

# VIVRE MIEUX AVEC MON LUPUS

18 Novembre 2025

Holiday Inn Bordeaux Sud - Pessac  
10 Avenue Antoine Becquerel,  
33 600 Pessac

Café d'accueil et mot d'introduction: 9h30

## CONFERENCES 10h-2h15

- Le sommeil et moi : 10h-10h45
- Ma fatigue chronique (table-ronde) : 10h45-11h30
- Mon lupus et mes traitements: 11h30-12h15
  
- Déjeuner : 12h15-14h

## ATELIERS 14h-16h (2 ateliers d'une heure chacun au choix)

- Comment je vis mon lupus (table-ronde)
- Mon miroir, mon allié (soins socio-esthétiques)
- L'hypnose pour améliorer ma qualité de vie
- L'auto-massage dans mon quotidien
  
- Conclusion: 16h



Rencontres ouvertes aux patients et leurs proches

Inscription gratuite mais obligatoire avant le 14 novembre 2025

