

Les patients témoignent

Je peux contrôler l'évolution de ma maladie et améliorer ma qualité de vie

Je comprends mieux pourquoi je prends mes traitements

Je comprends mieux les envies émotionnelles qui me font manger

Je me réconcilie avec mon corps

J'ai repris confiance dans les capacités de mon corps

Je me sens capable d'oser faire

J'ai une meilleure confiance en moi pour me prendre en mains

Maison de Santé pluriprofessionnelle



**Audierne-Esquibien
Plouhinec
Primelin
Plogoff
Cléden-Cap Sizun**

Renseignements
Inscriptions

Tel : 06 04 03 61 69

etpouestcapsizun@gmail.com

Vous êtes atteint(e) d'
**au moins 1 de ces 3
pathologies :**

**Diabète de type 2
Maladie cardio-vasculaire
Maladie respiratoire**



Venez participer

**à nos ateliers gratuits
en groupes ou individuels
d'éducation
thérapeutique !**

Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ?

C'est vous informer et vous accompagner afin que vous viviez mieux avec vos maladies chroniques

À qui s'adresse ce programme ?

À vous qui vivez avec au moins 1 des maladies suivantes : diabète type 2, maladie cardiovasculaire, maladie respiratoire

Où se déroule-t-il ?

Dans le territoire du cap Sizun

Comment vous inscrire ?

Vous-même par téléphone ou par mail, ou bien adressé par votre médecin traitant

Qui finance le programme ?

C'est l'ARS (Agence Régionale de Santé)

Qui encadre le programme ?

L'équipe éducative se compose de professionnel(le)s formé(e)s à l'éducation thérapeutique :

médecin, infirmier(e)s, kinésithérapeutes diététicien(ne), sophrologue-analyste patient(e)-partenaire...

Comment se déroule le programme ?

Entretien individuel initial
Définition des besoins

Ateliers collectifs
Programme sur

Connaître ses traitements

Pratiquer une activité physique ?

Connaître ses maladies

Et la confiance en soi ?

Entretien individuel final
Bilan des savoirs et compétences

Compétences à renforcer

Et l'alimentation ?

Au quotidien avec la maladie

Fin du programme

Meilleure qualité de vie 😊

