

DisDameDonc

Soutient les femmes
touchées par l'

ENDOMÉTRIOSE

DisDameDonc, association d'intérêt général,
est dédiée à la santé des femmes en Gironde
et en Nouvelle-Aquitaine.

Notre équipe vous accompagne
à travers nos actions de :



Information & Ressources
thématiques gratuites en ligne
www.disdamedonc.fr



Soutien & Orientation par
email et par téléphone



Conseils de professionnels qualifiés
à travers nos programmes
thématiques, offerts à nos adhérentes.

DisDameDonc soutient et
accompagne les femmes touchées
par l'endométriose afin de mieux la
vivre au quotidien.



DisDameDonc
ASSOCIATION

endometriose@disdamedonc.fr
06.12.28.99.69
www.disdamedonc.fr

Votre référente
"Endométriose", Elise
Guetté



Programme d'accompagnement : "Mieux vivre au quotidien avec l'endométriose"

Participez à 2 parcours d'accompagnement thématiques

" COMPRENDRE ET MIEUX VIVRE AVEC L'ENDOMETRIOSE "

6 rencontres thématiques avec une équipe pluriprofessionnelle :

médecin gynécologue, diététicienne,
sexologue, psychologue, patiente
partenaire, assistante sociale,
médecin du travail

"GÉRER LES DOULEURS ET LA FATIGUE"

8 rencontres thématiques avec une équipe pluriprofessionnelle :

médecin de la douleur, instructrice d'activité
physique adaptée, patiente partenaire,
kinésithérapeute, hypnothérapeute,
psychologue, relaxologue

Format : collectif de 10 participantes

Confiance, bienveillance, confidentialité, entraide et partage d'expérience

Où : A Bordeaux et en Gironde

Objectifs : Comprendre la maladie, accéder à ses droits, renforcer son pouvoir d'agir, découvrir de nouvelles ressources pour choisir ses propres outils et être autonome

Accès : Offert sur condition d'adhésion annuelle à l'association de 15 euros l'année. Bilan initial individuel et bilan d'évaluation de fin menés par la référente endométriose de DisDameDonc

Fréquence : parcours proposés tous les 2 mois, partout en Gironde



Un cycle de 10 séances d'activité physique adaptée spécialisée dans la gestion des douleurs est proposé gratuitement à la suite des parcours

Votre interlocutrice privilégiée

pour les prochaines dates et inscription :

Elise GUETTE

Chargée de coordination et d'accompagnement

endometriose@disdamedonc.fr

06.12.28.99.69

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

En partenariat avec :

a f e n a
Association Fibre Endométriose Nouvelle Aquitaine



Avec le soutien de :

