

## Maladies chroniques, pensons Éducation thérapeutique

Vous êtes concernés par les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité, nous pouvons vous aider.

Une équipe pluridisciplinaire spécifiquement formée vous accompagne à proximité de chez vous : pharmaciens, infirmières, sophrologue, diététicienne, ergothérapeute.

Cet accompagnement vous permettra de mieux comprendre votre maladie, apprendre à vivre avec elle, améliorer votre qualité de vie et celle de votre entourage, partager votre vécu de la maladie avec d'autres personnes. Aucune participation financière ne vous sera demandée.

En parallèle de ce parcours, une activité physique adaptée peut vous être proposée si vous le souhaitez.

Vous êtes intéressés et êtes domiciliés sur la Côte de Nacre ?  
Contactez-nous au 02.31.34.00.52 - Antenne du Calvados Planeth Patient

Vous pouvez bénéficier d'une prise en charge au plus proche de chez vous (Douvres, Lion, Hermanville)

## Vivre avec ma maladie, c'est plus facile avec l'éducation thérapeutique

### Pour qui ?

Pour toute personne adulte vivant avec une maladie chronique et résidant en Normandie.

### Pour quoi ?

- Pour comprendre sa maladie
- Pour partager ce que l'on vit et ce que l'on ressent
- Pour apprendre à gérer tous les aspects de sa maladie
- Pour mieux gérer son quotidien.

### Par qui ?

Par des professionnels ou intervenants, y compris patients ressources/experts, formés à l'éducation thérapeutique.

### Quoi ?

Des séances individuelles et ateliers collectifs en présentiel ou en visio.

### Comment ?

- Orientation par le médecin traitant et autres acteurs du parcours de santé
- Par le patient lui-même ou une association de patients.

### Où ?

Au plus près du lieu d'habitation.

### Combien ?

Le parcours est entièrement pris en charge par l'Agence Régionale de Santé Normandie.

On parle de quoi  
en atelier ?

Connaitre et prévenir  
les complications



Connaissance  
de la maladie

Estime de soi  
Image du corps



Alimentation



Projets



Fatigue



Tabac



Anosmie



Activité  
physique



Traitements



Stress

