

L'éducation thérapeutique,

VOUS CONNAISSEZ ?

Un accompagnement personnalisé pour **mieux vivre avec sa maladie**

"Apprendre ensemble à faire soi-même"

"**On se comprend**,
on vit les mêmes choses,
on sait de quoi on parle"

"On se rend compte
qu'**on n'est pas tout
seul**"

"**On apprend** ensemble à
prendre soin de nous, avec
des outils simples à utiliser
à la maison"

"**On partage** nos
expériences et nos astuces
du quotidien"



Les professionnels, porteurs
de connaissances scientifiques,
de compétences relationnelles
et pédagogiques



Le patient, porteur de sa
propre connaissance et
expérience de sa vie
avec la maladie



L'éducation thérapeutique permet de croiser
ces expériences pour trouver ensemble des
solutions adaptées à la vie de chacun.

L'éducation thérapeutique...

Qu'est-ce que c'est ?

Elle aide les patients à acquérir ou maintenir les **compétences** dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec une maladie. Structurée autour d'un **programme**, elle offre un accompagnement personnalisé réalisé par une **équipe pluridisciplinaire formée**, composée de professionnels et de patients-partenaires. (Haute Autorité de la Santé, 2009)

Concrètement, à quoi ça sert ?

- Partager votre expérience
- Rencontrer d'autres patients
- Trouver des solutions pour votre quotidien
- Prendre des décisions pour votre santé
- Vous aider à communiquer avec les autres
- Gagner en autonomie
- Poser vos questions

Comment ça se passe ?

C'est un parcours personnalisé comprenant des temps de bilans, d'ateliers en individuel et/ou en collectif.

Ce ne sont pas des cours. Ce sont des **moments d'échanges de partage et d'apprentissage**.

La participation est gratuite, libre et volontaire.

Vous pouvez participer **seul ou avec un proche** selon les programmes.

Quand participer ?

Dès l'annonce du diagnostic et **à tout moment** de votre parcours de soin.

Mon parcours personnalisé en 4 étapes

Un bilan
initial partagé

1 En quoi suis-je concerné ?



Je fais le point sur ma
vie avec la maladie

2 Par où je commence ?

Un
programme
personnalisé



Je définis mes priorités
et mon parcours

Des séances
individuelles
et/ou
collectives

3 Que vais-je faire ?



J'échange, j'apprends et
j'expérimente

4 Qu'est-ce que je retiens ?

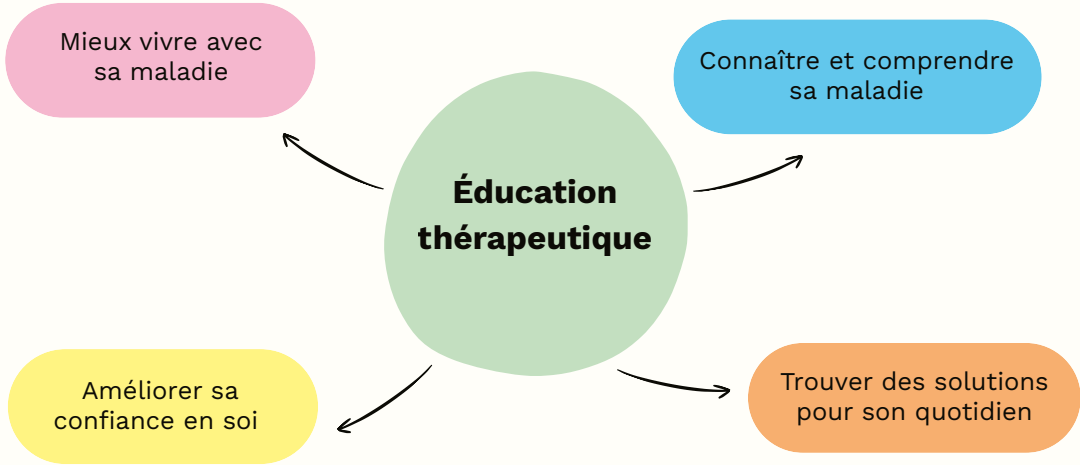
Un bilan
final partagé



Je mesure mes progrès
et j'envisage la suite

Vous êtes l'expert de votre vie avec la maladie

L'éducation thérapeutique est là pour **vous aider à trouver vos propres solutions.**



Vous souhaitez participer à un programme d'éducation thérapeutique ?

Parlez-en à :



- Votre médecin
- Un professionnel de santé
- L'équipe du programme



Pour connaître **les programmes proches de chez vous :**



Votre contact

Pour trouver votre contact local :

www.poleetpbretagne.fr/se-faire-accompagner/

Plus d'infos sur le site du **Pôle d'éducation thérapeutique Bretagne** :



www.poleetpbretagne.fr

