

## Les intervenants

- ⇒ 1 médecin pneumologue
- ⇒ 1 infirmière coordinatrice
- ⇒ 1 neuropsychologue
- ⇒ Des infirmières diplômées d'état
- ⇒ 2 diététiciennes nutritionnistes
- ⇒ 1 ergothérapeute / enseignante APA
- ⇒ 1 cadre de soin IFSI/IFAS
- ⇒ 1 pharmacienne de ville
- ⇒ 1 kinésithérapeute
- ⇒ 1 patient expert post programme

1 partenariat  
Sport Santé  
l'Activité  
Adaptée



avec Maison  
Orne pour  
Physique  
(APA)



**Si besoin de renseignements ou si intéressé (es)**

### Christelle RAULT

Infirmière stomathérapeute  
Coordinatrice Education thérapeutique

☐ Sur rendez-vous

Tél. 02.33.24.95.75 (répondeur)

Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h15

**Au CENTRE HOSPITALIER DE L'AIGLE**

10, Rue du Dr Frinault  
CS 60189  
61305 L'AIGLE Cédex



**J'ai une maladie chronique,  
je pense éducation  
thérapeutique !**

**Programme  
Poly-pathologique adulte  
convention  
Planeth Patient  
« Ma santé j'en prends soin »**

**OBÉSITÉ**

**DIABÈTE**

**MALADIES RESPIRATOIRES**

## Depuis 2016, Des programmes d'éducation thérapeutique sont proposés

Ils comportent un parcours personnalisé d'éducation thérapeutique en 3 étapes afin de vous aider à mieux :

- **Apprendre, connaître et gérer votre maladie chronique au quotidien et à conserver ou améliorer votre qualité de vie et celle de votre entourage .**
- **prendre soin de votre santé et diminuer les risques d'aggravation.**
- **être plus autonome et vivre mieux son quotidien avec la maladie.**
- **Pour partager son vécu avec d'autres personnes.**
- **Pour être mieux compris par son entourage (famille, amis, collègues de travail...).**

Le programme dure de 4 à 6 mois

## Le parcours

### 1. un bilan initial

Vous vous entretiendrez avec votre professionnel référent afin d'évaluer vos besoins, déterminerez vos objectifs et élaborerez un projet personnalisé d'éducation.( choix des ateliers ) +/- une APA .

### 2. des séances éducatives

- Ateliers collectifs
- Atelier individuel de diététique si besoin

### 3. un bilan de fin de parcours

A la fin de votre parcours vous ferez le bilan avec votre référent. En fonction, une nouvelle offre d'éducation thérapeutique , des relais d'accompagnement, ou un groupe d'échange avec un patient expert vous seront proposés.

## Les différents thèmes abordés lors des ateliers

**Connaître sa maladie et pouvoir en parler**

**Je réagis face aux signes d'alerte**

**Connaitre et prévenir les complications**

**Comprendre son ordonnance et gérer son traitement au quotidien**

**Gérer son alimentation ( plusieurs ateliers au choix)**

**Pratiquer une auto surveillance de qualité (Réservée aux patients diabétiques.)**

**Adapter ou mettre en place une activité physique**

**Apprendre à gérer son stress au quotidien**

**Estime de soi /regards sur mon corps**

**Prendre soin de ses pieds**  
(Réservée aux patients diabétiques.)

**Maîtriser les techniques d'hygiène respiratoire /trouver des solutions pour mon quotidien**  
( Réservés au maladies respiratoires )

