

## DÉFINITION DE L'OMS (1998)

L'ETP vise à «aider les patients à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour **gérer au mieux leur vie avec une maladie chronique**.

Elle fait partie intégrante et de façon permanente de la prise en charge du patient, de son plan personnalisé des soins.

Elle comprend des activités organisées, ayant pour objectifs **d'améliorer la santé** du patient et **sa qualité de vie** et celle de ses proches»

## LES ANIMATEURS DE VOTRE ETP

Une équipe pluriprofessionnelle :



Médecins  
Généralistes



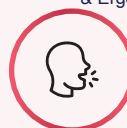
Diététiciennes



Masseurs-  
kinésithérapeutes  
& Ergothérapeutes



Pédicures-podologues



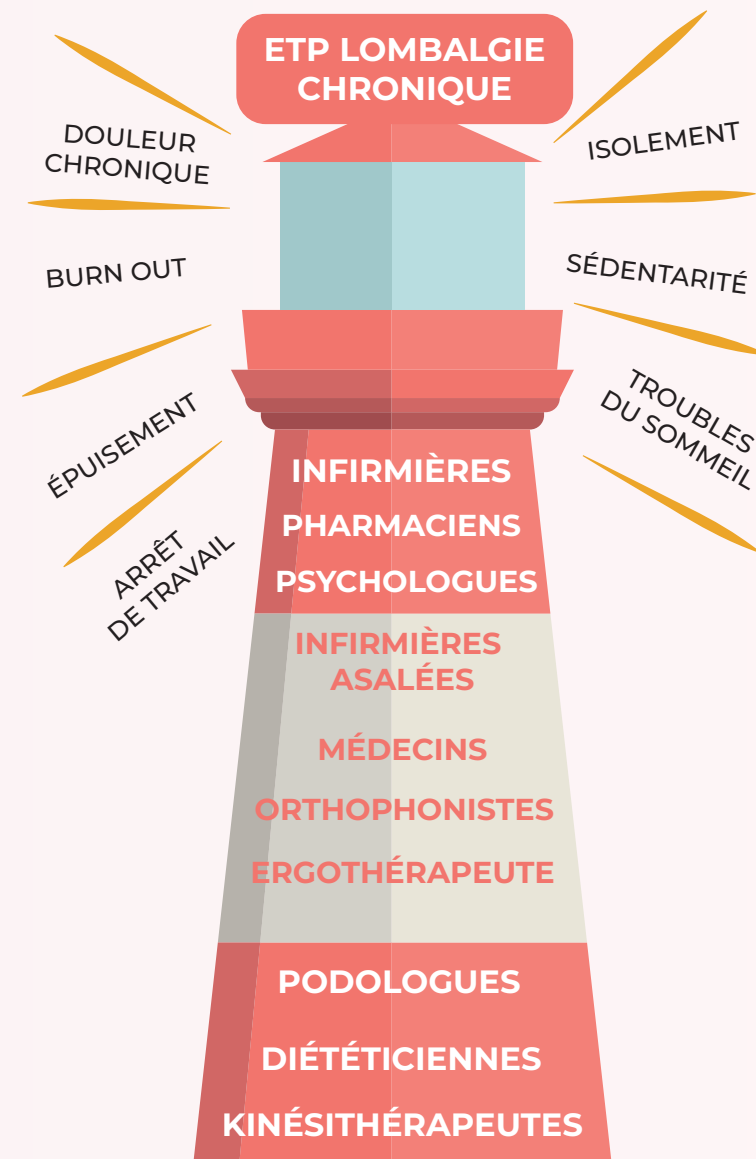
Orthophonistes

## COMMENT ENTRER DANS LE PROGRAMME ?

Pour entrer dans le programme vous devez prendre rendez-vous pour un bilan éducatif.  
Vous pouvez scanner le QR code.



## VOTRE ÉQUIPE DE LA MSP DES ROSEAUX



## À QUI S'ADRESSE-T-IL ?

Ce programme s'adresse à des personnes de 18 à 65 ans souffrant de douleurs de dos depuis plus de 3 mois.

## EST-IL ADAPTÉ À MES BESOINS ?

Le programme est individualisé afin de répondre précisément à vos besoins. Avec vous et en fonction des possibilités de l'équipe, certaines séances peuvent être individuelles ou collectives, cela sera déterminé avec vous lors du bilan éducatif.

## OBJECTIFS DU PROGRAMME POUR LES PARTICIPANTS

- Partager son vécu et ses expériences
- Mieux connaître sa maladie et ses traitements
- Apprendre à mieux manger
- Bouger au quotidien
- Être acteur de ses soins et de sa santé
- Améliorer sa qualité de vie
- Favoriser son rétablissement

Les programmes sont animés par des équipes pluridisciplinaires composées de professionnels de santé.

CONTACT DE LA COORDINATRICE :  
EMMANUELLE FLORIS - 06 03 63 82 90

MÉDECIN RÉFÉRENT : DR. GACHIGNARD LUCILE



# UN PROGRAMME GRATUIT ADAPTÉ ET INDIVIDUALISÉ

## Bilan éducatif Présentation du programme

Objectif : connaître les besoins du patient

*Séance de 1h-individuelle*

Le programme d'Éducation Thérapeutique vous permet de participer activement à votre propre prise en charge. Il vous aide à maintenir et améliorer votre qualité de vie.

## 1<sup>ÈRE</sup> journée : Lombalgie au quotidien

Objectif : apprendre à vivre avec ma lombalgie

*Séance de 2h - 8 à 10 patients*

## 2<sup>ÈME</sup> journée : Gérer ma douleur

Objectif : identifier les moyens de me soulager

*Séance de 2h30 - 8 à 10 patients*

Le programme comprend des séances organisées pour vous. Elles sont conçues pour améliorer votre information et vos compétences concernant votre maladie. Au cours de ces séances nous abordons vos soins, vos attitudes liées à la santé et à la maladie, les modalités de prise en charge et de recours aux soins.

## 3<sup>ÈME</sup> journée : Bouger avec ma lombalgie

Objectif : comprendre l'intérêt d'une activité physique adaptée

*Séance de 2h - 8 à 10 patients*

## ÉVALUATION

Des acquis du patient et du programme

*Séance de 1h - individuelle*

