

Semaine nationale de la sensibilisation à la douleur

****Vous pouvez vous inscrire à un événement en cliquant sur son titre / heure.****



**PORTAIL
SURMONTER
SA DOULEUR**



**Douleur
Canada**
Notre réseau d'action canadien



Toronto Academic Pain Medicine Institute

Scannez-moi :



Temps (HNE)	Nov. 3 (Lundi)	Nov. 4 (Mardi)	Nov. 5 (Mercredi)	Nov. 6 (Jeudi)	Nov. 7 (Vendredi)
Semaine Nationale de la Sensibilisation à la Douleur Toolkit - cliquez ici					
12h00	<p>**Comprendre le traumatisme et son lien avec la douleur</p> <p>12h00 – 13h00 HNE</p>		<p>**Comprendre les médicaments et la gestion de la douleur chronique</p> <p>12h00 - 13h00 HNE</p>		<p>**Comprendre pourquoi ma mâchoire me fait mal, comment puis-je mieux mâcher</p> <p>12h00 - 13h00 HNE</p>
13h00	<p>Ouverture de la conférence et mot de bienvenue</p> <p>13h00 – 13h30 HNE</p>	<p>Vivre avec la douleur chronique : Une analyse décoloniale</p> <p>13h00 – 14h00 HNE</p>	<p>Connections sociales supportées par les pairs</p> <p>13h00 – 14h00 HNE</p>	<p>Surmonter l'isolement grâce à la puissance de la connexion humaine</p> <p>13h00 – 14h00 HNE</p>	<p>Outils de santé numérique pour la gestion de la douleur chronique</p> <p>13h00 – 14h00 HNE</p>
	<p>Proches aidants et douleur: Naviguer le parcours ensemble</p> <p>13h30 – 14h30 HNE</p>				<p>La douleur après 65 ans : En parler, la comprendre, mieux vivre</p> <p>13h30 - 14h30 HNE</p>
14h00	<p>Mouvements doux – Yoga Nidra pour la relaxation profonde</p> <p>14h45 – 15h15 HNE</p>	<p>Art et histoires: Narration numérique</p> <p>14h45 - 15h15 HNE</p>	<p>Mouvement doux: Gérer la douleur avec le Prāṇāyāma</p> <p>14h15 – 14h45 HNE</p>	<p>Art et histoires: Narration numérique</p> <p>14h15 - 14h45 HNE</p>	<p>Mouvements doux: Méditation guidée pour la douleur chronique</p> <p>14h15 – 14h45 HNE</p>
15h00	<p>Astuces pour la douleur : votre boîte à outils pratique</p> <p>15h30 - 16h30 HNE</p>	<p>Aidez-vous vous-même</p> <p>15h00 - 16h00 HNE</p>	<p>Neurodiversité et douleur</p> <p>15h00 – 16h00 HNE</p>	<p>Connections sociales supportées par les pairs</p> <p>15h00 - 16h00 HNE</p>	<p>Mapper l'avenir de la recherche sur la douleur</p> <p>15h00 – 16h00 HNE</p>
16h00					<p>Cérémonie de clôture</p> <p>16h00 – 16h15 HNE</p>

** Veuillez noter que ces webinaires seront présentés en anglais. Vous pouvez activer les sous-titres français sur Zoom.