

## MAIS AUSSI...

### • Retrouvez l'AFP<sup>ric</sup>

L'association de malades qui vous informe et vous conseille sur la maladie, les traitements, vos droits...

Découvrez nos missions et nos actions : revue trimestrielle, newsletter, brochures, vidéos et supports en ligne, mais aussi service d'accompagnement personnalisé...

### • Tête-à-tête avec...

... un(e) patient(e)-expert(e) pour échanger sur la maladie et sa prise en charge,

... l'assistant social de l'AFP<sup>ric</sup> pour obtenir des conseils sur les démarches du quotidien,

... les délégué(e)s et correspondant(e)s de l'association pour discuter avec d'autres malades.



**Réservez votre créneau en ligne pour échanger en tête-à-tête, en visio ou par téléphone, avec la personne de votre choix !**

### • Rencontrez nos partenaires

Des acteurs mobilisés aux côtés de l'AFP<sup>ric</sup> pour vous accompagner...



### En direct du Salon

Avant, pendant et après, suivez l'actualité du Salon sur Facebook : #salonPR

Avec le soutien institutionnel de Roche Chugai

## e-Salon de la PolyArthrite

# COMMENT PARTICIPER ?

### Inscrivez-vous sur [www.polyarthrite.org](http://www.polyarthrite.org)

**Vous recevrez un lien :**

- pour assister aux conférences
- pour participer aux ateliers de votre choix
- pour réserver un tête-à-tête
- pour accéder aux brochures et espaces en ligne

### Vous n'avez pas accès à Internet ?

L'AFP<sup>ric</sup> vous accompagne au quotidien : brochures, écoute et conseils sur la maladie et vos droits, réunions près de chez vous...

**Pour en savoir plus, contactez-nous au 01 400 30 200**



**Association Française des Polyarthritiques et des rhumatismes inflammatoires chroniques**

9, rue de Nemours – 75011 Paris  
01 400 30 200 - [afpric@afpric.org](mailto:afpric@afpric.org)

[www.polyarthrite.org](http://www.polyarthrite.org)

Sous le Haut Patronage de  
**Monsieur Emmanuel MACRON**  
Président de la République

## e-Salon de la PolyArthrite

**Polyarthrite rhumatoïde**  
**Spondyloarthrite**  
**Rhumatisme psoriasique**  
**Syndrome de Sjögren...**

**Du 11 au 16 octobre 2021**  
Conférences, ateliers et animations en ligne

Sur inscription gratuite uniquement :  
**[www.polyarthrite.org](http://www.polyarthrite.org)**  
**01 400 30 200**

Avec les parrainages de



Reconnue d'Utilité Publique

**Lundi 11 octobre / 18h30-19h15****Inflammation : quand l'immunité s'emballe...**

→ Pr Marie-Christophe BOISSIER, rhumatologue, Hôp. Avicenne, Bobigny

*Avec le soutien institutionnel de Galapagos*

**Mardi 12 octobre / 18h30-19h15****Alimentation et rhumatismes inflammatoires chroniques**

→ Pr Jérémie SELLAM, rhumatologue, Hôp. Saint-Antoine, Paris

*Avec le soutien institutionnel de Fresenius Kabi*

**Mercredi 13 octobre / 18h30-19h15****Faut-il avoir peur des traitements des rhumatismes inflammatoires chroniques ?**

→ Dr Aline FRAZIER, rhumatologue, Hôp. Lariboisière, Paris

**Jeudi 14 octobre / 18h30-19h15****Covid-19 et rhumatismes inflammatoires chroniques**

→ Pr Francis BERENBAUM, rhumatologue, Hôp. Saint-Antoine, Paris

*Avec le soutien institutionnel de Pfizer*

**Vendredi 15 octobre / 18h30-19h15**

*Polyarthrite rhumatoïde, spondyloarthrite, rhumatisme psoriasique, syndrome de Sjögren...*

**Posez toutes vos questions sur les rhumatismes inflammatoires chroniques !**

→ Pr Pascal CLAUDEPIERRE, rhumatologue, Hôp. Henri Mondor, Créteil

→ Dr Augustin LATOURTE, rhumatologue, Hôp. Lariboisière, Paris

*Avec le soutien institutionnel de Janssen France*

**Posez vos questions !**

Avant ou pendant le e-Salon, n'hésitez pas à nous transmettre vos questions par écrit, via le formulaire en ligne ou le chat du direct. Chaque jour, les intervenants y répondront lors des webconférences.

**Samedi 16 octobre****Accès illimité aux ateliers pour toute personne inscrite au e-Salon.**

Les ateliers sont l'occasion de découvrir des techniques de bien-être et de faire le plein de conseils et astuces qui peuvent aider au quotidien.

**En mouvement !**

→ Enseignant(e) en APA, "APA de Géant"

Bouger, c'est bon pour la santé ! Venez découvrir les bienfaits de l'activité physique adaptée (APA) à votre maladie avec des exercices simples et accessibles à tous, à réaliser chez vous.

*Avec le soutien institutionnel de Viatrix*

**Découverte de l'autohypnose**

→ Philippe Auville, praticien en hypnose

L'autohypnose peut aider à réduire les douleurs et le stress liés à la maladie. Comment ça marche ? Testez par vous-même lors d'une séance guidée et posez toutes vos questions.

**Sophrologie et relaxation**

→ Frédérique Neves, sophrologue (RNCP)

Venez vous détendre grâce à la pratique d'exercices simples de sophrologie destinés à mieux gérer les douleurs, la fatigue et le stress causés par la maladie.

**Prendre soin de soi**

→ Chantal Noguero, socio-esthéticienne (CODES)

Souffrir d'un rhumatisme inflammatoire chronique peut affecter l'image de soi. Cet atelier vous donnera des conseils et astuces pour retrouver le sourire les jours où le moral n'est pas au beau fixe !

Pour connaître les horaires des ateliers,  
rendez-vous sur :  
**[www.polyarthrite.org](http://www.polyarthrite.org)**

**● Le nouveau magazine Poly Équilibre****À télécharger gratuitement**

L'équilibre est un état difficile à atteindre et à maintenir, qui plus est lorsqu'on souffre d'un rhumatisme inflammatoire chronique. Fatigue, douleurs, gênes fonctionnelles, anxiété... La maladie impose souvent de s'adapter.

En vous invitant à faire preuve d'écoute et de bienveillance envers vous-même, ce magazine est destiné à vous guider afin que vous puissiez vivre pleinement épanoui(e) !

*Avec le soutien institutionnel de MSD*

**● L'espace prévention****Des conseils pratiques pour se maintenir en bonne santé**

Le point sur les examens de suivi des rhumatismes inflammatoires chroniques, les check-up annuels en fonction de l'âge, les recommandations pour prévenir les complications liées à la maladie, mais aussi tout sur la vaccination et les mesures à prendre pour se protéger du Covid-19 et des autres virus...

*Avec le soutien institutionnel de la Mutuelle Intégrance*

**● Être acteur de sa prise en charge****L'essentiel pour agir**

L'efficacité de votre prise en charge repose sur la confiance et l'alliance thérapeutique avec vos professionnels de santé. Votre rôle est donc primordial : respecter la prise du traitement, adopter une bonne hygiène de vie, être attentif(ve) aux signes qui doivent alerter, mais aussi préparer vos consultations chez le rhumatologue afin d'y aborder les sujets qui vous préoccupent... Retrouvez une série d'outils destinés à vous aider !

*Avec le soutien institutionnel de Pfizer*

**● Mobilisez-vous****Pour faire connaître et reconnaître la maladie grâce à la campagne de sensibilisation "Bouton orange"**

Des informations, des outils et des témoignages à relayer sur les réseaux sociaux, auprès des professionnels de santé ou de votre entourage, pour parler de la maladie, combattre les idées reçues et améliorer la qualité de la prise en charge.

*Avec le soutien institutionnel de Sanofi*