



# APPUI SANTE VOSGES

## SANTE DES REINS : QUOTIDIEN PLUS SEREIN

### PUBLIC CIBLE

Adulte de plus de 18 ans

DFG compris entre 30 et 60 ml/min  
à 2 reprises et à au moins 3 mois d'intervalle  
= Débit de filtration glomérulaire  
sur votre prise de sang

### MODALITES D'INCLUSION

Contactez directement notre secrétariat

Si votre professionnel de santé a rempli une  
fiche d'inclusion, apportez ce document au 1<sup>er</sup>  
RDV, ainsi que votre bilan sanguin et votre  
ordonnance de médicaments

### LIEUX DE MISE EN ŒUVRE

#### APPUI SANTE VOSGES

7 a Chemin de la Belle au Bois Dormant  
88000 EPINAL

#### MAISON FRANCE SERVICES

1 rue de la Brasserie  
88220 XERTIGNY

*Ouverture d'antennes dans l'Ouest des Vosges  
courant 2026*

### ATELIERS

Comprendre la maladie et connaître les signes

Adapter son alimentation

Pratiquer une activité physique adaptée

Connaître et respecter les traitements prescrits

S'approprier des outils de gestion du stress  
(méditation...), améliorer sa confiance/son  
estime de soi

Réfléchir aux bénéfices de l'arrêt du tabac

Vivre au quotidien avec une MRC

### MODALITES PRATIQUES

Accès gratuit à nos programmes

Accès possible à distance en eETP

Ouvert du lundi au vendredi :

8h00-12h/13h30-16h30

Sur RDV : soirs, samedis matin et antennes

Possibilité de bénéficier d'une année de ré  
initiation à la pratique d'activité physique :  
aquagym-Marche/Golf-Gymnastique douce

### INTERVENANTS

Diététiciens

Infirmier

Kinésithérapeute

Patients experts

Pharmacien

Psychologues

Coordonnateur : Magali Vançon

### INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Parking gratuit

EPINAL : Bus : Ligne 4 à 3 minutes

### CONTACT

☎ : 03 72 73 96 20



: [etp.appuisantevosges@sante-lorraine.fr](mailto:etp.appuisantevosges@sante-lorraine.fr)