

ATELIERS PATIENTS

Mieux vivre avec son **DIABETE** et / ou sa
maladie **CARDIO-VASCULAIRE**



Maison de santé - Avoine



En groupe et
en individuel

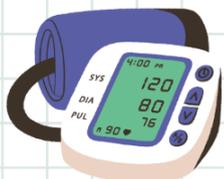
Qualité de vie



Prévention



Autonomie



Échange



Information
Compréhension



Pour plus d'information, vous pouvez contacter
Anne Manteau 06 63 63 73 01 ou prendre
directement RDV sur Doctolib

CPTS de la Rabelaisie, 11 quai Danton 37500 CHINON 83466749500024

Communauté Professionnelle Territoriale de Santé de la Rabelaisie

11 Quai Danton - 37500 CHINON

SIRET : 834 667 495 00024

contact@cptrabelaisie.fr - 06 72 96 14 71

ETP

Education Thérapeutique du Patient

C'est quoi ?

La maladie a un impact sur votre vie quotidienne.
L'éducation thérapeutique a pour vocation de vous aider à mieux gérer la maladie et mieux vivre avec elle.
En participant à un programme, vous pourrez par exemple :

- **Acquérir davantage de connaissances** sur votre maladie
- **Comprendre l'intérêt des traitements** qui vous sont proposés
- **Acquérir les gestes** quotidiens nécessaires à la **surveillance de votre état de santé**.
- Repérer et **soulager vos symptômes**
- Modifier certains comportements, émotions en vue de **stabiliser votre état de santé**
- Vous sentir plus **autonome** et **améliorer votre qualité de vie**



Pour qui ?

- Vous avez une **maladie cardiovasculaire** ou plusieurs facteurs de risque cardiovasculaires.
- Vous avez un **diabète type 2** : diagnostic de la maladie, dégradation ou besoin de motivation ...

Comment ?

Un professionnel de santé vous a proposé de participer à un de nos programmes d'éducation thérapeutique. Celui-ci commence par un entretien (**diagnostic éducatif**) pour vous connaître et définir votre projet.

- Prenez ce premier rendez-vous avec Anne Manteau, diététicienne **au 06 63 63 73 01** ou directement sur **Doctolib**.
- Ensuite, participez à des activités éducatives individuelles ou en groupe. Ces séances durent **entre 1h et 1h30**, plusieurs dates vous seront proposées.

*La participation est **gratuite** pour les patients. Les professionnels de santé sont soumis au **secret médical**.*



Où ?

A la Maison de santé du Véron : 12 Rue des Roches, 37420 **Avoine**.

C'est quoi le programme ?

ETP Maladies Cardiovasculaires

- Séance 1 : comprendre ses facteurs de risques cardiovasculaires
- Séance 2 : Alimentation équilibrée et apports lipidiques
- Séance 3 : Automesure tensionnelle et traitements
- Séance 4 : Gérer son stress
- Séance 5 : Activité Physique Adaptée
- Séance 6 : Arrêt du tabac



ETP Diabète

- Séance 1 : Qu'est ce que le diabète ?
- Séance 2 : Alimentation équilibrée et apports glucidiques
- Séance 3 : Surveillance glycémique et traitements
- Séance 4 : Soins des pieds
- Séance 5 : Activité physique Adaptée
- Séance 6 : Arrêt du tabac



CPTS de la Rabelaisie
Communauté Professionnelle
Territoriale de Santé