



Comment en bénéficier ?

- ✓ Parlez-en avec votre médecin traitant ou avec les soignants qui vous prennent en charge afin qu'ils vous inscrivent.
- ✓ Renseignez-vous directement en contactant l'équipe «éducation thérapeutique» du Pôle Santé Thau Evre et Loire au 06 50 88 33 56.



À proximité de chez vous les professionnels de santé vous proposent de vous accompagner dans la prise en charge de votre maladie chronique.

Pôle Santé Thau Evre et Loire

06 50 88 33 56

(laisser un message)



vous accompagner

Mieux vivre avec votre maladie chronique

Inscrivez-vous aux ateliers d'ET3P



Réalisation : Communication MSA 49 - Photos : CCMSA & Adobe Stock - Impression : MSA 49 - Septembre 2021



L'essentiel & plus encore

maineetloire.msa.fr



L'essentiel & plus encore



Comment se déroule le programme ET3P* ?

1 entretien individuel

Pour faire le point sur votre maladie, vos besoins, vos envies



3 séances collectives

Pour comprendre et apprendre à être acteur de votre santé en abordant différents thèmes :

- ▶ l'alimentation,
- ▶ l'activité physique,
- ▶ le traitement...



1 bilan individuel

Pour personnaliser votre suivi et adopter les bons réflexes au quotidien

Participation gratuite

* Education Thérapeutique 3 Pathologies

Que va m'apporter l'éducation thérapeutique ?

- ❖ Apprendre à résoudre les contraintes et les problèmes liés à ma maladie chronique.
- ❖ Mieux communiquer avec les soignants et mes proches.
- ❖ Adapter mes activités et agir sur mon environnement et mes risques.
- ❖ Mieux utiliser le matériel technique dont j'ai besoin.
- ❖ Comprendre mon traitement.

L'éducation thérapeutique, qu'est-ce que c'est ?

- ❖ Des ateliers pédagogiques dispensés par une équipe de professionnels de santé.
- ❖ Des activités qui permettent d'acquérir des compétences pour mieux comprendre et gérer sa maladie au quotidien.
- ❖ Une démarche qui a fait ses preuves : amélioration de la qualité de vie, diminution des hospitalisations...

Êtes-vous concerné·e par ce programme ?

- ❖ Ce programme s'adresse à toute personne ayant une maladie cardiovasculaire, un diabète ou une maladie respiratoire (asthme, insuffisance respiratoire...).



iStock | #435156972