

Programme d'Éducation Thérapeutique "Séniors et Autonomie"



Les séances du programme auront lieu comme suit avec les professionnels ci-après :

- Dr François DOUMAYROU : médecin généraliste
- Dominique DENANCY : pharmacienne
- Constance DEMOUCRON : diététicienne
- Anne-Claire CHRETINAT : psychologue
- Samantha PETIT : ergothérapeute
- Pauline HERBET et Marie-Pierre DARNAULT : assistantes sociales
- Marie DOUMAYROU : coach sportive
- Elisabeth GARAT : association Graine de Pays

Date	Horaire	Intitulé de la séance
03/02/2026	9h-11h	Accueil participants et marche
10/02/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-11h30	Médicaments (Dominique et François)
17/02/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Aménager l'environnement (Samantha et Constance)
24/02/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Médicaments (Dominique et François)
03/03/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Aides sociales (Pauline et Marie-Pierre)
10/03/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Alimentation (Constance et Samantha)
17/03/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Lien social (Elisabeth et François)
24/03/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Répercussion psychologique de la chute (Anne-Claire et François)
31/03/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Aménager son environnement (Samantha et François)
07/04/2026	9h-10h	Activité physique (Marie)
	10h-12h	Aidants (Anne-Claire et François)
14/04/2026	9h-11h30	Marche et évaluation finale