

## Education thérapeutique ?

Elle vise à aider les personnes à acquérir ou maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec leur maladie.

## Votre équipe



Médecins  
Infirmiers  
Éducateurs sportifs  
Pharmaciens  
Préparateurs en pharmacie  
Diététiciens  
Enseignants APA  
Pairs aidants  
Aides-soignants  
Ergothérapeutes  
Educateurs spécialisés

...

**NB :** Ce dispositif fait partie de votre prise en charge. Dans ce cadre, aucune participation financière ne vous est demandée.

Centre Hospitalier Esquirol  
15, rue du Docteur Marcland - BP 61730  
87000 Limoges  
05 55 43 10 10

Acteur

Qualité de vie

Ecoute

ETP

Besoin

Autonomie

Compétence

## PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

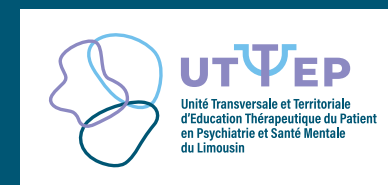


“  
BIEN DANS MON ASSIETTE,  
BIEN DANS MON CORPS  
”



Autorisé par l'ARS le 03 avril 2012

IN-COM-023 - Janvier 2024 - Création CH Esquirol - Images Yoand - Ne pas jeter sur la voie publique





## Objectifs du programme

- Mieux comprendre le rôle de l'alimentation et de l'activité physique dans la gestion de sa maladie chronique.
- Mieux comprendre les problèmes de santé liés à la prise de poids, à la sédentarité et aux traitements.
- Connaître et mettre en place des comportements favorables à la santé pour limiter l'impact dans son quotidien.
- D'améliorer sa qualité de vie.

## Vous êtes intéressés

Un seul pas à faire  
contacter **l'UTTEP**  
Psychiatrie  
et Santé Mentale  
du Limousin



**05 55 43 68 85**

Consultation avec un membre  
de l'équipe



### PREMIER RENDEZ-VOUS

- Réalisation d'un diagnostic éducatif sous forme d'entretien avec un membre de l'équipe
- Mise en place d'un programme individualisé après la définition de votre projet de soins personnalisé



### DANS UN SECOND TEMPS

Participation à un ou des ateliers d'Education Thérapeutique du Patient (ETP) selon vos besoins et vos attentes



### POUR CONCLURE...

Diagnostic éducatif final avec évaluation de l'atteinte de vos objectifs éducatifs et synthèse de votre programme

## Mon programme personnalisé

Ces séances sont  
collectives ou individuelles

### SÉANCE 1

Envie de changement ?

### SÉANCE 2

Une histoire de pyramide

### SÉANCE 3

A vos baskets !

### SÉANCE 4

A chacun son équilibre

### SÉANCE 5

Mes envies, mes besoins, mes moyens

### SÉANCE 6

3,2,1..... Cuisinez !

### SÉANCE 7

Les bienfaits de la pratique physique

### SÉANCE 8

Se lancer dans la pratique !

### SÉANCE 9

Faites entrer l'accusé

### SÉANCE 10

Vive le Gloubi-boulga !

### SÉANCE 11

Qu'êtes-vous devenus ?