



**Cite Entrepreneuriale, 18 Bvd Guillet Maillet  
Batiment Charente, Etage 3  
17100 Saintes**



**L'association Les Enchanteuses  
accompagne les personnes malades et leur  
entourage depuis 2008**

**Une gamme d'ateliers**

**3 programmes  
adaptés et personnalisés**

**Des actions de prévention**

**Des évènements**



Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique - JO WZ74001277 - Siret 50423237400035 - Association Loi 1901

Tel : 07 83 20 47 92  
contact@les-enchanteuses.fr  
www.les-enchanteuses.fr  
Facebook : Les Enchanteuses

# 3 Programmes Adaptés et Personnalisés

## Mieux vivre avec la Maladie

(Autorisé par l'Agence Régionale de Santé)

Un programme d'Education Thérapeutique pour les personnes ayant une maladie chronique et les aidants

### Objectifs

- Améliorer la qualité de vie
- Proposer des activités adaptées à tous
- Retrouver du lien social
- Prévenir l'aggravation des symptômes

## Care Life Senior

(Nominé à la Silver Eco 2018)

Un programme qui répond aux besoins spécifiques d'une tranche d'âge des adhérents de 60 ans et plus

### Objectifs

- Développer l'exercice physique adapté
- Proposer la pratique d'une activité théâtrale
- Ajuster les conduites alimentaires
- Ralentir les maladies liées au vieillissement

## Apprivoiser la douleur chronique

Un programme pour apprendre à vivre avec une douleur invalidante

### Objectifs

- Améliorer la qualité de vie des personnes douloureuses
- Promouvoir l'utilisation des moyens non médicamenteux
- Améliorer le bien-être physique et moral

## Une gamme d'ateliers

animés par une équipe de prestataires qualifiés et formés à l'Education Thérapeutique

### Bien-être

- Relaxation
- Jeu théâtral

### Activités physiques

- Randonnée douce
- Activité physique 3 niveaux

### Psycho-cognitifs

- Groupe de parole
- Nutrition comportementale
- Stimulation mémoire