



PAROLES DE PATIENTS. Ils témoignent de leur expérience

**Des témoignages de personnes
ayant suivi un programme d'éducation
thérapeutique du patient :**
Association Diabète France

« J'ai suivi le programme qui m'a été proposé.
J'ai redonné des couleurs à ma vie. Je peux me
prendre en main »

• *Roselyne, 62 ans*

« J'ai trouvé des informations claires, des repères.
Je me suis senti entouré par les professionnels
de santé »

• *Marc, 55 ans*

« J'ai compris que je n'étais pas seul. J'ai pu
échanger avec d'autres personnes ayant la même
maladie que moi, et maintenant je me sens
plus forte »

• *Catherine, 43 ans*

OÙ TROUVER LE PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE QUI ME CONVIENT ?

Pour participer à un programme
d'éducation thérapeutique du patient,
je demande conseil à mon professionnel de santé

- médecin, infirmier, pharmacien... •
qui m'orientera.

Pour trouver un programme proche de chez moi : ETaP.ars.sante.fr



**JE PARTICIPE À UN PROGRAMME
D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE**

**Et ma maladie
est plus légère à porter**



➤ **Je choisis le
programme le plus
proche de chez
moi avec mon
professionnel
de santé sur :**

etap.paca.ars.sante.fr

Avoir un diabète, de l'asthme, de l'hypertension ou une maladie cardio-vasculaire... change la vie, la bouleverse, touche aussi l'entourage... De plus, cela nécessite souvent la prise de médicaments et un traitement qui peut être contraignant.

Pour apprendre à mieux vivre au quotidien avec votre maladie chronique, des séances individuelles et en groupe sont proposées par des professionnels de santé. Ces séances font partie de mes soins et de la prise en charge de la maladie.

*Cela s'appelle
l'éducation thérapeutique du patient.*

JE PARTICIPE À UN PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE : QUELS BÉNÉFICES POUR MOI



• ÊTRE PLUS AUTONOME DANS MA VIE QUOTIDIENNE

Je comprends mieux ma maladie et mes traitements, je sais faire face aux situations de crise. J'apprends à mieux gérer mon stress et mes émotions.



• RÉDUIRE LES PROBLÈMES DE SANTÉ

Je diminue les risques d'aggravation et de complication de la maladie, je peux ainsi éviter de passer aux urgences.



• ADOPTER UN MODE DE VIE ADAPTÉ

Je me motive à faire plus d'activité physique dans mon quotidien, j'échange des astuces pour adapter mon alimentation.



• ÊTRE MIEUX COMPRIS PAR MON ENTOURAGE

Je sais à qui demander de l'aide et comment en parler à ma famille, à mes collègues de travail...

EN PRATIQUE, COMMENT CELA SE PASSE ?

- Je contacte les professionnels de santé du programme d'éducation thérapeutique et je prends rendez-vous.



- Je rencontre un professionnel de santé lors d'un entretien. Je parle avec lui de mes difficultés, de mes questions et de mes attentes.



- Je participe à des **séances éducatives individuelles ou collectives** selon mes besoins. Il s'agit de discussions, d'ateliers pratiques, d'échanges avec d'autres patients dans une ambiance conviviale (ex : atelier sur les boîtes de médicaments, ateliers cuisine, discussion sur l'entourage...).



- À la fin des séances, je **fais le point** sur ce qu'elles m'ont apporté.

Mon **médecin traitant** reste mon professionnel référent pour ma maladie. Il est informé de ma participation à un programme d'éducation thérapeutique (si je le souhaite) et je peux en discuter avec lui.



UN PROGRAMME GRATUIT ET SANS OBLIGATION

- Il n'y a **pas de coût pour moi** (les programmes sont financés par l'Assurance Maladie, l'Agence Régionale de Santé ou occasionnellement par les mutuelles).
- Ma participation est **sans obligation et sans engagement**.
- Je peux en bénéficier dès l'annonce de ma maladie ou à tout autre moment.
- Un programme est composé en moyenne de 3 à 6 séances.

