

"Vers une meilleure vie : maîtrisons la maladie"

.....
Programme d'Education Thérapeutique



.....
Coordinatrice du programme :

Annick Contiero
1278 route de Ganges, 34090 Montpellier
contact.etp2@gmail.com

.....
Une équipe pluridisciplinaire : composée d'une patiente éducatrice, d'un médecin généraliste, d'enseignantes en activité physique adaptée ; formée à l'éducation thérapeutique.

.....
Vivre avec sa maladie : avoir les moyens de trouver des outils pouvant aider à mieux vivre avec ma maladie, réfléchir sur ce qui est bon pour moi et comment je peux mettre des choses en place pour faciliter mon quotidien

.....
Pour qui : pour toutes les personnes qui ont une maladie chronique, qui veulent partager leur histoire et amener des réflexions sur leur qualité de vie

.....
Où : en visio ou en présentiel en multi-sites

.....
Pourquoi : amener des réflexions sur sa façon de penser, trouver des moyens, des ressources pour vivre mieux avec sa maladie.

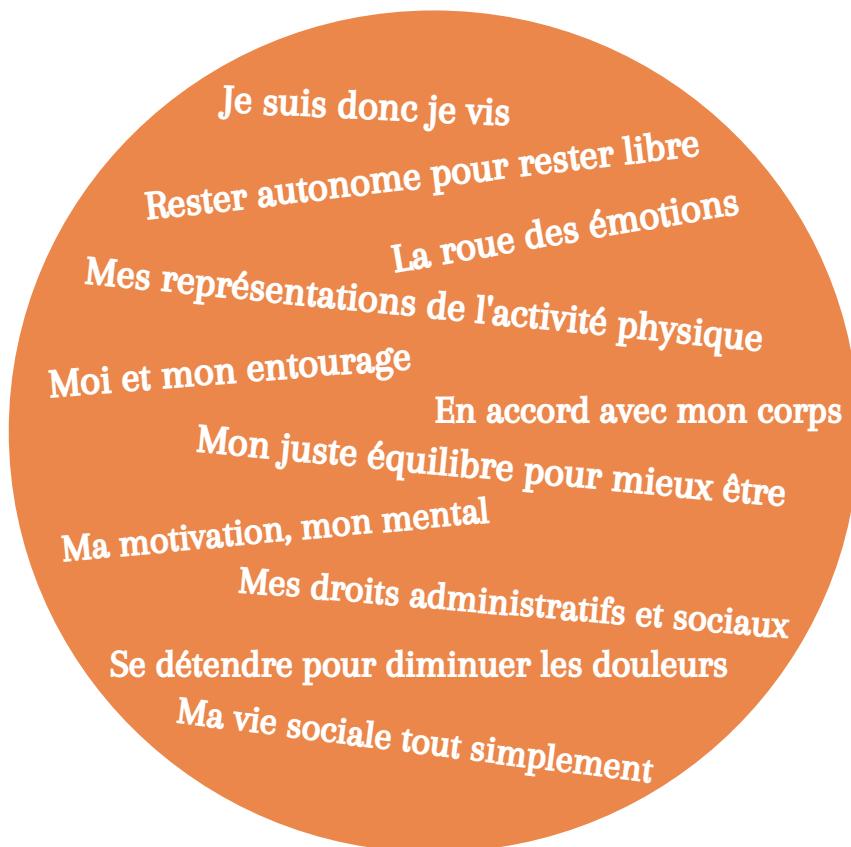


Un programme personnalisé en 3 temps :

- un entretien individuel
- des ateliers collectifs
- un bilan individuel



Thèmes des séances :



Quelques commentaires ...

" Savoir où j'en suis avec ma maladie. Ce programme me permet de savoir comment mettre en place des moyens pour avancer " - Stéphanie

" Je me pose les bonnes questions sur mon parcours, me recentrer sur ce que je veux réellement et arriver à prioriser " - Karima

" Ce programme m'a permis de faire une introspection et de faire un bilan sur où j'en suis par rapport à où je veux aller " - Cécile

" Des connaissances sur moi-même, ça met en évidence le chemin parcouru de ma vie " - Françoise, Véronique