

C'EST QUOI L'ETP ?



L'Education Thérapeutique du Patient (ETP) est destinée à aider une personne ainsi que son entourage, à **maintenir ou acquérir des compétences** dont elle a besoin pour **mieux se soigner et mieux vivre son quotidien** avec sa maladie. *Organisation Mondiale de la Santé, 1996*

Ce que l'ETP peut m'apporter :

- **Prendre soin de ma santé** : trouver du plaisir à pratiquer une activité physique, avoir une alimentation adaptée, gérer mes médicaments, faire face à un problème de santé...
- **Être mieux compris** par mon entourage : savoir comment en parler à ma famille, mes amis, mes collègues de travail...
- **Bien vivre au quotidien** : maintenir une vie intime, organiser mon prochain voyage, aller au restaurant, avoir des aides...
- **Être moins seul et avoir confiance en moi** : en parler avec des professionnels de santé spécialisés et partager mon vécu avec d'autres personnes vivant avec la même maladie.

Comment cela peut se présenter ?

- En **action d'accompagnement** : son objet est d'apporter une assistance et un soutien aux malades ou à leur entourage dans la prise en charge de leur maladie.
- En **action éducative ciblée et personnalisée** : apprentissage pratique, ponctuel, mis en œuvre par un professionnel de santé formé à l'ETP pour répondre à un besoin précis lié à votre stratégie thérapeutique.
- En **programme d'ETP** : plusieurs séances éducatives en groupe en individuel, mis en œuvre par une équipe pluriprofessionnelle formée à l'ETP dont le contenu est adapté à vos besoins. Il peut durer quelques jours à plusieurs mois.



Promouvoir l'Éducation Thérapeutique
du Patient en Centre-Val de Loire

L'ETP près de chez moi, c'est ici :

prevaloir.fr

Le site Internet de
l'Education Thérapeutique
du Patient
en région Centre-Val de Loire



PARLONS-EN

Avec l'Education
Thérapeutique,
je prends soin de ma
santé !

*document rédigé par le groupe de travail de la
coordination départementale ETP du 28*



Coordination
départementale | ETP
Eure-et-Loir

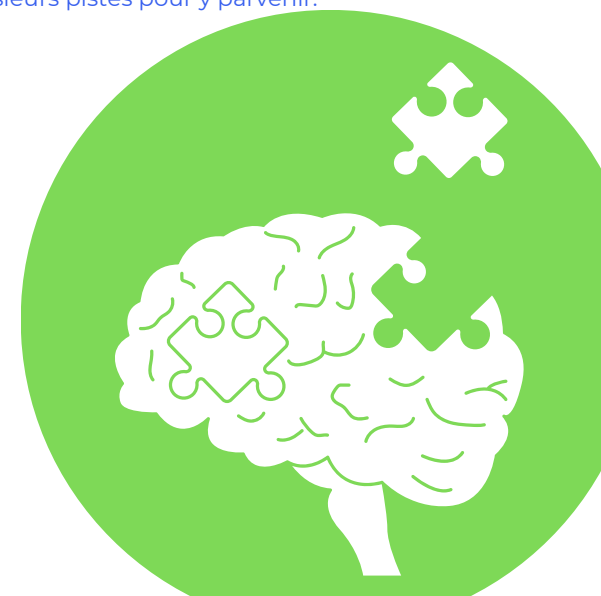
J'AI UNE MALADIE NEUROLOGIQUE ET SI JE PRENAIS SOIN DE MA SANTÉ ?

Les maladies neurologiques sont des maladies qui touchent **le cerveau, la moelle épinière, les nerfs ou les muscles**. Elles regroupent des situations très diverses, parfois temporaires, parfois chroniques ou évolutives. Elles ont en commun d'influer sur la qualité de vie des patients et de leurs aidants naturels.

Et si je décidais d'améliorer mon quotidien et celui de mes proches avec ma maladie neurologique ?

Voici plusieurs pistes pour y parvenir.

version septembre 2026



UNE MALADIE NEUROLOGIQUE, C'EST QUOI ?

Les maladies neurologiques se définissent par un dysfonctionnement du système nerveux central ou périphérique.

Parmi les plus connues figurent **les accidents vasculaires cérébraux (AVC)**, **l'épilepsie**, **la maladie de Parkinson**, **la sclérose en plaques**, **la maladie d'Alzheimer** ou encore **les neuropathies**.

Certaines apparaissent **brutalement**, tandis que d'autres s'installent **progressivement** sur plusieurs années. Elles peuvent être **invalidantes**.

Des fonctions essentielles comme la mémoire, les mouvements, le langage ou encore la coordination peuvent être touchées. Elles ont en commun d'influer sur **la qualité de vie des patients et de leurs aidants**, dont le rôle est essentiel dans l'accompagnement au quotidien.

QUELS SONT LES SIGNES D'ALERTE ?

Les signes d'alerte **varient selon la maladie**, mais certains doivent être signalés :

- **Troubles moteurs** : faiblesse, paralysie, raideur, tremblements, troubles de l'équilibre ou chutes répétées.
- **Troubles sensitifs** : engourdissements, perte de sensibilité, troubles visuels, difficulté à la déglutition ou douleurs.
- **Troubles cognitifs** : pertes de mémoire, problèmes de langage, troubles de l'attention ou comportement inhabituel.
- **Signalement par le proche aidant** : souvent le premier à percevoir les changements.
- **Urgences** : **Une faiblesse soudaine d'un côté du corps, une paralysie du visage, du bras et/ou de la jambe, des difficultés à parler, un trouble de la vision ou une violente céphalée imposent d'appeler immédiatement le 15.**

VIVRE AVEC UNE MALADIE NEUROLOGIQUE, MES BESOINS

"Avec Parkinson, j'ai appris à vivre autrement.
L'accepter ce n'est pas l'adopter.

C'est trouver le courage de réagir lorsque l'on n'a plus de force.
C'est la combattre chaque jour pour ne pas lui donner l'occasion de gagner.
C'est de la ralentir afin de nous permettre d'avoir plus de temps pour l'avenir.
C'est avant tout : bouger, danser, chanter et continuer à aimer."

"Parkinson et moi formons une équipe :
il est attaquant,
je suis défenseur.
il a besoin d'un traitement
je dis assez aux médicaments!
« un esprit sain dans un corps sain »
j'ai donc pris soin de mon corps avec
le sport, la danse, le chant...
La vie associative me procure du bien être :
je donne, je reçois beaucoup des sourires et
une énergie incroyable.
Devenir acteur de sa vie, voilà mon crédo!"

CARTOGRAPHIE DES DISPOSITIFS D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : ETP

Parki-Danse ou Rythme-Danse-Thérapie
Action Educative Ciblée et Personnalisée de danse-thérapie en groupe, principalement pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et leurs proches

Sâdia MONTAVON, art-thérapeute et Dr TEMGOUA, neurologue

Hôpital de Jour de Neurologie, Hôpital Victor Jousset de Dreux



2 programmes ETP :

Programme ETP pour la **sclérose en plaques** et la **sclérose latérale amyotrophique**

Pas à Park : Programme ETP pour les patients atteints de la maladie de Parkinson

contact@reseaneurocentre.fr

02 47 77 06 45

Réseau NeuroCentre, association de la Région Centre-Val de Loire

Programme ETP :
Mieux Vivre avec la sclérose en plaques

02 37 91 63 12

etpsep.28.crf@gmail.com

Pôle Ambulatoire UGECAM du Centre du Centre de Réhabilitation Fonctionnel de Beaurouvre, 28630 Le Coudray

APF France Handicap, délégation 28

Action d'accompagnement groupe de soutien SEP

02 37 28 61 43

dd.28@apf.asso.fr

France Parkinson, délégation 28

Action d'accompagnement

www.franceparkinson.fr

comite28@franceparkinson.fr

06 23 13 89 15

France Alzheimer, délégation 28

Action d'accompagnement

www.francealzheimer.org/eureetloir/

fe.eure.et.loir@gmail.com

02 36 15 05 73 ou 06 74 37 99 34

- action d'accompagnement
- action éducative ciblée et personnalisée
- programme d'ETP