

Repas de fin de saison des participants aux petites marches à Montfarville au restaurant T'Cheu Suzanne

site : <http://www.decouvrir-montfarville.fr>

La Manche Libre

MONTFARVILLE

Marches : un déjeuner de clôture de saison



Photo Legrand

Après les marches de l'année, une cinquantaine d'adhérents ont déjeuné ensemble.

Le mercredi 30 juin, les pratiquants des marches thérapeutiques se sont rencontrés dans un restaurant local afin de clôturer dans la bonne humeur et l'amitié la saison des marches 2010.

Un marcheur raconte : *"j'ai eu quelques difficultés au début en raison d'un abandon des activités. Toutefois, au fur et à mesure, l'adaptation a eu lieu sous l'œil vigilant des responsables du*

groupe". Le programme 2010 est prévu. Les départs se feront de Montfarville avec un système de co-voiturage. Les marches ont lieu en présence de responsables. Mercredi 15 septembre : Montfarville ; 22 septembre : Tatihou ; 29 septembre : Morsalines Quettehou ; 6 octobre : Roubary ; 13 octobre : La Pernelle ; 20 octobre : Barfleur ; 27 octobre : Anneville ; 3 novembre : Réthoville ; 10 novembre :

Saint-Vaast-la-Hougue ; 17 novembre : Fermanville ; 24 novembre : Morsalines ; 1er décembre : Sainte-Geneviève ; 8 décembre : Montfarville et 15 décembre : Jonville. Les départs ont lieu à 14 h 30.

Parallèlement des ateliers d'éducation thérapeutique sont organisés pour l'hypertension, l'insuffisance cardiaque et le diabète de type 2.

La Presse

» Montfarville

Ateliers thérapeutiques et randonnées reprendront en septembre

Sous la houlette de l'association Couleur Santé, Chantal Dufour mène des ateliers d'éducation thérapeutiques à l'attention des patients atteints d'hypertension, d'insuffisance cardiaque ou coronarienne, mais aussi touchés par le diabète, etc. Ainsi un atelier de trois séances à une semaine d'intervalle est proposé à Montfarville, et à titre gratuit. « L'information ne se situe pas dans le conseil, dans l'information. J'utilise des méthodes pédagogiques : tables rondes, exposés interactifs, ainsi que des supports. Depuis la mise en place de ces ateliers en septembre 2009, nous affichons 12 ateliers et le passage de 86 personnes. La convivialité des séances favorise les échanges et permet de dialoguer avec les autres participants sur le vécu de leur maladie », explique Chantal Dufour. « Pour participer à ces ateliers le médecin traitant réalisera un diagnostic éducatif et remplira une demande de participation aux séances qu'il adressera à Couleur Santé. »

Une éducation thérapeutique qui vise à aider les patients et leur famille à comprendre la maladie et le traitement. « Cela vise également à coopérer avec les soignants, vivre plus sainement et maintenir ou



Ces ateliers d'éducation thérapeutiques sont suivis de randonnées qui reprendront le 15 septembre.

améliorer leur qualité de vie. » Des ateliers qui ne s'arrêtent pas là, puisqu'ils se poursuivent par des randonnées d'environ deux à trois kilomètres.

« Actuellement cinquante personnes adhèrent à ces randonnées qui sont encadrées par des professionnels de santé et des bénévoles.

Ces balades reprendront le 15 septembre. Le départ est donné au parking de la place de l'église de Montfarville à 14h30. Les personnes inté-

ressées peuvent consulter le programme en ligne sur <http://www.decouvrir-montfarville.fr> », conclut Chantal Dufour.