines	
DE NUMÉRIQUE		Guillaume LÉOPOLDIE <i>Secrétaire &amp; Webmaster</i>	GL Bases
DE PODOLOGIE		C. JOURDONNEAU <i>Podologue</i>	CJ Bases & thèmes
DE PSYCHOLOGIE		Ludivine MILLET <i>Psychologue</i>	LM Groupes de paroles

 MES ATELIERS À LA PÉRIPHÉRIE... 

MOIS	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT
<b>Communes</b>				
<b>Baugy</b>	<b>Mardi 24 :</b> Infirmier ~ CM.		<b>Lundi 25 :</b> Diététique ~ AB.	
<b>Drevant</b>				<b>Lundi 29 :</b> Pluridisciplinaire ~ MPVX. & AB.
<b>Dun <sup>s/</sup> Auron</b>		<b>Lundi 13 :</b> Diététique ~ AB.		
<b>Lignièrès</b>	<b>Mercredi 04 :</b> Act. physique ~ MPVX.	<b>Mercredis 01 &amp; 29 :</b> Act. physique ~ MPVX.		
	<b>Mercredi 04 :</b> Act. physique ~ MPVX.	<b>Mercredis 01 &amp; 29 :</b> Act. physique ~ MPVX.		
<b>Saint-Florent <sup>s/</sup> Cher</b>	<b>Lundi 16 :</b> NR & SP.			

Un   
dans le calendrier de  
mon programme

=

un atelier à la  
périphérie de  
Saint-Amand.

Communes	Structures	Adresses
<b>Baugy</b>	Maison des Solidarités Est	Rue de la Croix St-Abdon ~ Îlot St-Abdon
<b>Bourges</b>	C.C.A.S.	8 Rue Jules-Louis Breton
	Centre social du Val d'Auron	Place Martin-Luther King
	Château des Gadeaux	123 Avenue François Mitterrand (adresse GPS)
	DOJO	Place Pierre de Coubertin
	GAZELEC {salle de	Rue Gabriel Fauré
	Piscine des Gibjoncs	Rue de Turly
	Pressavois {salle pour tous	Rue Théophile Gauthier
<b>Dun s/ Auron</b>	Maison France Services	Route de Levet
<b>Lignières</b>	Salle polyvalente	2 Rue du Docteur Bonnet
<b>St-A. Montrond</b>	C.C.A.S.	700 Avenue Jean Giraudoux
	Centre hospitalier	44 Avenue Jean Jaurès
<b>St-Florent s/ Cher</b>	Auditorium {salle de	Rue Aubrun
	Roseville {salle de	18 Rue des lavoirs

## Mois de MAI ~ Programme de St-Amand Montrond ~ Diabète

LUNDI 02	MARDI 03	MERCREDI 04
<p><b>A5//Art thérapie.</b>  <b>09h30-11h15 LC.</b>  <u>Objectif</u> : Choisir ensemble le chemin artistique.  <u>Lieu &amp; salle</u> : C.C.A.S.</p>		<p><b>A6//ReF Douce.</b>  <b>10h00-11h00 MPVX.</b>  <u>Objectif</u> : Mesurer ses capacités physiques en individuel.  🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>
		<p><b>A2//Étirements.</b>  <b>11h00-12h00 MPVX.</b>  <u>Objectif</u> : S'étirer &amp; se détendre.  🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>
LUNDI 09	MARDI 10	MERCREDI 11
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18
<p><b>S5//Atelier Pratique Culinaire.</b>  <b>10h00-13h45 AB.</b>  <u>Objectif</u> : Créer un menu d'Asie.  <u>Lieu &amp; salle</u> : Cuisine du C.C.A.S.</p>		<p><b>A7//Randonnée.</b>  <b>10h00-11h30 MPVX &amp; ____.</b>  <u>Objectif</u> : Marcher pour se dépenser.  <u>Lieu</u> : Lac de Virlay.</p>
<p><b>S3 ~ A5/Diététique.</b>  <b>13h45-15h30 AB.</b>  <u>Objectif</u> : Équilibrer les glucides pour équilibrer le diabète.  <u>Lieu &amp; salle</u> : Cuisine du C.C.A.S.</p>		
<p><b>S5~S7//Pluridisciplinaire</b>  <b>14h00-15h30 NR &amp; SP.</b>  <u>Objectif</u> : Repérer les conséquences d'une alimentation trop riche en glucides.  <u>Lieu</u> : St-Florent<sup>S</sup>/ Cher &amp; <u>salle</u> : Auditorium.</p>		
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25
	<p><b>A5//Infirmier.</b>  <b>14h00-15h30 CM.</b>  <u>Objectif</u> : Vivre &amp; comprendre son diabète au quotidien.  🚌 <u>Lieu</u> : Baugy &amp; <u>salle</u> : Maison des Solidarités.</p>	
LUNDI 30	MARDI 31	MERCREDI
<p><b>S5//Atelier Pratique Culinaire.</b>  <b>10h00-13h45 AB.</b>  <u>Objectif</u> : Cuisiner un repas avec des épices.  <u>Lieu &amp; salle</u> : Cuisine du C.C.A.S.</p>		

## Mois de MAI ~ Programme de St-Amand Montrond ~ Diabète

JEUDI 05	VENDREDI 06
	<p> <b>PROGRAMME INITIAL</b> </p> <p><b>S1 ~ S4//Infirmier.</b> <b><u>14h00-15h30</u> CM.</b> <u>Objectif</u> : <b>Comprendre son diabète &amp; son traitement.</b> <u>Lieu</u> : Centre hospitalier &amp; <u>salle n°</u> : <b>μμ.</b></p>
JEUDI 12	VENDREDI 13
<p><b>S2//Infirmier.</b> <b><u>14h00-15h30</u> CM.</b> <u>Objectif</u> : <b>Vivre &amp; comprendre son diabète au quotidien.</b> <u>Lieu</u> : Centre hospitalier &amp; <u>salle n°</u> : <b>μμ.</b></p>	
JEUDI 19	VENDREDI 20
	<p><b>A5//Art thérapie.</b> <b><u>09h30-11h15</u> LC.</b> <u>Objectif</u> : <b>Développer sa créativité.</b> <u>Lieu &amp; salle</u> : <b>C.C.A.S.</b></p>
JEUDI 26	VENDREDI 27
FÉRIÉ	
JEUDI	VENDREDI

## Mois de JUIN ~ Programme de St-Amand Montrond ~ Diabète

LUNDI	MERCREDI 01
	<p>A2//ReF Douce .  <b><u>10h00-11h00</u></b> MPVX.            Objectif :  <b>Mesurer ses capacités physiques en individuel.</b>            🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>
	<p>A6//Étirements.  <b><u>11h00-12h00</u></b> MPVX.            Objectif :  <b>S'étirer &amp; se détendre.</b>            🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>
LUNDI 06	MERCREDI 08
<b>FÉRIÉ</b>	
LUNDI 13	MERCREDI 15
<p>S5 ~ A7//Diététique.  <b><u>13h45-15h30</u></b> AB.            Objectif :  <b>Repérer le sel et sucres cachés.</b>            🚌 <u>Lieu</u> : Dun<sup>S</sup>/ Auron            &amp; <u>structure</u> : Maison France Services.</p>	<p>A7//Randonnée.  <b><u>10h00-11h30</u></b> MPVX.            Objectif :  <b>Marcher pour se dépenser.</b>  <u>Lieu</u> : St-Amand .            &amp; départ :La Coterelle.</p>
LUNDI 20	MERCREDI 22
LUNDI 27	MERCREDI 29
<p>S2//Atelier Pratique Culinaire.  <b><u>10h00-13h45</u></b> AB.            Objectif :  <b>Créer un menu avec des fraises.</b>  <u>Lieu &amp; salle</u> : Cuisine du C.C.A.S.</p>	<p>A6//ReF Douce.  <b><u>10h00-11h00</u></b> MPVX.            Objectif :  <b>Pratiquer la gymnastique douce.</b>            🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>
<p>S5//Diététique.  <b><u>13h45-15h30</u></b> AB.            Objectif :  <b>Décrypter les étiquetages alimentaires            &amp; comprendre le Nutri-score.</b>  <u>Lieu &amp; salle</u> : Cuisine du C.C.A.S.</p>	<p>A2//Étirements.  <b><u>11h00-12h00</u></b> MPVX.            Objectif :  <b>S'étirer &amp; se détendre.</b>            🚌 <u>Lieu</u> : Lignièrès &amp; <u>salle</u> : polyvalente.</p>

## Mois de JUIN ~ Programme de St-Amand Montrond ~ Diabète

JEUDI 02	VENDREDI 03
JEUDI 09	VENDREDI 10
<p><b>S2//Infirmier.</b>  <b><u>14h00-15h30</u> CM.</b>  <u>Objectif :</u>  <b>Savoir adapter son insuline &amp; son traitement.</b>  <u>Lieu :</u> Centre hospitalier &amp; <u>salle n° :</u> <b>μμ.</b></p>	
JEUDI 16	VENDREDI 17
JEUDI 23	VENDREDI 24
<p><b>A2//Podologie</b>  <b><u>09h30-10h30</u> CJ.</b>  <u>Objectif :</u>  <b>Prendre soin de ses pieds &amp; bien se chausser l'été.</b>  <b><u>10h30-11h30</u> CJ.</b>  <u>Objectif :</u>  <b>Pratiquer la gym des pieds.</b>  <u>Lieu :</u> Centre hospitalier &amp; <u>salle n° :</u> <b>μμ.</b></p>	<p><b>A6//Art thérapie.</b>  <b><u>09h30-11h30</u> LC.</b>  <u>Objectif :</u>  <b>Prendre confiance en ses capacités.</b>  <u>Lieu &amp; salle :</u> <b>C.C.A.S.</b></p>
JEUDI 30	VENDREDI

## Mois de JUILLET ~ Programme St-Amand Montrond ~ Diabète

LUNDI	JEUDI	VENDREDI 01
		<p>A3 ~ S4//Art thérapie.  <u>09h30-11h30</u> LC.  <u>Objectif</u> :                      Se laisser surprendre                      par la matière.  <u>Lieu &amp; salle</u> :                      C.C.A.S.</p>
LUNDI 04	JEUDI 07	VENDREDI 08
	<p>A7//Randonnée.  <u>10h00-11h30</u> MPVX.  <u>Objectif</u> :                      Marcher pour se dépenser.  <u>Lieu &amp; départ</u> :                      Les Emmaüs.</p>	
LUNDI 11	JEUDI 14	VENDREDI 15
<p>S5 ~ S7//Diététique.  <u>10h00-11h30</u> AB.  <u>Objectif</u> :                      Différencier &amp; repérer les                      glucides (sucres), les lipides                      (matières grasses) &amp; le sel, ainsi                      que leurs conséquences                      sur la santé.  <u>Lieu</u> : Centre hospitalier                      &amp; <u>salle n°</u> : μμ.</p>	<h3>FÉRIÉ</h3>	
LUNDI 18	JEUDI 21	VENDREDI 22
	<p> <b>APPORTER SON MATERIEL</b>                       S2//Infirmier.  <u>14h00-15h30</u> CM.  <u>Objectif</u> :                      Comprendre &amp; manipuler                      son matériel.  <u>Lieu</u> : Centre hospitalier                      &amp; <u>salle n°</u> : μμ.</p>	<p>A3 ~ S4//Art thérapie.  <u>09h30-11h30</u> LC.  <u>Objectif</u> :                      Se jouer des contraintes.  <u>Lieu</u> : Centre Hospitalier                      &amp; <u>salle n°</u> : μμ.</p>
LUNDI 25	JEUDI 28	VENDREDI 29
<p>S5-A2//Diététique.  <u>09h30-11h00</u> AB.  <u>Objectif</u> :                      Repérer le rôle de nos émotions                      sur notre alimentation.   <u>Lieu</u> : Baugy                      &amp; <u>salle</u> : Maison des solidarités.</p>		

## Mois d'Août ~ Programme St-Amand Montrond ~ Diabète

LUNDI 01	JEUDI 04
<p> <b>REPAS AU RESTAURANT</b> </p> <p><b>S5//Atelier Pratique Culinaire.</b>  <b>12h00-13h30 AB.</b>                      Objectif :  <b>Choisir un menu adapté en se restaurant à l'extérieur.</b>                      Lieu : <i>sera défini ultérieurement.</i></p> <p> <b><u>LE REPAS EST À VOTRE CHARGE.</u></b></p>	
<p><b>S5 ~ S7//Diététique.</b>  <b>14h00-15h30 A.B.</b>                      Objectif :  <b>Retour sur l'expérience au restaurant.</b>                      Lieu : Centre hospitalier &amp; <u>salle n°</u> : <b>μμ</b></p>	
LUNDI 08	JEUDI 11
LUNDI 15	JEUDI 18
<b>FÉRIÉ</b>	<b>FERMETURE ESTIVALE.</b>
LUNDI 22	JEUDI 25
	<p><b>S2//Infirmier.</b>  <b>14h00-15h30 CM.</b>                      Objectif :  <b>Passer sous insuline sereinement.</b>                      Lieu : Centre hospitalier &amp; <u>salle n°</u> : <b>μμ.</b></p>
LUNDI 29	JEUDI
<p><b>A6//Randonnée &amp; pique-nique.</b>  <b>10h00-13h30 M.PVX. &amp; AB.</b>                      Objectif :  <b>Marcher pour se dépenser &amp; échanger autour d'un repas froid.</b>   Lieu : Drevant                      &amp; <u>départ</u> : Début du quai du Canal de Berry.</p>	