

Maison
Associative
de la Santé



Vivre bien avec une maladie chronique

Programme d'éducation thérapeutique

En bref

Ce programme d'éducation thérapeutique est destiné à toute personne vivant avec une maladie chronique, ainsi qu'aux personnes de l'entourage proche (conjoint, parent, etc.) Il vise à permettre au patient atteint d'une maladie chronique :

- d'agir pour améliorer sa qualité de vie au quotidien ;
- d'acquérir une plus grande autonomie pour une meilleure gestion de sa maladie.

Co-construit par des patients experts et une équipe de professionnels de santé du territoire, animé par des intervenants formés à l'éducation thérapeutique, et accompagnés de personnes ressources, ce programme est coordonné par la Maison Associative de la Santé.

Partie intégrante de la prise en charge et de l'accompagnement du patient, l'éducation thérapeutique est dispensée par des équipes formées et pluriprofessionnelles. Elle s'exerce sous forme de parcours individualisé, décliné en plusieurs ateliers collectifs.

Sept ateliers d'une durée de 2h30 (de 10h à 12h30) se dérouleront à l'espace Santé Olivier Sabouraud, à Rennes, à partir de novembre 2022.

Un programme gratuit en 3 étapes

1

Un bilan éducatif partagé initial individuel est établi par un professionnel ou un patient-expert tous deux formés à l'éducation thérapeutique du patient afin de mieux le connaître, identifier ses besoins, définir les compétences à acquérir ou à mobiliser.

2

Le patient peut s'inscrire aux ateliers de son choix dans l'une des deux sessions proposées, il sera guidé lors de son bilan éducatif partagé initial. Les ateliers sont animés par des intervenants formés à l'ETP, référencés par le comité de pilotage, et accompagnés de personnes ressources.

3

Un bilan éducatif final est réalisé avec le patient en fin de programme, lors d'un rendez-vous physique ou téléphonique. Il lui permettra de faire le point sur sa compréhension, ses acquis et de proposer de nouvelles séances si besoin. Le patient pourra, s'il le souhaite, le communiquer à son médecin traitant ou à tout soignant de son choix.

Un bilan collectif clôturera chacune des sessions, de 12h à 14h.

Session 1 : 12 avril 2023

Session 2 : 30 juin 2023

Les ateliers



Faire connaissance et comprendre les maladies chroniques

Découvrir le contenu des ateliers, leur fonctionnement et leurs objectifs; faire connaissance en toute simplicité; mieux comprendre ce qu'est une maladie chronique et ses conséquences au quotidien; partager son vécu et ses besoins.

Session 1: 19 novembre 2022

Session 2: 18 mars 2023



Ma vie affective et sexuelle

Mieux comprendre ma sexualité et les impacts de la maladie chronique sur elle, retrouver et/ou cultiver une vie intime qui me corresponde.

Session 1: 4 mars 2023

Session 2: 24 juin 2023



Connaître et gérer ses émotions

Savoir identifier mes émotions, pouvoir les exprimer et mieux les gérer pour moi et face à mon entourage.

Session 1: 7 janvier 2023

Session 2: 6 mai 2023

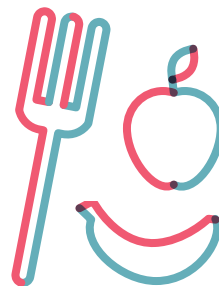


Estime de moi, de la tête aux pieds

Améliorer mon regard sur moi, prendre confiance en moi et mieux m'affirmer face aux autres.

Session 1: 21 janvier 2023

Session 2: 27 mai 2023



Me nourrir, entre équilibre et plaisir (séances de 4h)

Acquérir des connaissances sur l'alimentation, mieux gérer les interdits alimentaires, développer ma créativité pour retrouver et ou cultiver le plaisir de manger.

Session 1: 10 février 2023

Session 2: 7 avril 2023



Mon projet de vie: vie professionnelle

Repérer et valoriser mes valeurs, mes forces et mes compétences pour définir un projet de vie. Imaginer des pistes pour vivre mieux au travail et/ou dans mes engagements.

Session commune:

25 mars 2023



Je bouge et je m'éclate en respectant mon corps!

Découvrir une activité physique adaptée à mes envies et à mes capacités, mieux connaître les effets de l'activité physique sur ma santé.

Session 1: 10 décembre 2022

Session 2: 10 juin 2023

Informations

Maison Associative de la Santé
Espace Santé Olivier Sabouraud
7 rue de Normandie, 35000 Rennes
02 99 53 48 82
contact@maisondelasante.com

maisondelasante.com
Et sur nos réseaux sociaux :



Un programme financé par
l'Agence Régionale de Santé Bretagne



En partenariat avec



Avenir Santé
Villejean Beaugerred

