



FibromyalgieSOS

Association Nationale agréée par le Ministère de la Santé Mars 2014

Faire connaître et reconnaître la fibromyalgie, participer à des enquêtes, des conférences, informer, impliquer et sortir les malades de l'isolement.

Témoigner, informer, soutenir au quotidien les malades grâce au forum ouvert à tous adhérents et non adhérents et entièrement sous modération, à un site web, un « journal du net » et une page Facebook.

Email : contact@fibromyalgiesos.fr

0 820 220 200 Service 0,15 € / min
* prix appel



AFVD : Association Francophone pour Vaincre les Douleurs

Association de patients type loi de 1901, reconnue d'intérêt général et agréée par le Ministère de la Santé (BO du 18 juillet 2012),

Aider les patients atteints de douleurs chroniques et/ou de souffrances psychiques à devenir acteurs de leur parcours de soins, travailler auprès des professionnels de santé pour compléter la prise en charge des douleurs chroniques en apportant l'expertise des patients sur le terrain, intervenir auprès des décideurs en santé publique pour représenter les patients, et informer tous les publics de l'existence des douleurs chroniques et de les sensibiliser sur leur impact dans la vie quotidienne.

Site internet <http://www.association-afvd.com/>

Plateforme téléphonique : 0810 510 310



Association CCB Mieux Être

Créée en 2015 au sein de la Clinique Claude Bernard par des soignants et des non soignants pour les patients et usagers de la clinique Claude Bernard.

Elle a pour but d'optimiser les soins de support en milieu hospitalier et propose aux patients des ateliers d'Art-thérapie, de diététique, mais aussi les conseils et soins d'une socio-esthéticienne. Elle a développé le Snoezelen (pratique faisant vivre aux patients une expérience multi-sensorielle).

Email : ccb.mieuxetre@gmail.com

La douleur, parlons-en !

Journée portes ouvertes en présence de
professionnels de santé et d'associations

SAMEDI 22 SEPTEMBRE DE 10 h À 17 h
au Théâtre Pierre-Fresnay,

Conférences :

11 h : Douleur, vous avez dit douleur ?

14 h : Hypnose et douleur

15 h : Un dos pour la vie

**JOURNÉE
GRATUITE
ET OUVERTE
À TOUS**

Différents stands
d'information seront à
votre disposition.
De même vous pourrez
faire l'expérience d'une
séance d'hypnose, de
sophrologie, de Reiki,
réflexologie plantaire,
de massages assis, etc.

STANDS

Pourquoi avons-nous mal ? Ou comprendre le phénomène douloureux

- Le circuit de la douleur
- Les composantes de la douleur
- Les différents types de douleur
- Evaluer la douleur : comment et pourquoi

Les médicaments antalgiques

- Les différents antalgiques et co-antalgiques
- Quel traitement pour quelle douleur
- Les règles de bonne observance
- Mon médecin m'a prescrit
- Que faire si ma douleur persiste

Les pratiques innovantes ou RRAC (Récupération rapide après chirurgie) Découvrir les nouvelles prises en charge en chirurgie et comment limiter la douleur post-opératoire

- Limiter la douleur post-opératoire
- Réduire le stress physique
- Réduire le stress psychologique

L'École du Dos

- **Anatomie et biomécanique** : comprendre comment c'est fait et comment ça marche
- **Verrouillage lombaire** : apprendre à protéger son dos
- **Etude des gestes au quotidien** : s'identifier et comprendre
- **Sport et gymnastique d'entretien** : reprendre le cours de sa vie et s'y maintenir

2 ateliers dans la journée (matin et après-midi)

ATELIERS DÉCOUVERTE

HYPNOSE

AUTO-HYPNOSE

SOPHROLOGIE

SNOEZELLEN

REIKI

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

MASSAGE ASSIS