

CALENDRIER DES ATELIERS 2024



INSCRIPTION OBLIGATOIRE

tél. 01 48 01 93 00
email : contact@renif.fr
www.renif.fr/inscription-ateliers

ADRESSE

Rénif
55 rue de Turbigo
75003 Paris

RESEAUX SOCIAUX

facebook.com/renif.fr
Instagram : [@renif.fr](https://www.instagram.com/renif.fr)
Twitter : [@ReseauRenif](https://twitter.com/ReseauRenif)

Vous rendre dans nos locaux, métro : Arts et Métiers, Réaumur Sébastopol

ADRESSES

Institut de Promotion de la Santé (IPS) 3 Pl. de la Mairie 78190 Trappes

Hôpital Privé Marne la Vallée 33 Rue Léon Menu - 94360 Bry-sur-Marne

Salle Ginette Rivière Rue Jacques Madelin 77310 St Fargeau Ponthierry

Rénif 55 rue de Turbigo 75003 Paris

Visioconférence : <https://barnabe.io>



SÉANCES D'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE en visioconférence⁽¹⁾	le jeudi de 18h30 à 19h30
supervisées par des enseignants en activité physique adaptée 1 séance par semaine pendant 8 semaines	prochain cycle à partir du : jeudi 5 septembre 2024
ATELIERS D'ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE	Rénif Paris 3e
BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE	mardi 28 mai 10h - 12h
PROGRAMMER SON ACTIVITÉ PHYSIQUE <i>Aide à la planification, Comment pratiquer en sécurité?</i>	mardi 18 juin 10h - 12h

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

ATELIERS D'ECRITURE		Rénif Paris 3e	En visioconférence ⁽²⁾
			mercredi 22 mai 10h - 12h
		jeudi 6 juin 10h - 12h	mercredi 12 juin 14h - 16h

ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE	Hôpital Privé de Marne la Vallée (94)	IPS Trappes (78)	Rénif Paris 3e	En visioconférence ⁽²⁾
BIEN DANS SON ASSIETTE <i>Ce premier atelier de diététique est obligatoire.</i>	vendredi 4 octobre 14h - 16h	mardi 17 septembre 10h - 12h	jeudi 30 mai 17h - 19h	jeudi 16 mai 11h - 12h15
			mardi 10 septembre 10h - 12h	jeudi 19 septembre 14h - 15h15
			mardi 24 septembre 14h - 16h	
			mardi 15 octobre 17h - 19h	mardi 15 octobre 14h - 15h15
LES PROTÉINES, CE N'EST PAS QUE LA VIANDE⁽²⁾	vendredi 26 avril 14h - 16h vendredi 18 octobre 14h - 16h	mardi 1 octobre 10h - 12h	jeudi 16 mai 17h - 19h	jeudi 25 avril 14h - 15h15 vendredi 24 mai 14h - 15h15
			mardi 25 juin 14h - 16h	
			mercredi 2 octobre 10h - 12h	
METTONS NOTRE GRAIN DE SEL⁽²⁾	vendredi 17 mai 14h - 16h vendredi 11 octobre 14h - 16h	mardi 15 octobre 10h - 12h	vendredi 3 mai 17h - 19h	mercredi 22 mai 14h - 15h15
			jeudi 20 juin 10h - 12h	
			jeudi 19 septembre 10h - 12h	

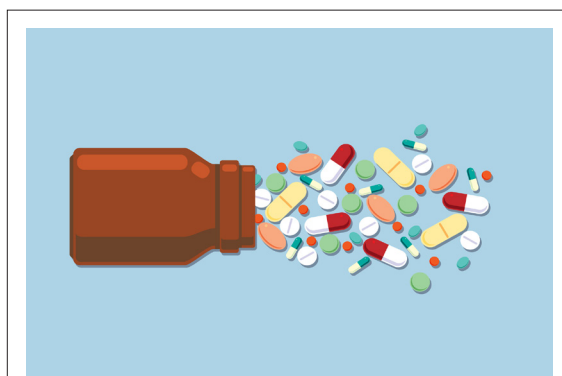
(2) Il est indispensable de commencer par l'atelier "bien dans son assiette" pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique

ATELIERS DE DIÉTÉTIQUE	Hôpital Privé de Marne la Vallée (94)	IPS Trappes (78)	Rénif Paris 3e	En visioconférence ⁽²⁾
DÉCHIFFRONS LES EMBALLAGES ALIMENTAIRES ⁽²⁾		mardi 14 mai 10h - 12h mardi 19 novembre 10h - 12h	vendredi 7 juin 10h - 12h	
GRAISSES ET CHOLESTÉROL LES CHOIX DU COEUR ⁽²⁾	vendredi 28 juin 14h - 16h vendredi 29 nov. 14h - 16h	mardi 12 novembre 10h - 12h	mardi 11 juin 17h - 19h	mercredi 29 mai 10h - 11h15
LE POTASSIUM, UNE AFFAIRE DE COEUR ⁽²⁾	vendredi 14 juin 14h - 16h vendredi 22 nov. 14h - 16h	mardi 30 avril 10h - 12h mardi 5 novembre 10h - 12h	mardi 14 mai 17h - 19h vendredi 11 octobre 10h - 12h	jeudi 27 juin 14h - 15h15
QUEL EST LE MENU DU JOUR ? <i>Pour vous inscrire, il est nécessaire d'avoir participé aux ateliers sur les protéines et sur le sel.</i>			mercredi 26 juin 10h - 12h	jeudi 13 juin 14h - 15h15
LITHIASES ET HYDRATATION ⁽²⁾			mardi 4 juin 17h - 19h	
LITHIASES ET ALIMENTATION ⁽²⁾			mardi 20 juin 17h - 19h	mercredi 15 mai 17h - 18h15



2) Il est indispensable de commencer par l'atelier "bien dans son assiette" pour pouvoir participer aux autres ateliers de diététique

ATELIERS SUR LES TRAITEMENTS	Rénif Paris 3e	En visioconférence ⁽²⁾
AUTOMÉDICATION	mardi 21 mai 14h - 16h	
DÉCHIFFRER SON BILAN BIOLOGIQUE	jeudi 25 avril 14h - 16h	
LES MÉDICAMENTS GÉNÉRIQUES	mardi 30 avril 14h - 16h	
SE SOIGNER SANS DANGER	jeudi 6 juin 14h - 16h	
SURVEILLER MA SANTÉ MON TRAITEMENT AU QUOTIDIEN		jeudi 16 mai 14h - 15h
VOYAGES, VACANCES ET FÊTES	mardi 11 juin 10h - 12h	jeudi 20 juin 10h - 11h15



ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE	Rénif Paris 3e	St-Fargeau- Ponthierry	En visioconférence ⁽²⁾
ASPECTS ÉMOTIONNELS DE LA DIALYSE ET DE LA GREFFE	mercredi 22 mai 10h - 12h		
	jeudi 5 septembre 10h - 12h		
	jeudi 14 novembre 17h - 19h		
COMMUNIQUER OU NON AUTOUR DE LA MALADIE	jeudi 3 octobre 10h - 12h	mercredi 2 octobre 10h - 12h	jeudi 20 juin 18h - 19h
			vendredi 4 octobre 18h - 19h
SE PROJETER : TRACER UN AVENIR	mercredi 12 juin 10h - 12h	mercredi 6 novembre 10h - 12h	jeudi 23 mai 18h - 19h
			lundi 16 septembre 18h - 19h
MIEUX VIVRE SES ÉMOTIONS / VIVRE SON QUOTIDIEN PLUS SEREINEMENT	mercredi 13 novembre 10h - 12h	mercredi 27 novembre 10h - 12h	
PRENDRE SOIN DE SOI	dates à venir		mercredi 15 mai 17h - 18h
			jeudi 7 novembre 17h30 - 18h30
MON QUOTIDIEN : LES CHANGEMENTS	jeudi 25 avril 17h - 19h	mercredi 16 octobre 14h - 16h	lundi 10 juin 18h - 19h
	jeudi 2 décembre 17h - 19h		mercredi 3 juillet 10h - 11h
			jeudi 17 octobre 17h30 - 18h30
			lundi 12 décembre 18h - 19h
MIEUX VIVRE SES ÉMOTIONS	dates à venir		jeudi 26 septembre 17h30 - 18h30
VIVRE SON QUOTIDIEN PLUS SEREINEMENT	dates à venir		jeudi 16 mai 17h30 - 18h30
			mardi 18 juin 17h30 - 18h30

